TJALVISTEN

MEDLEMSBLAD FOR IDRETTSKLUBBEN TJALVE

Nr. 6 August 2026 — *Digital utgave* — 111. årgang

Hans Majestet Kong Harald V 1937-2026



Hans Majestet Kong Harald V døde fredag 28.august, 89 år gammel.
Som idrettsutøver representerte Kongen Norge i seiling i De olympiske sommerleker i Tokyo 1964, Mexico 1968 og München 1972. Kongen var flaggbærer for den norske troppen ved åpningen av OL i Tokyo.
Kongen ble Verdensmester i bane- og havseilas i 1987, Europamester i havseilas i 2005 og Verdensmester i Sira Cup i 2008. Kong Harald var Norges idrettsforbunds høye beskytter.
Vi lyser fred over hans minne.

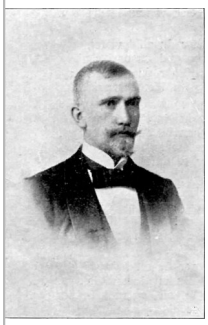
Foto: Kim Saatvedt/Det kongelige hoff

HYUNDAI

NorgesGruppen

MIZUNO

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 opphissete 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 2026/2027

Leder: Egil Reidar Osnes	**99040599**
Nestleder: Svein Søndenå	**95232321**
Styremedlem: Heidi Maltun	**97950065**
Styremedlem: Pål Hexum Solbu	**95150926**
Styremedlem: Åse Wikshåland	**95992171**
Utøverrepresentant: Malin Nyfors	**91687149**
Varamedlem: Henrik Velle	**91190880**

Administrasjonen

Daglig leder: Matias Lavik	**45204125**	**matias@tjalve.no**
Sportslig leder: John Ertzgaard	**92899929**	**ertzgaard@tjalve.no**

Ordenskollegiet

Stormester: Haavard Nordlie	**91333572**	**haavardnor@hotmail.com**
Skattmester: Per Behrens	**92864418**	
Seremonimester: Eivind Henriksen	**92433079**	

IK Tjalve

Underhaugsveien 1
0354 Oslo

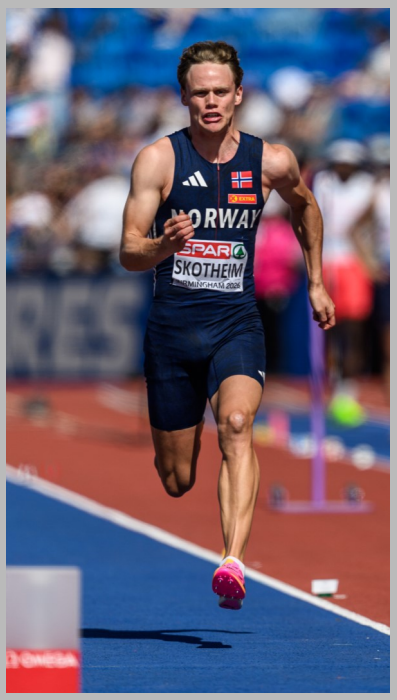
Telefon: 22 60 43 40
E-post: mail@tjalve.no

Web: www.tjalve.no

I dette nummeret

Redaksjonens hjørne	**3**
Rapport fra EM 2026	**4**
Kvalifiseringskrav VM 2027	**37**
Rapport fra NM junior	**38**
Europastatistikken	**64**
Norden statistikk	**65**
Verdensstatistikken	**66**
Topp 20 plasseringer Norge	**67**
Historiske bilder	**68**
Tjalvetøy	**69**

Sander Aae Skotheim



vant Tjalves eneste medalje i en individuell øvelse da det ble bronse i tikampen.

Redaksjonens hjørne

16 Tjalvister var tatt ut til å representere Norge under EM i friidrett i Birmingham.

To av dem ble Europamester. Amalie Iuel og Andreas Kulseng løp på laget som vant mixed stafett over 4x400m sammen med Henriette Jæger fra Aremark og Josefine Tomine Eriksen Aks fra Sem.

Fire av våre klarte å plassere seg blant de åtte beste i sin øvelse. Sander Aae Skotheim vant bronsemedaljen i tikamp. Sigrid Borge klarte en 4.plass i spyd. Magnus Tuv Myhre fikk to plasseringer. En 5.plass på 5000m og en 6.plass på 10 000m. Amalie Iuel ble nr.7 på 400m hekk.

I tillegg klarte Kenny Emi Tijani-Ajayi og Tobias Grønstad å kvalifisere seg til en semifinale.

Selv om det ikke ble noen semifinale for Amanda Grefstad Frøynes på 800m, klarte hun for første gang å løpe under 2:00.00. Det er imponerende i et mesterskap.

Andres Kulseng var spesielt uheldig da han fikk motvind -3.4m/s på 200m i forsøksheatet hvor de to andre heatene hadde -0.4m/s og -0.6m/s. I alle sprintøvelser var de tolv beste på europastatistikken direktekvalifisert til semifinale, mens resten måtte gjennom et forsøksheat. I utgangspunktet burde alle som stiller i et mesterskap konkurrere på lik linje. Når man da velger å sende de tolv beste tidene fra tre heat til semifinale kan det fort bli store forskjeller. I hvert fall i Birmingham hvor vinden varierte kraftig fra heat til heat (ref. 200m for menn).

Vi må berømme Maren Bakke Amundsen for et godt løp på 200m i forsøksheatet da hun løp inn til 23.50 i motvind -0.9m/s. Det er bare 5/100 bak hennes egen personlige rekord og klubbrekord. Hun var bare 11/100 fra en semifinaleplass.

I 2024 vant Marie-Therese Obst bronse i spyd i Roma. To år tidligere vant Eivind Henriksen tilsvarende medalje i slegge i München. I år var det over og ut for begge i kvalifiseringen. Marie-Therese først og fremst fordi hun ikke klarte å få spydet innenfor sektor. Eivind fordi det er håpløst å kaste slegge med kink i ryggen.

Årets NM for junior ble arrangert på Bislett 28-30.august. Tjalves utøvere vant tilsammen 5 gull, 7 sølv og 3 bronsemedaljer, totalt 15 medaljer. Det er noe mindre enn de to siste årene. Alle gullmedaljene ble vunnet i U23-klassen.

Bjørn Henriksen



Bjørn Henriksen

Rapport fra EM i Birmingham

EM i friidrett 2026 ble arrangert i Birmingham 10-16.august. Det var første gang et EM ble avholdt på de britiske øyer.

16 Tjalvister ble tatt ut til å representere Norge under mesterskapet, 10 kvinner og 6 menn.

Kvinner:
Maren Bakke Amundsen, 200m
Lakeri Ertzgaard, 400m og 4x400m stafett.
Amanda Grefstad Frøynes, 800m
Anne Gine Løvnes, 1500m
Ingeborg Østgård, 1500m
Amalie Iuel, 400m hekk, 4x400m mixed stafett og 4x400m stafett.
Sigrid Borge, spyd.
Marie Therese Obst, spyd.
Kaitesi Ertzgaard, 4x400m stafett
Laura Veen, 4x400m stafett.

Menn:
Kenny Emi Tijani-Ajayi, 200m og 4x100m stafett.
Andreas Ofstad Kulseng, 200m, 4x400m mixed stafett og 4x100m stafett.
Tobias Grønstad, 800m
Magnus Tuv Myhre, 5000m og 10 000m
Eivind Henriksen, slegge
Sander Aae Skotheim, 10-kamp.

Blant våre utøvere var det på forhånd ikke mange medaljekandidater. Vi kunne kanskje håpe på en medalje til Amalie på 400m hekk. Sigrid vil alltid være en medaljekandidat i spyd hvis hun treffer, men vi vet aldri når det vil skje igjen neste gang. Den sikreste medaljekandidaten vaar Sander Aae Skotheim I tiikamp.

På stafettene over 4x400m for kvinner og mixed stafetten var det også håp om medaljer.

Førstemann ut av våre mandag 10.august var Tobias Grønstad på 800m forsøksheat. Øvelsen ble avviklet over fire heat, hvor de tre beste i hvert heat og de fire beste tidene gikk videre til semifinale på onsdag 12.august.

Tobias var plassert i det andre heatet med sterke løpere som Yanis Meziane fra Frankrike, Ben Pattison fra GBR og Mohammed Attaoui fra Spania.

Tobias valgte å gå forsiktig ut og lå langt bak resten av feltet da de gikk inn i siste sving. Ut av svingen prøvde han å øke farten, men avstanden fram til de beste var altfor stor. Han endte da på en 5.plass i heatet med tiden 1:45.85. Heldigvis holdt tiden til en plass blant de fire beste tidene, ellers hadde turen til Birmingham vært en total katastrofe.

Nestemann ut var Eivind Henriksen i slegge kvalifisering gruppe B. Direktekvalifisering var satt til 78.00m. Eivind pådro seg et kink i ryggen rett etter NM og hadde knapt fått trent de siste to ukene før dette mesterskapet. Smertestillende sprøyter ble satt i ryggen, men når man skal kaste slegge må ryggen være i topp shape.

Eivind innledet med 72.09m. I det andre mistet han utkastet og kastet ble målt til 69.10m. Han fikk i tillegg en liten smekk i ryggen. I tredje omgang valgte han å gå ut foran etter et mislykket kast. Han endte da på en 19.plass i kvalifiseringen. 75.23m hadde holdt til finale.



Øverst: Tobias er i gang med sitt forsøksheat på 800m.
Nederst: Tobias ble liggende et stykke bak inn i den andre svingen. Foto: Bildbyrån





Øverst: Tobias løper inn til en 5.plass i sitt forsøksheat. Tiden holder til en plass i semiifinalensemifinalen.
Nederst: En noe skeptisk Eivind Henriksen er klar for sitt første kast i kvalifiseringen. Foto: Bildbyrån





Eivind får opp 72.04m i sitt første kast. De to andre er mislykkede. Det blir ingen finale denne gang. Foto: Bildbyrån





Underveis i 5000m finalen for menn med Magnus (9) først av de norske foran Andreas Halvorsen og Jakob Ingebrigtsen. Foto: Bildbyrån

Det blir spennende å se om han nå bestemmer seg for å legge kastskoene på hylla for godt. Selv om knærne fungerer bra akkurat nå, har han tidligere slitt med en vond skulder og en rygg som skranter nå og da. Videre satsing er også avhengig av å få på plass et økonomisk opplegg som han kan leve med.

Om morgenøkten hadde vært svak for de norske fargene, tok det seg betraktelig opp de siste timene av første dag.

Det startet med 5000m for menn med Magnus Tuv Myhre på startstreken sammen med Jakob og Filip Ingebrigtsen fra Sandnes og Andreas Fjeld Halvorsen fra Ull/Kisa.

Magnus var våkent fremme i feltet under hele løpet, mens de andre norske valgte å legge seg litt lenger bak. Etter hvert kom Jakob og Andreas lenger fram i feltet. Da var Magnus med på notene. Ved passering før siste runde var Jakob helt fremme i feltet med Magnus på en 5.plass. Denne plassen beholdt han helt til mål. Han manglet dessverre litt på å ta en medalje. Det skilte bare 5/10 fram til bronsemedaljen. Tiden ble 13:16.59. Klar årsbeste. Jakobs vinnertid ble 13:15.29. Ett meget sterkt comeback etter å ha vært borte fra konkurranser siden VM i Tokyo 2025.



Gutta som løp 5000m for Norge. Magnus Tuv Myhre, Andreas Fjeld Halvorsen, Jakob Ingebrigtsen og Filip Ingebrigtsen. Foto: Bildbyrån

Etter å ha ventet ca.45 minutter etter 5000m løpet, var det klart for kveldens høydepunkt for vår del. 4x400m mixed stafett med Amalie Iuel og Andreas Kulseng på laget. Andreas var den siste som ble klarert for å løpe. Vi antar det stod mellom han og Andreas Grimerud fra Moelven. Amalie Iuel ble valgt framfor Josefine Tomine Eriksen Ask fra Sem IF som har prestert sterke 51.43 i år.

Stafetten åpnet med at Karsten Warholm løp første etappe. Etappetiden var så god som 44.5. Nederland lå her på en 2.plass hvor Jonas Phijffers løp etappen på 44.7.

Karsten kunne så gi pinnen videre til Amalie Iuel som løp et velberegnet løp, men måtte se at Lieke Klaver distanserte henne med 12/10. Amalies etappetid var 50.8.

På forhånd var det mye snakk om Andreas Kulseng ville holde hele veien rundt og ikke tape for mye på slutten. Etter den første svingen kom den britiske løperen sterkt og passerte Andreas som la seg pent i rygg. På oppløpssiden skjedde det stikk motsatte av det ekspertene hadde forventet. Andreas løp seg helt opp i ryggen på det nederlandske og det britiske laget. Med en etappetid på 44.9 kunne han gi pinnen til Henriette Jæger i rygg på de nevnte lagene.

Da var det bare for Henriette å ligge pent i rygg på de to andre lagene for så å smadre dem oppover langsiden. Tiden ble så god som 3:09.62. Norsk rekord og mesterskapsrekord.

Andreas er en fighter og mye bedre på 400m enn den tiden han har oppnådd i år. Han har hatt en tendens til å åpne for sakte. I dette løpet måtte han bare følge etter og det viste seg da at han holdt mye bedre inn en han har trodd selv. Det er alltid gøy når den som er sett på som det svakeste punkt er den som på mange måter avgjør stafetten for Norge.



Karsten har gjort jobben og kan sende Amalie ut på andre etappe i ledelsen. Foto: Bildbyrån



Øverst: Andreas har overtatt pinnen fra Amalie og er i gang med tredje etappe
Nederst: Andreas leverer en strålende etappe og kan sende Henriette ut på siste etappe i rygg på Storbritannia. Foto: Bildbyrån





Øverst: Henriette løper Norge inn til seier med tiden 3:09.52, ny norsk rekord.
Nederst: Seierspallen med Norge på topp. Foto: Bildbyrån




BIRMINGHAM 2026
BIRMINGHAM26
EUROPEAN ATHLETICS
CHAMPIONSHIPS
SPAR
IUEL
NORWAY
SPAR
KULSENG
NORWAY
SPAR
ÆGER
NORWAY
SPAR
WARHOLM
CHAMPIONSHIP
RECORD
4X400M RELAY MIXED
NORWAY
3:09.62

EM Birmingham 2026

Etter en sen finale på 4x400m stafetten, en sen middag og lite søvn før tirsdag morgen, var Amalie klar til å ta fatt på semifinalen på 400m hekk; hennes hovedøvelse.

Semifinalen ble avholdt over tre heat hvor de to beste i hvert heat og de to beste tidene gikk til finale. Amalie var plassert i det siste heatet. Amalie løp nok en gang et vel-beregnet løp, men klarte ikke å være blant de to beste som gikk direkte til finale. Hun fikk tiden 54.22, som var best av de to tidene som gikk videre.





Semifinale 400m hekk for kvinner. Amalie Iuel kvalifiserer seg til finalen på tid. Foto: Bildbyrån



EM Birmingham 2026

Amanda Grefstad Frøynes har hatt en meget god sesong. Norsk mester både på 800m og 1500m og en fin ny personlig rekord på 800m som lød på 2:00.35 før EM.

Forsøksheatene ble avviklet over fire heat, med de tre beste i hvert heat og de fire beste tidene til semifinale. Amanda ble plassert i det tredje heatet sammen med Audrey Werro fra Sveits, for tiden verdens beste kvinnelige 800m løper. Planen var å ta ryggen til Werro for å kunne håpe på å få en fin tid, helst under 2:00.00.

Det var flere enn Amanda som kunne tenke seg å ligge i ryggen på Werro, men Amanda slapp å dra på feltet som hun har gjort ved flere anledninger før i år. Etter en bra oppløpsside kunne hun løpe inn til tiden 1:59.09. Det var en forbedring av personlig rekord med ett sekund og 26 hundredeler. Da var målet egentlig nådd. En semifinale i et internasjonalt mesterskap kan være en mål ved en senere anledning.



Amanda Grefstad Frøynes løper sin beste 800m noensinne og setter personlig rekord med tiden 1:59.09. Foto: Bildbyrån



Øverst: Amanda venter spent på tiden.
Nederst: Så kan hun slippe jubelen løs. Foto: Bildbyrån



EM Birmingham 2026

Onsdag 12.august var det klart for tikampen i årets EM. Vi var spente på om Sander hadde klart å nærme seg sitt gamle jeg etter NM i Trondheim.

100m ble løpt i tre heat med Sander i det andre. Dessverre var det mye motvind (-2.1m/s), men Sander løp inn til tiden 10.95 som ga 872 poeng. Det var bare 5/100 bak Leo Neugebauer fra Tyskland som var den store favoritten til gullet i tikampen. Neugebauer ble for øvrig bare nr.7 i det tredje heatet som hadde medvind +0.2m/s. Best på 100m var Nino Portmann fra Sveits med 10.69 i det tredje heatet.

I lengde hoppet Sander og Neugebauer i samme gruppe. Sander åpnet med et ugyldig hopp mens Neugebauer innledet med 7.61m. I andre omgang fikk Sander opp 7.66m i motvind -0.2 m/s. I siste omgang økte Neugebauer til 7.82m i motvind -2.0 m/s mens Sander svarte med 7.80m med vind –1.1m/s. Det ga 1015 poeng til tyskeren og 1010 poeng til Sander. Etter to øvelser var Neugebauer oppe i 1898 poeng mot Sanders 1882 poeng. Jeff Tesselaar fra Nederland var da nr.2 med 1894 poeng. Sander lå på 3.plass.

I kule innledet Sander med 13.53m før han økte til 14.45m i andre omgang. I samme gruppe fikk Jeff Tesselaar opp 15.11m i sitt siste støt.

I det andre gruppen fikk Neugebauer opp 17.13m i første omgang. Det ga han 921 poeng og totalt 2819 poeng etter tre øvelser. Tesselaar fikk 796 poeng og lå fortsatt på 2.plass med totalt 2690 poeng. Sander med 756 poeng var nr.3 totalt med 2639 poeng, 181 poeng bak Neugebauer.

Tobias Grønstad hadde kvalifisert seg til semifinalene på 800m. De ble avviklet over tre heat med de tre beste i hvert heat og de to beste tidene til finalen.

Tobias løp i det første heatet, hvor han la seg bakerst, men adskillig nærmere resten av feltet enn i forsøksheatet . Allerede fram mot passering 400m gikk han ut på siden for å bedre sin posisjon. Etter 500m gjorde han et nytt forsøk på å komme fram i feltet, men ble liggende å løpe godt ut i andre bane. Han bedret sin posisjon noe, men måtte finne seg i å bli nr.4 i feltet med tiden 1:45.26. 400m ble passert på 52.3. Mye tydet allerede da på at tiden ikke ville holde til finale.

I det andre heatet gikk det fortere fra start og 400m ble passert på 51.4. Farten var også større gjennom resten av heatet som ble vunnet av Mark English fra Irland med 1:43.49. Ben Pattison fra UK ble nr.2 med 1:43.72 og fjerdemann i heatet kom inn til 1:43.80. Da også femtemann løp under 1:44.00 var det klart at det ikke ble noe finale på Tobias.

På formiddagsøkten var det først forsøksheat på 400m for kvinner etterfulgt av 200m for kvinner.

400m ble avviklet over tre heat med de 13 beste tidene til semifinale. Lakeri Ertzgaard løp i det andre heatet. Hun ble liggende på etterskudd gjennom hele løpet og kom inn til en 6.plass med tiden 52.71.

På 200m for kvinnene var det de 12 beste tidene som gikk videre til semifinale. Maren Bakke Amundsen var i ilden allerede i det første hvor hun ble nr.6 med tiden 23.50 i vind –0.9m/s. Det var bare 5/100 bak hennes personlige rekord. Godkjent løp av Maren.



Øverst: Tobias er i gang med sin semifinale.
Nederst: Tobias i mål som fjerdemann i heatet. Foto: Bildbyrån





Øverst: Sander løper inn til 10.95 på 100m i motvind -2.1 m/s.
Nederst: Sander hopper 7.80m i lengde i motvind -1.1m/s. Foto: Bildbyrån





Øverst: Reklamekampanje for Puma?
Nederst: Sander er nede etter sitt andre hopp og utbryter: Ræva hopp, men gyldig☺. Foto: Bildbyrån





Øverst: Sander gjør seg klar til å støte kula langt bortover gresset.
Nederst er han i stilling og klar til å støte 14.45m. Foto: Bildbyrån





Øverst: Lakeri er i gang med sin 400m.
Nederst går hun i mål til tiden 52.71. Det holder ikke til semifinale. Foto: Bildbyrån





Forsøksheat på 200m for kvinner hvor Maren Bakke Amundsen blir nr.6 i sitt heat med tiden 23.50 (-0.9m/s). Foto: Bildbyrån



På kveldsøkta var det klart for fortsettelsen av tikampen med høyde og 400m. Sander valgte å gå inn på 1.99m, som han klarte i første forsøk. Han stod så over 2.02m før han klarte 2.05m i andre forsøk. Etter tre riv på 2.08m måtte han bare innse at dette ble adskillig svakere enn forventet. Sander ble stående med 850 poeng.

Leo Neugebauer gikk også over 1.99m i første, men rev så tre ganger på 2.02m. Det ga han 794 poeng. Jeff Tesselaar fra Nederland, som lå som nr.2 etter tre øvelser klarte 1.96m i tredje forsøk. Han var sjanseløs på 1.99m og ble stående med 767 poeng. Sander tok da inn 56 poeng på Neugebauer og 83 poeng på Tesselaar. Etter fire øvelser var Neugebauer i ledelsen foran Tesselaar og Sander. Før 400m var Neugebauer 101 poeng foran Sander.

Da Sander ikke hadde løpt 400m så langt i sesongen ble han plassert i det første av tre heat på distansen. Sander gikk friskt ut, men det buttet litt mot slutten og kom inn til tiden 48.31. Heatet ble vunnet av Johannes Erm fra Estland med 48.07. Dette ga Sander 894 poeng.

I det siste heatet løp Jeff Tesselaar en meget god 400m og kom inn til 47.06. Det ga hele 955 poeng. Neugebauer derimot, fikk det tøft mot slutten. Tiden 48.81 ga 870 poeng.

Etter første dag var Leo Neugebauer fortsatt i ledelsen med 4483 poeng foran Jeff Tesselaar med 4412 poeng og Sander 4382 poeng.

På 400m hekk for kvinner var Emma Zapletalova den store favoritten. Bak henne var det jevnt of flere i feltet kunne være med å kjempe om de andre medaljene. Dessverre ble Amalie plassert i den innerste banen (her bane to). Som mange vet er det ikke lett å løpe hekk i de innerste banene. Amalie ble liggende etter allerede fra passering av den første hekken. Avstanden fram til teten var ikke stor, men etter passering av den femte hekken var avstanden blitt 0.64. Hun tapte litt også på de siste hekkene, men løp seg opp en plass fra siste hekk og inn. Tiden ble 54.70 og en 7.plass..

Flere av løperne i feltet satte personlig rekord. Zapletalova vant komfortabelt med 52.91, mens medaljene gikk på 53.33 og 53.55. Amalie hadde ikke en god dag, men hun måtte nok ha overgått seg selv for å ta medalje.

Andre dag av tikampen startet med 110m hekk hvor Sander var plassert i det første heatet da han ikke hadde løpt distansen tidligere i sesongen. Best tid så langt i år hadde Makenson Gletty fra Frankrike med 13.84. Han var den eneste som hadde løpt under 14.00.

Sander fikk bane 9 i dette løpet. Der kunne han løpe i fred uten noen forstyrrelser. Sander kom godt ut og gjennomførte et solid løp i motvind -2.2m/s. Tiden ble 14.50 som ga 911 poeng og totalt 5293 poeng etter seks øvelser.

I det andre heatet løp Jeff Tesselaar in til 14.65 og kapret 892 poeng, dvs. Sander tok inn poeng i denne øvelsen. I det siste heatet viste Neugebauer igjen svakheter i løpsøvelsene og klarte bare 14.94. Det ga 857 poeng. Sander tok da inn 54 poeng og etter hekken lå han bare 47 poeng bak tyskeren.



Amalie løper inn til 54.70 og en 7.plass i finalen på 400m hekk.
Foto: Bildbyrån





Øverst: På kveldsøkten var det klart for høyde i tikampen hvor Sander hopper 2.05m. Foto: Bildbyrån
Nederst: Andre dag starter med 110m hekk hvor Sander løper inn til tiden 14.50. Foto: NTB



Diskos er en av Neugebauers bedre øvelser og det viste han til det fulle i denne konkurransen. Han åpnet med 54.31m mot Sanders 43.44m. Første omgang ble den beste for begge. Det ga Sander bare 730 poeng mot Neugebauers 961 poeng. Sander tapte da 231 poeng til tyskeren i øvelsen og etter syv øvelser lå han 278 poeng bak. Tesselaar kastet noe bedre enn Sander og fikk 45.26m i den andre gruppen. Det ga 772 poeng og han økte da sin ledelse til Sander med noen poeng. Niklas Kaul fra Tyskland gjorde også en god diskoskonkurranse og med 48.88m måtte han fortsatt regnes med som en av favorittene i tikampen.



Sander i et av sine diskoskast. Foto: NTB

Mens Sander kastet diskos løp Andreas Kulseng og Kenny Emi Tijani-Ajayi forsøksheat på 200m. Som vanlig i sprintøvelsene gikk de 12 beste tidene til semifinale. Gjennom tre dager med konkurranser hadde man sett hvor urettferdig dette kunne være. Arrangøren burde absolutt ha vurdert om man skulle ha gjort noe med dette. I løpet av de tre heatene på 200m fikk man virkelig se hvordan dette kunne slå ut.

Kenny var satt opp i det første heatet. Han løp sitt beste løp noen gang. I motvind –0.6m/s løp han inn til en 2.plass og tiden 20.70. Ny personlig rekord. I det andre heatet var vinden -0.4m/s, men bare to utøvere løp raskere enn Kenny. Før det siste heatet var det klart at Kenny var klar for semifinale.

I det siste heatet løp noen av de med de beste tidene i år. Delvis Santos fra Portugal var klart best med tiden 20.70. Andreas ble nr.3 med 21.04. Så viste det seg at motvinden var hele -3.4m/s. Andreas var 3/100 fra å gå videre til en semifinale hvor han absolutt burde ha vært med.

Stavhopp i tikampen ble en spesiell opplevelse. Etter at fem hoppere hadde gått over 4.80m i Sanders gruppe kom beskjeden om at de hadde hoppet på 4.70m da arrangøren hadde glemt å justere høyden. Alle måtte hoppe på nytt. Så kom neste fadese. Arrangøren hadde også glemt å justere stativet etter utøvernes spesifikasjoner. Mer hopping før man ble ferdig med denne høyden. Sander valgte å stå over 4.80m slik at han ikke ble involvert, men det tok ca 1 time fra han hoppet på 4.70m til han kunne hoppe på 4.90m. Den høyden og 5.00m tok han i første forsøk. 5.10m ble for høyt også denne gang som i NM. Det ga han 910 poeng og totalt 6933 poeng etter åtte øvelser.

Leo Neugebauer hoppet 4.90m og fikk 880 poeng. Sammenlagt var han fortsatt i ledelsen med 7181 poeng. Sander tok da inn nye 30 poeng og var 248 poeng bak. Niklas Kaul kom seg også over 4.90m og lå som nr.4 med 6823 poeng.



Kenny kvalifiserer seg til semifinale på 200m. Foto: Bildbyrån

Med en personlig rekord i spyd på 79.05m og 4:10.04 på 1500m ville Kaul være den største konkurrenten til Leo Neugebauer i de to siste øvelsene.

Niklas Kaul åpnet med å kaste 73.54m i spyd. Det ble hans lengste for kvelden. Neugebauer fikk opp 60.10m i første kast. Det ble også hans lengste. Sander åpnet med 58.88m og fortsatte med 58.51m og 59.43m.

Han fikk 729 poeng i øvelsen, tapte 10 poeng til Neugebauer og 214 poeng til Kaul. Tesselaar kastet 53.80m som ga 645 poeng.

Før 1500m var det klart at Kaul måtte slå Neugebauer med 22 sekunder for å bli europamester og Sander måtte ikke være lenger enn 17 sekunder bak Tesselaar for å sikre bronsemedaljen.

Tesselaar åpnet sterkt, men fikk det litt på slutten og kom inn til 4:16.13. Sanders tid ble 4:25.99 som holdt til bronse. I kampen om gullet fikk Kaul 4:20.70 mot Neugebauers 4:38.86. Det holdt akkurat til å sikre gullet. Neugebauer var så stiv mot slutten at han så vidt kom seg over mållinjen.

.



Øverst: Sander på vei over 4.70m i stav. Han endte med 5.00m.Foto: Bildbyrån
Nederst: Sander kaster 59.43m i spyd. Foto: NTB





Sander underveis på 1500m i ryggen på Makenson Gletty fra Frankrike. Sander var rolig og konsentrert under hele 1500m og kunne løpe inn til en bronsemedalje. Foto: Bildbyrån





Øverst: Sander dekorert i det norske flagget etter at bronsemedaljen er sikret. Nederst: Alle tikjemperne samlet etter at 1500m er ferdig. Foto: Bildbyrån





Seierspallen med Kaul, Neugebauer og Sander. Foto: NTB

Neugebauers vant gullet med 8611 poeng foran Kaul med 8573 poeng og Sander 8433 poeng. Vi hadde på forhånd kalkulert med at Sander kunne vinne med ca. 8600 poeng. Han manglet litt på det. Resultatene i alle øvelsene var noe svakere enn forventet bortsett fra i lengde.

Sander vant sin andre medalje i tikamp etter at han vant sølvmedaljen i Roma for to år siden. Det må han være fornøyd med, skadesituasjonen tatt i betraktning. Nå har han et år på å forberede seg til VM i Beijing 2027.





Så var det tid til å feire med familien. Til venstre med mor Anne-Lise. Til høyre med far Rolf og søster Eirin (eller Laura). Foto: Bildbyrån

EM Birmingham 2026



Rank	Athlete	100m	LJ	SP	HJ	400m	110H	DT	PV	JT	1500m	Total	
1	Leo Neugebauer GER | DOB : 2000-06-19	10.90 (9) 883	7.82 (1) 1015	17.13 (1) 921	1.99 (9) 794	48.81 (16) 870	14.94 (16) 857	54.31 (1) 961	4.90 (9) 880	60.10 (5) 739	4:38.36 (19) 691	**8611**	
2	Niklas Kaul GER | DOB : 1998-02-11	11.23 (20) 810	7.22 (12) 866	15.26 (6) 806	2.02 (5) 822	47.99 (5) 910	14.73 (10) 882	48.88 (3) 847	4.90 (7) 880	73.54 (1) 943	4:20.70 (4) 807	**8573** -38	**SB**
3	Sander Skotheim NOR | DOB : 2002-05-31	10.95 (12) 872	7.80 (2) 1010	14.45 (14) 756	2.05 (3) 850	48.31 (12) 894	14.50 (5) 911	43.23 (14) 730	5.00 (2) 910	59.43 (10) 729	4:25.99 (7) 771	**8433** -178	**SB**
4	Jeff Tesselaar NED | DOB : 2003-05-03	10.75 (2) 917	7.67 (3) 977	15.11 (8) 796	1.96 (16) 767	47.06 (1) 955	14.65 (7) 892	45.26 (7) 772	4.70 (14) 819	53.80 (16) 645	4:16.13 (2) 838	**8378** -233	**PB**
5	Karel Tilga EST | DOB : 1998-02-05	11.22 (19) 812	7.28 (10) 881	15.46 (5) 818	2.02 (4) 822	49.10 (17) 857	15.04 (19) 845	49.14 (2) 852	4.90 (9) 880	60.05 (7) 739	4:24.65 (6) 780	**8286** -325	
6	Makenson Gletty FRA | DOB : 1999-04-02	10.80 (4) 906	7.20 (13) 862	15.65 (3) 830	2.02 (7) 822	48.13 (9) 903	14.18 (1) 951	41.60 (17) 697	4.60 (16) 790	60.07 (6) 739	4:26.11 (8) 770	**8270** -341	
7	Rasmus Roosleht EST | DOB : 2002-07-25	10.91 (11) 881	6.95 (20) 802	15.88 (2) 844	1.93 (17) 740	47.84 (2) 917	14.72 (9) 884	45.19 (8) 771	4.80 (11) 849	64.58 (2) 807	4:36.34 (17) 704	**8199** -412	
8	Amadeus Gräber GER | DOB : 2005-02-03	10.79 (3) 908	7.23 (11) 869	13.29 (19) 685	1.99 (11) 794	48.31 (11) 894	14.74 (11) 881	43.44 (11) 735	5.10 (1) 941	60.03 (8) 738	4:34.25 (13) 717	**8162** -449	

Resultater tikamp menn



Mens Sander kjempet om medalje i tikampen løp Kenny Emi Tijani-Ajayi semifinale på 200m. Kenny løp i det første av tre heat. Han fikk bane to, men gjorde nok en gang en glimrende innsats da han ble nr.7 i heatet med tiden 20.73. Vind +2.9m/s. De to beste i hvert heat og de to beste tidene gikk til finale. Foto: Bildbyrån

Fredag 14.august åpnet med kvalifisering i spyd for kvinner med Sigrid Borge og Marie-Therese Obst i den første gruppa. Sigrid hadde det lengste kastet i Europa i år med 65.00m oppnådd i Xiamen 23.mai. I tillegg hadde hun også to andre konkurranser hvor hun var godt over 60m.

Sigrid innledet med 57.22m og fulgte opp med 55.87m og 56.94m. Etter første pulje var hun nr.6. Marie-Therese hadde tre ugyldige kast utenfor sektor og var dermed uaktuell for en finale.

Resultatene var ikke stort bedre i den andre puljen og Sigrid endte på en 11.plass totalt og klar for finale.



Sigrid Borge



Marie-Therese i et av sine kast. Foto: Bildbyrån

Det var stilt store forventninger til det norske laget på 4x400m for kvinner etter at de vant VM i Gaborone tidligere i år. Da Henriette Jæger skulle løpe finale på 400m lørdag, valgte man å sette inn Kaitesi Ertzgaard i hennes sted. Etter at det første heatet var ferdig løpt var det klart at Norge måtte løpe bedre enn 3:26.92 for å gå til finale hvis de ikke kom inn blant de tre beste.

Josefine Tomine Eriksen Aks fra Sem IF var satt opp på første etappe. Hun gjennomførte nok et godt løp å kunne veksle først med en etappetid på 51.4. Lakeri Ertzgaard løp den andre etappen. Ut av svingen valgte hun å legge seg bak Nederland og Italia. Lakeri holdt godt inn de siste 100m og kunne veksle som nr.4 etter en etappetid på 51.6. Kaitesi Ertzgaard, som løp den tredje etappen holdt sin plassering, men tapte noe tid til de tre i tet. Selv ikke en Amalie Iuel kunne gjøre noe på siste etappen og Norge ble nr.4 med tiden 3:27.71. Det holdt til en 10.plass totalt, bare 79/100 bak Polen som kapret den siste finaleplassen. Etappetidene til Kaitesi og Amalie var henholdsvis 52.9 og 51.8.

Både Josefine Tomine Aks og Amalie Iuel hadde vært gjennom flere løp dagene før og det preget nok laget. I finalen siste dag vant Nederland med tiden 3:21.10. Det er noe svakere enn Norge hadde da de vant i Gaborone tidlig på sesongen.



Tjalves del av laget: Lakeri, Kaitesi og Amalie. Foto: Bildbyrån



Øverst: Josefine Tomine Eriksen Aks sender Lakeri ut på andre etappe.
Nederst: Lakeri er ferdig med sin etappe og overlater pinnen til Kaitesi. Foto: Bildbyrån





Øverst: Kaitesi overlater pinnen til Amalie som løper siste etappe.
Nederst: Amalie har gjort jobben, men må innse at de ikke var gode nok denne dagen. Foto: Bildbyrån



Nestsiste dag av mesterskapet var det klart for forsøksheat på 1500m for kvinner. Det var to heat hvor de seks beste i vært heat gikk videre til finale.

Anne Gine Løvnes var plassert i det første sammen med blant andre Georgia Hunter Bell fra Storbritannia. Farten var ikke stor i starten hvor Anne Gine ble liggende bakerst i feltet. Hun prøvde etter hvert å komme seg opp nærmere teten, men en runde fra mål ble farten skrudd opp. Anne Gine kjempet det hun kunne og kom inn til en 10.plass med tiden 4:11.38. Hun var bare 54/100 bak 6.plassen og en finaleplass.

I det andre heatet ble Ingeborg Østgård liggende bak gjennom hele løpet og da farten ble skrudd opp klarte hun ikke å henge med. Hun fikk tiden 4:18.81.



Øverst: Anne Gine klar til start i 1500m forsøksheat.
Nederst: Underveis i løpet. Foto: Bildbyrån





Øverst: Ingeborg klar til start.
Nederst: Her er hun i ferd med å slippe feltet. Foto: Bildbyrån



Siste dag av mesterskapet var det klart for finalen i spyd for kvinner med Sigrid Borge i feltet. Sigrid innledet hele konkurransen med å kaste 59.55m i første omgang. Allerede da hadde hun kastet lenger enn i kvalifiseringen. Etter et mislykket andre kast økte hun til 59.98m i tredje. Før finaleomgangene lå hun på en 4.plass. Opp til 3.plassen var det ca.1 meter. I fjerdeomgang ble det nok et mislykket kast før hun fikk opp 58.09m i femte.

Sigrid ble tilslutt nr.4. Hun var mye nærmere et treff i finalen enn hun var i kvalifiseringen., men det var fortsatt langt opp til hennes årsbeste på 65.00m. Dette var Sigrids klart beste plassering i et internasjonalt mesterskap



Sigrid i et av sine kast i finalen hvor hun blir nr.4 med resultatet 59.98m. Foto: Bildbyrån



EM resultater for IK Tjalve utøvere

27. EUROPAMESTERSKAP - ALEXANDER STADIUM, BIRMINGHAM, GBR - 10. - 16. AUGUST 2026

MENN

200 METER	-	Kenny Emi TIJANI-AJAYI			7sf1	20.74w	+2.9	2h1	20.70 PB -0.6
	-	Andreas Ofstad KULSENG						3h3	21.05 -3.4
800 METER	-	Tobias GRØNSTAD			4sf1	1:45.26		5h2	1:45.85
5000 METER	5.	Magnus Tuv MYHRE	13:16.59	SB					
10000 METER *	6.	Magnus Tuv MYHRE	28:21.25	SB					
SLEGGE	-	Eivind HENRIKSEN						11q2	72.06
10-KAMP	3.	Sander Aae SKOTHEIM	8433p	SB					
	10.95 ¤ 7.80 ¤ 14.45 ¤ 2.05 ¤ 48.31 / 14.50 ¤ 43.23 ¤ 5.00 ¤ 59.43 ¤ 4:25.99 -2.1 / -1.1 / -2.2								

KVINNER

200 METER	-	Maren Bakke AMUNDSEN						6h1	23.50 -0.9
400 METER	-	Lakeri ERTZGAARD						6h2	52.71
800 METER	-	Amanda Marie Grefstad FRØYNES						7h3	1:59.09 PB
1500 METER	-	Anne Gine LØVNES						10h1	4:11.38
	-	Ingeborg ØSTGÅRD						14h2	4:18.81
400 METER HEKK	7.	Amalie Hammild IUEL	54.70		3sf3	54.22		Top 12	- - - - -
SPYD	4.	Sigrid BORGE	59.98					6q1	57.22
	-	Marie-Therese OBST						-q1	NM
4 x 400 METER STAFETT	-	NORGE			4h2	3:27.71		51.4 ¤ 51.6 ¤ 52.9 ¤ 51.81	
	Josefine Tomine Eriksen AKS - Lakeri ERTZGAARD IK Tjalve - Kaitesi ERTZGAARD IK Tjalve - Amalie Hammild IUEL IK Tjalve								

MIX

4 x 400 METER STAFETT	1.	NORGE	3:09.62	NR	ETAPPETIDER:	44.5 ¤ 50.8 ¤ 44.9 ¤ 49.42	
	Karsten WARHOLM - Amalie Hammild IUEL IK Tjalve - Andreas Ofstad KULSENG IK Tjalve - Henriette JÆGER						

Resultatene er sammenstilt av Kjetil Myrtun

Kvalifiseringskrav til VM i Beijing 2027



MEN	EVENT	WOMEN
9.95	100M	10.96
20.07	200M	22.45
44.45	400M	50.00
1:43.00	800M	1:57.50
3:30.00	1500M	3:58.00
12:50.00	5000M / 5KM ROAD	14:36.00
26:48.00	10,000M / 10KM ROAD	30:40.00
2:06:00	MARATHON	2:23:20
8:08.00	3000M STEEPLECHASE	9:06.50
13.18	110M H / 100M H	12.60
48.00	400M HURDLES	54.00
2.30M	HIGH JUMP	1.96M
5.90M	POLE VAULT	4.75M
8.25M	LONG JUMP	6.86M
17.35M	TRIPLE JUMP	14.40M
21.50M	SHOT PUT	19.30M
67.20M	DISCUS THROW	64.50M
78.30M	HAMMER THROW	74.00M
85.50M	JAVELIN THROW	63.40M
	HEPTATHLON	6550 PTS
8620 PTS	DECATHLON	
1:23:00	HALF MARATHON RACE WALK	1:33:10
3:01:00	MARATHON RACE WALK	3:28:00

Kvalifiseringskravene til neste års VM i Beijing er nå publisert.

5 gull, 7 sølv og 3 bronsemedaljer i NM junior

NM junior U20 og U23 ble arrangert på Bislett 28-30.august med IL i BUL og SK Vidar som arrangør. IK Tjalve hadde meldt på 24 utøvere. Av disse var det fire som ikke stilte til starter grunnet sykdom eller skader.

I forbindelse med Kong Haralds død ble mesterskapet avholdt med en grad av ro og verdighet som innebar lavere lydnivå enn normalt, ingen musikk og alle starter ble gjennomført med silent gun.

Mesterskapet ble åpnet av presidenten i Norges friidrettsforbund, Runar Bålsrud, som brukte første del av sin tale til å minnes Kong Harald.



Runar Bålsrud under åpningen av mesterskapet på fredag.
Foto: Bjørn Henriksen

Som vanlig i norske mesterskap de siste årene ble 100m avviklet første dag med forsøk, semifinaler og finaler.

Hedda Endsjø var vår eneste deltaker i 100m U20 kvinner. Øvelsen ble avviklet over 6 heat hvor de tre beste i hvert heat og de to beste tidene gikk videre til semifinale. Hedda løp i det første heatet hvor hun ble nr.3 med tiden 12.78 i vind –1.1m/s. Hun var da klar for semifinale.

I U23 klassen var det adskillig færre deltakere og det ble løpt to heat for å plukke ut de som skulle løpe finale. De tre beste i hvert heat og de to beste tidene gikk til finalen. Nora Aune vant det andre heatet med tiden 12.34 i vind –0.6m/s.

U20-klassen for menn ble avviklet over syv heat med Levi Normann-Afanou i det andre heatet. Her ble han nr.2 med tiden 11.14 i vind +0.3m/s. Han var da klar for semifinale.

I U23-klassen gjorde Sondre Jahren er aldri så lite comeback da han ble nr.4 i det andre heatet med tiden 11.33 i vind –0.1m/s. Det var ny personlig rekord. Tiden holdt ikke til videre avansement.

Semifinaler og finaler ble avviklet i ettermiddagsøkta. I U20-klassen for kvinner ble semifinalen avviklet over tre heat med Hedda Endsjø i det tredje heatet. De to beste i hvert heat og de to beste tidene gikk videre til finalen. Hedda ble nr.4 med tiden 12.67 i vind +0.6m/s. Det holdt ikke til videre avansement.

I U20-klassen for menn ble semifinalen også løpt i tre heat med de to beste og de to beste tidene til finale. Levi Normann-Afanou ble nr.2 i det tredje heatet med tiden 10.82 i vind –0.5m/s.

I finalen på 100m i kvinner U23 ble Nora Aune nr.2 med tiden 12.20 i vind –0.2m/s. Vinner ble Lea Alise Gundersen fra Fyllingen IL med tiden 11.93.

I finalen på 100m i U20-klassen for menn ble Levi Normann-Afanou nr.4 med tiden 10.77 i vind –0.2m/s. Han var 6/100 fra å kapre en bronsemedalje.

Sara Yasmin Abid hadde en travel helg. Hun stilte til start på 3000m hinder på fredag, 1500m på lørdag og 3000m på søndag. I 3000m hinder på fredag ble øvelsen avviklet som et heat med U20 og U23-klassen i samme heat. Sara gikk tidlig opp i ledelsen og distanserte utøverne i U20-klassen. Etter et godt løp kom hun inn til tiden 10:27.68 og seier i U23-klassen. Tiden var ca. tre sekunder bak personlig rekord.

1500m forsøk for menn i U20-klassen ble avviklet over to heat med Martin Sølvberg Tjelle i det andre heatet. Martin hadde ingen problemer med å vinne heatet på tiden 4:00.93.

Aiden Floyd Vincent var påmeldt i fem øvelser til dette mesterskapet. Første dag var det finale i lengde og forsøksheat på 400m i U23-klassen.

Aiden har ikke hoppet lengde siden han stilte i UM innendørs i 2024. Da hoppet han 6.18m. Personlig rekord var 6.64m fra UM innendørs i 2023.

Aiden innledet med 6.39m, fortsatte med 6.30m i andre omgang og slo til i tredje omgang med hele 6.88m. Det holdt til seier i U23-klassen foran Nikolai Stavik Moshagen fra Søndre land IL som fikk opp 6.84m også i tredje omgang.

I et av de siste heatene på fredag løp han inn til en 3.plass i det andre heatet på 400m forsøk med tiden 49.77. Det var det som var nødvendig for å kvalifisere til finalen på lørdag. Som man ser av bildet var været rimelig ufyselig.

Vetle Lier stilte til start i forsøket på 400m i U20-klassen, men valgte å bryte etter ca.150m.

I kvinnenes forsøk i U20-klassen løp Frida Valstad Elsness i det tredje heatet. Her ble hun dømt som nr.2 med samme tid som vinneren. Tid: 58.97.

Tjalve hadde en deltaker med i høyde i U20-klassen hvor Mari Thelle Vegsund ble nr.7 med resultatet 1.45m.

Resultat første dag: To gull og en sølvmedalje.



Øverst: Hedda Endsjø (bane to) løper inn til en 4.plass i det tredje semifinaleheatet på 100m.
Nederst: Levi Normann-Afanou kruser inn til en 2.plass i det tredje semifinaleheatet i U20-klassen. Foto: Bjørn Henriksen





Øverst: Levi Normann-Afanou (bane fire) blir nr.4 på 100m med tiden 10.77. Christopher Ekene Nordlie (160) vinner med tiden 10.62. Henrik Ambrose Willett (165) blir nr.2 med 10.63. Begge fra IL i BUL.
Nederst: Nora Aune (412) blir nr.2 på 100m i U23-klassen med tiden 12.20. Foto: Bjørn Henriksen





Øverst: Nora (412) og konkurrentene venter spent på tider og plasseringer.
Nederst: Sara Yasmin Abid har passert for siste gang og har distansert en av konkurrentene med en runde på 3000m hinder. Foto: Bjørn Henriksen





Øverst: Aiden Floyd Vincent vinner lengde i U23-klassen med et hopp på 6.88m.
Nederst: Aiden løper inn til en 3.plass i forsøket på 400m. Det er nok til å kvalifisere seg til finalen. Foto: Bjørn Henriksen



NM junior 2026



Øverst: Frida Valstad Elsness (397) kvalifiserer seg enkelt til finalen på 400m i U20-klassen. Foto: Bjørn Henriksen

Dag to av mesterskapet ble innledet med forsøk på 200m alle klasser. I U20-klassen for menn valgte Levi Normann-Afanou ikke å stille til start.

Marcus Gardner Stålby hadde ingen problemer med å kvalifisere seg til semifinale da han vant det sjette heatet med tiden 22.49 i vind +1.4m/s.

I U20-klassen for kvinner ble Hedda Endsjø nr.3 i det første heatet med tiden 26.45. Det holdt til en semifinale.

Nora Aune løp i det første heatet i U23-klassen hvor hun ble nr.2 med tiden 25.13. Line Safaa Al-Saiddi vant det andre heatet med tiden 24.79. Begge var da klare for finale i øvelsen.

På 800m for kvinner U20 ble Hennie Strand-Omreng nr.4 idet det andre av to heat med tiden 2:19.03. De tre beste i hvert heat gikk til finalen, men Hennie klarte å kvalifisere seg på tid. Tiden var for øvrig personlig rekord.

Marcus Gardner Stålby kvalifiserte seg enkelt til finalen på 200m i U20-klassen da han vant det tredje semifinaleheatet med tiden 21.99.

I U20-klassen for kvinner ble Hedda Endsjø nr.4 i det tredje heatet med tiden 26.10. Det holdt ikke til videre avansement. Hun var bare 7/100 fra en finaleplass.

I finalen på 1500m for kvinner U20 ble Iryna Kobiakova nr.6 med tiden 4:53.05. Iryna kommer fra Ukraina.

San Yasmin Abid sikret seg en ny medalje på 1500m i U23-klassen da hun ble nr.3 med tiden 4:38.97. Hun ble slått av Selma Skisaker som ble nr.2 med 4:37.78.

Gledelig nok hadde vi med en kvinne i spyd i U20-klassen. Her ble Ava Lundborg nr.2 med resultatet 37.15m.

1500m menn i U20-klassen ble et oppgjør mellom Dennis Ravndal fra Spirit FIK og Magnus Øyen fra Rindal IL. Martin Sølvberg Tjelle hang lenge med helt framme, men tapte noe mot slutten. Han ble nr.8 med tiden 3:56.40.

I den eldste klassen ble Andril Radzevylo nr.7 med tiden 4:06.16. Andril kommer også fra Ukraina.

I finalen på 400m for kvinner U20 ble det en meget oppløftende sølvmedalje til Frida Valstad Elsness som løp inn til tiden 57.07. Det er personlig rekord. Vinner ble Lilje Lopes Patey fra IL i BUL med 55.30.

Under oppvarmingen til finalen på 400m i U23-klassen kjente Aiden Floyd Vincent at ikke alt var som det skulle være og trakk seg fra finalen for ikke å pådra seg en skade. Dermed gikk vi nok glipp av en medalje i denne øvelsen.

Marcus Gardner Stålby løp nok et godt løp i finalen på 200m i U20-klassen på søndag, men det holdt bare til en 4.plass denne gang. Tiden til Marcus ble 21.87. Marcus har hatt stor framgang i år og vi gleder oss til neste sesong.

I 200m finalen for kvinner U23 ble det to medaljer til IK Tjalve. Line Safaa Al-Saiddi ble nr.2 med tiden 24.71 og Nora Aune nr.3 med 24.84. Line var bare 9/100 bak vinneren Borghild Olstad fra Hareid IL.



Øverst: Hedda Endsjø (bane fire) kvalifiserer seg til semifinalen på 200m ved å bli nr.3 i sitt heat.
Nederst: Hennie Strand-Omreng kvalifiserer seg til finalen på 800m i U20-klassen. Hun setter personlig rekord med tiden 2:19.03.
Foto: Bjørn Henriksen





Øverst: Iryna Kobiakova (t.h.) blir nr.6 i finalen på 1500m kvinner i U20-klassen med tiden 4:53.05
Nederst: Marcus Gardner Stålby på vei ut av svingen i sin semifinale på 200m. Foto: Bjørn Henriksen





Øverst: Marcus Gardner Stålby vinner sitt semifinaleheat på 200m med tiden 21.99.
Nederst: Hedda Endsjø (bane fire) blir nr.4 i sitt semifinaleheat. Det holder ikke til videre avansement. Foto: Bjørn Henriksen





Øverst: Selma Skisaker blir nr.2 og Sara Yasmin Abid nr.3 på 1500m i U23-klassen.
Nederst: Alva Lundborg vinner sølvmedaljen i spyd U20-klassen. Foto: Bjørn Henriksen





Øverst: Passering 300m på 1500m finalen i U20-klassen med Martin Sølvberg Tjelle i tet. Han må etter hvert slippe teten og blir nr.8.
Nederst: Andril Radzevylo (394) blir nr.7 på 1500m i U23-klassen. Foto: Bjørn Henriksen





Øverst: Frida Valstad Elsness (397) blir nr.2 på 400m i U20-klassen med tiden 57.07. Hun slår Ingrid Larsen Taggart (341) fra SK Vidar med 1/100 i kampen om sølvmedaljen .
Nederst: Premiepallen med fra venstre: Larsen Taggart, Lilje Lopes Patey fra IL i BUL og Frida. Bildet blir tatt bakfra da fotografen ikke klarte å komme seg foran pallen før det var for sent. Foto: Bjørn Henriksen



Siste dag av mesterskapet var været adskillig bedre og vi slapp de regnskurene som kom fredag og lørdag.

En av de øvelsene vi gledet oss mest til var høyde for menn, hvor det gikk rykter om at Sondre Jahren hadde hoppet høyt på trening.

Sondre valgte å gå inn på 1.96m som han gikk over i første forsøk. Han stod over 1.99m og hoppet igjen på 2.01m som også gikk lett i første forsøk. Han valgte så å stå over 2.03m. 2.05m var ikke noe problem. Det var heller ikke 2.09m som han også klarte i første forsøk. 2.11m ble for høyt denne gangen, men Sondre har høyden inne. Det kommer etter hvert som han får mer konkurransetrening. Resultatet holdt til en 2.plass. Vinner ble Tobias Heldal fra Fana IL som klarte 2.11m.

En av de første øvelsene søndag var tresteg for kvinner begge klasser. Mari Thelle Vegsund ble nr.6 i U20 med resultatet 10.66m. Det var personlig rekord. I U23-klassen ble Guro Hjeltnes nr.2 med 10.83m.



Tresteg for kvinner. Øverst: Mari Thelle Vegsund.
Nederst: Guro Navelsaker Hjeltnes . Foto: Bjørn Henriksen

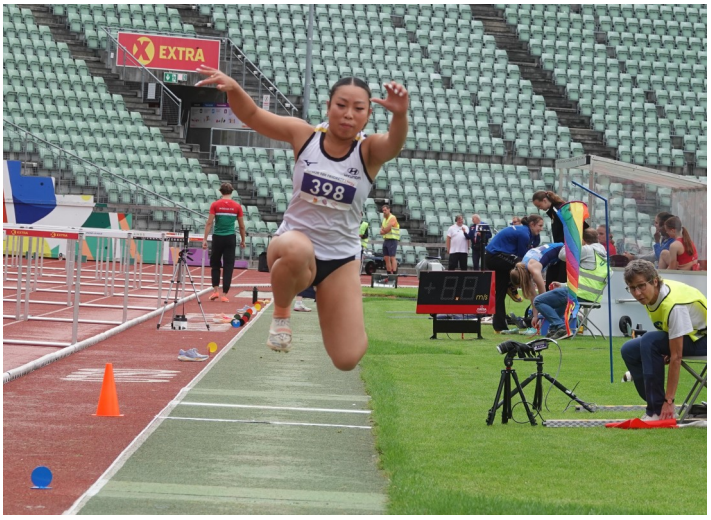
Hennie Strand Omreng presterte nok en meget god 800m da hun ble nr.4 i U20-klassen med tiden 2:17.37. For andre dag på rad forbedret hun sin personlige rekord.

I U23-klassen hadde nok ikke Selma Skisaker sin beste dag. Hun ble nr.3 med tiden 2:21.22. Tidligere i år har hun løpt på 2:05.69.

I U23-klassen for menn ble Andril Radzevylo nr.5 på 800m med tiden 1:59.06. Det var personlig rekord.

I spyd for menn U23 ble det en klar seier til Eric Becklund med resultatet 66.14m. Det er ikke langt bak årsbeste på 66.95m.

Sara Yasmin Abid kunne ta med seg nok en gullmedalje da hun vant 3000m i U23-klassen med tiden 10:04.45.





Sondre Jahren går enkelt over 2.05m i jakten på gullet. Foto: Bjørn Henriksen



Øverst: Passering etter første runde på 800m i U20-klassen for kvinner med Hennie Strand-Omreng i tet.
Nederst: Etter nok et strålende løp blir hun nr.4 med tiden 2:17.37. Foto: Bjørn Henriksen





Øverst: Selma Skisaker løper inn til en 3.plass på 800m i U23-klassen med tiden 2:21.22.
Nederst: Premiepallen med fra venstre. Ingrid Solheim fra Fagernes IL, Malin Hoelsveen fra Raufoss IL og Selma. Malin Hoelsveen fikk bestemannspremien for kvinner med sitt resultat på 2:02.98. Foto: Bjørn Henriksen





Øverst: Andril Radzevylo fighter seg inn til en 5.plass på 800m i U23-klassen.
Nederst: Sara Yasmin Abid i tet på 3000m feltet som består av løpere fra både U20 og U23-klassen. Hun vinner U23-klassen med tiden 10:04.45. Foto: Bjørn Henriksen



NM junior 2026

Etter å ha løpt 1500m både fredag og lørdag, stilte Martin Sølvberg Tjelle opp på 5000m i U20-klassen på søndag. Martin lå langt framme i feltet i begynnelsen av løpet, men måtte etter hvert slippe teten. Han fikk allikevel en fin 5.plass med tiden 14:26.84. Martin har tidligere i år satt personlig rekord med tiden 14:18.54.

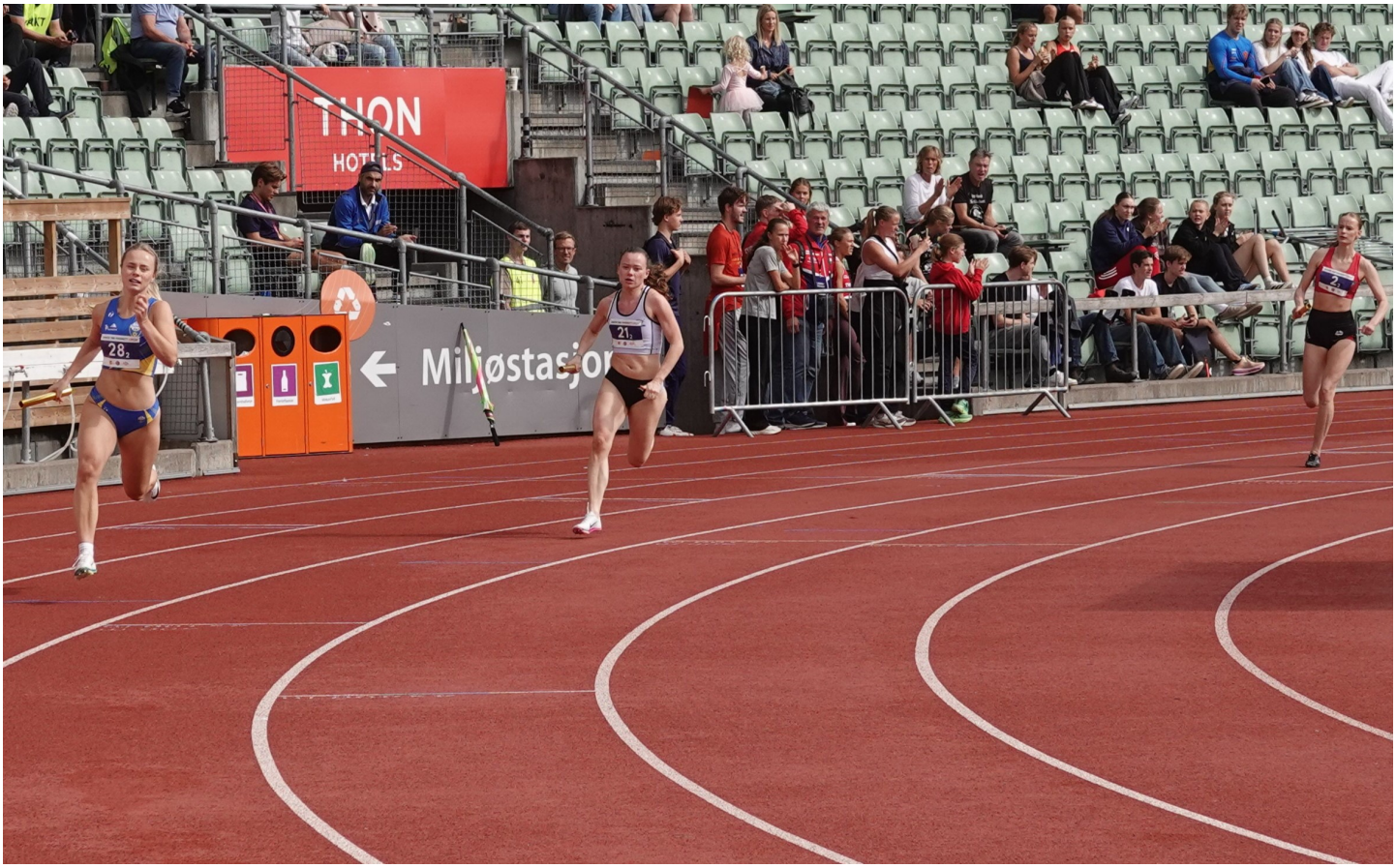
Tjalve klarte å stille et lag i stafetten over 1000m. Det var i kvinner U23. Laget bestod av Hedda Endsjø på 100m, Nora Aune på 200m, Line Safaa Al-Saiddi på 300m og Frida Valstad Elsness på 400m

Etter to etapper var Tjalve i ledelsen. Den økte Line på sin 300m etappe. Hun ga Frida en klar ledelse som holdt inn til mål. Borghild Holstad fra Hareid IL tok inn en del på de siste 100m, men seieren ble klar nok. Tjalve fikk tiden 2:11.61 mot Hareids 2:12.34.



Øverst. Starten har gått på 5000m i U20-klassen med Martin Sølvberg Tjelle (411) i feltet.
Nederst: Martin holder lenge følge med teten, men må etter hvert slippe og blir nr.5 med tiden 14:26.84. Vinnertiden blir 14:12.06.
Foto: Bjørn Henriksen





Siste øvelse på søndag er 1000m stafett for kvinner og menn, begge klasser. Øverst: IK Tjalve stiller lag i U23-klassen for kvinner. Her er Nora Aune (midt i bildet) underveis på 200m etappen.
Nederst: Line Al-Saiddi har fullført sine 300m og overlatt pinnen til Frida Valstad Elsness som løper siste etappe. Foto: Bjørn Henriksen





Øverst: Frida løser oppgaven til meget pluss og kan løpe pinnen inn til seier for IK Tjalve.
Nederst: Laget med fra venstre: Hedda Endsjø, Nora Aune, Line Al-Saiddi og Frida Valstad Elsness. Det er verdt å merke seg at Hedda er født i 2008 og Frida i 2009. Foto: Bjørn Henriksen



NM junior 2026



Øverst: Så var det klart for premieutdeling med IK Tjalve på toppen av pallen. Foto: Bjørn Henriksen

IK Tjalve vant 5 gull, 7 sølv og 3 bronsemedaljer, totalt 15 medaljer. Alle gullmedaljene ble vunnet i U23-klassen og ingen i den ordentlige juniorklassen, U20. Det er ingen tvil om at deltakerantallet er adskillig høyere i den klassen.

I 2025 vant vi 8 gull, 5 sølv og 3 bronsemedaljer, totalt 16 medaljer. I 2024 var tallene 10 gull, 8 sølv og 4 bronsemedaljer, totalt 22 medaljer. Vi ser en klar nedadgående trend.

IL i BUL ble beste klubb med sine 12 gullmedaljer. Tre av dem vunnet i stafett. De vant flere gull i U20-klassen enn i U23-klassen.

SK Vidar vant 6 gullmedaljer, Ull/Kisa 5, Norna-Salhus 5 og Fyllingen IL i Bergen 5.

Både IL i BUL og SK Vidar har en mye større bredde på juniorsiden enn IK Tjalve. Man kan spørre seg hvorfor så mange sprintere velger IL i BUL framfor IK Tjalve. Man ser også at mange hekkeløpere velger SK Vidar, antagelig først og fremst på grunn av at klubben har Petar Vukicevic som hekketrener.

Undertegnede tror at skal vi fortsette å være Nores beste friidrettsklubb, må vi også få en større bredde i juniorklassene. Da må vi være adskillig mer aktive i markedet i likhet med IL i BUL og SK Vidar.

Bjørn Henriksen



Premiepallen 3000m hinder U23-klassen med Sara Yasmin Abid. Foto: Bjørn Henriksen

NM junior resultater for IK Tjalve utøvere

80. JUNIORMESTERSKAP - OSLO / BISLETT - 28. - 30. SEPTEMBER 2026

MENN U20

100 METER	4.	LEVI BONIFACE KODJO NORMANN-AFANOU	10.77	-0.2	2sf3	10.82	-0.5	2h2	11.14	+0.3
	-	LUCAS NANDE EGGEN						-h7	DNS	-0.7
200 METER	4.	MARCUS DEVANTÉS GARDNER STÅLBY	21.87	+1.0	1sf3	21.99	+0.9	1h6	22.49	+1.4
400 METER	-	VETLE LIER						-h1	DNF	
800 METER	-	HAAKON RØVIK SVANÆS						-h3	DNS	
1500 METER	8.	MARTIN SØLVBERG TJELLE	3:56.40					1h2	4:00.93	
5000 METER	5.	MARTIN SØLVBERG TJELLE	14:26.84		5A	14:26.84				
	-	KARL ORAUG RYGH	DNF		-A	DNF				

MENN U23

100 METER	-	SONDRE JAHREN						4h2	11.31	-0.1
400 METER	-	AIDEN FLOYD VINCENT	DNS					3h2	49.77	
800 METER	5.	ANDRII RADZEVYLO	1:59.06							
1500 METER	7.	ANDRII RADZEVYLO	4:06.16							
HØYDE	2.	SONDRE JAHREN	2.09							
LENGDE	1.	AIDEN FLOYD VINCENT	6.88	-0.4						
SPYD	1.	ERIC CKRISTOPHER BECKLUND	66.14							

KVINNER U20

100 METER	-	HEDDA ENDSJØ			4sf3	12.67	+0.6	3h1	12.78	-1.1
200 METER	-	HEDDA ENDSJØ			4sf3	26.10	+1.6	3h1	26.45	+0.6
400 METER	2.	FRIDA JOHANNA VALSTAD ELSNESS	57.07					2h3	58.97	
800 METER	4.	HENNIE STRAND-OMRENG	2:17.37					4h2	2:19.03	
1500 METER	6.	IRYNA KOBIAKOVA	4:53.05							
HØYDE	7.	MARI THELLE VEGSUND	1.45							
TRESTEG	6.	MARI THELLE VEGSUND	10.66	0.0						
SPYD	2.	AVA LUNDBORG	37.15							

NM junior resultater for IK Tjalve utøvere

KVINNER U23											
100 METER	2.	NORA AUNE	12.20	-0.2				1h2	12.34	-0.6
200 METER	2.	LINE SAAFA AL-SAIDDI	24.71	+1.2				1h2	24.79	+1.0
	3.	NORA AUNE	24.84	+1.2				2h1	25.13	+1.2
800 METER	3.	SELMA ALISON BOESEN SKISAKER	2:21.22							
1500 METER	2.	SELMA ALISON BOESEN SKISAKER	4:37.78							
	3.	SARA YASMIN ABID	4:38.97							
3000 METER	1.	SARA YASMIN ABID	10:04.45							
3000 METER HINDER	1.	SARA YASMIN ABID	10:27.68							
TRESTEG	2.	GURO NAVELSAKER HJELTNES	10.97	-0.8						
1000 METER STAFETT	1.	IK TJALVE	2:11.61		KLUBBREKORD KU23					
		Hedda ENDSJØ - Nora AUNE - Line Safaa AL-SAIDDI - Frida Johanna Valstad ELSNESS								

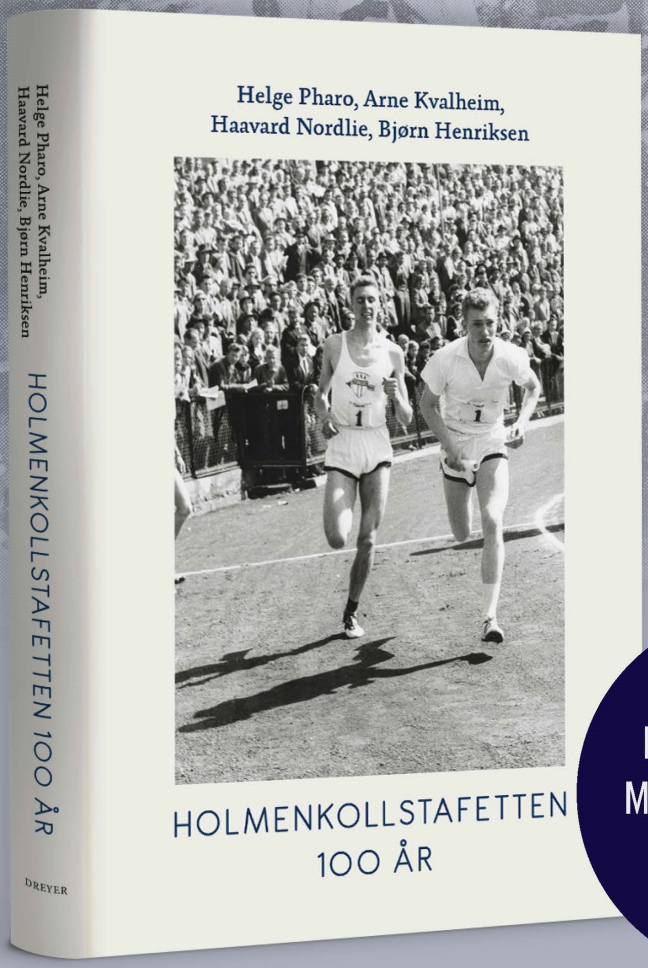


Annonse


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.
MENY .NO
LEVERT HJEM

NY PRAKTBOK OM HOLMENKOLLSTAFETTENS HISTORIE

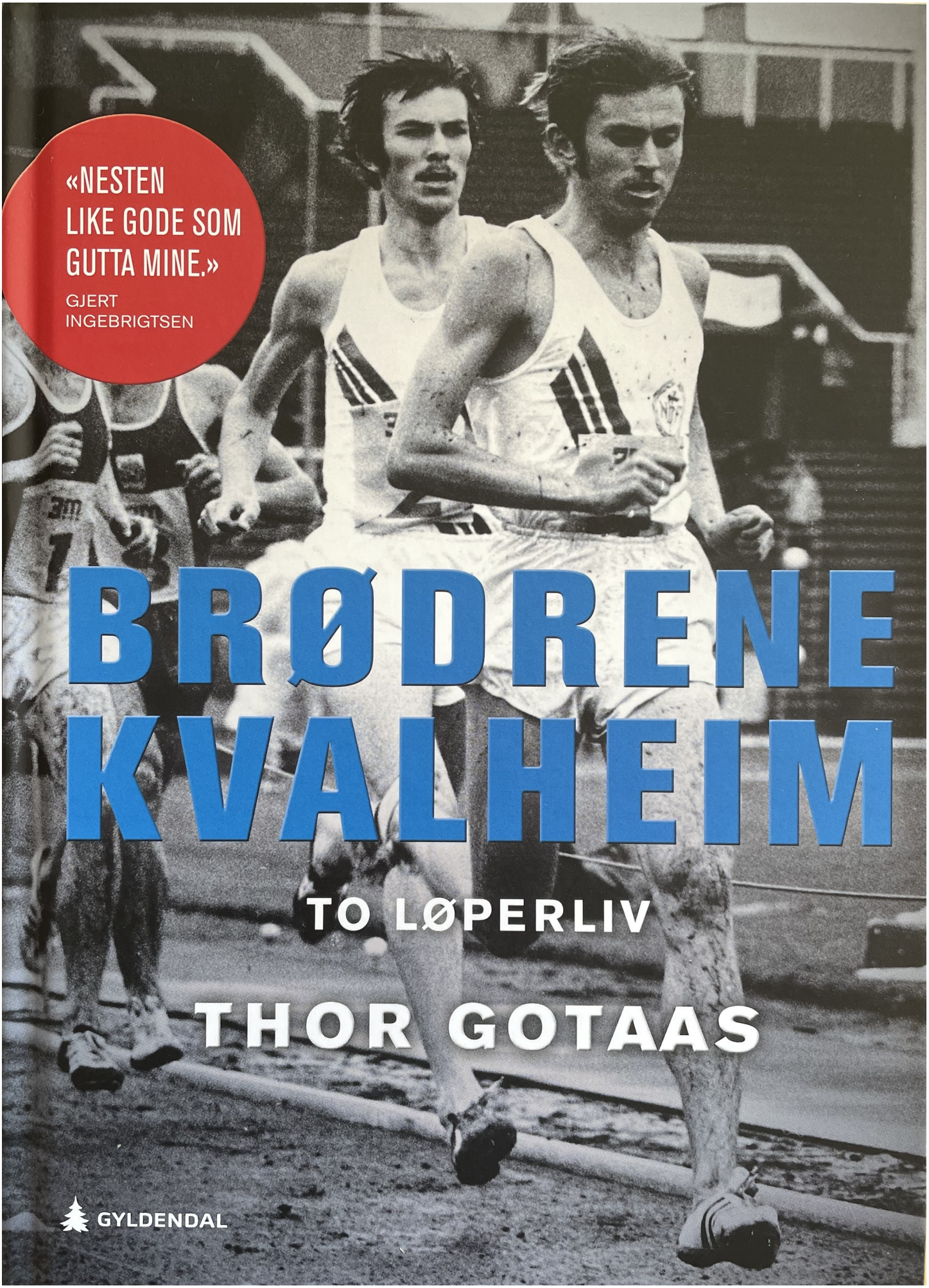


RIKT ILLUSTRERT MED BILDER, KART, OG STATISTIKK

HOLMENKOLLSTAFETTEN 100 ÅR

AV HELGE PHARO, ARNE KVALHEIM, HAAVARD NORDLIE OG BJØRN HENRIKSEN

» 100 års norsk idrettshistorie
» Hvorfor ble stafetten så utrolig populær?
» Hvorfor fikk ikke kvinner delta opprinnelig?
» Et vell av artige anekdoter


«NESTEN LIKE GODE SOM GUTTA MINE.»
GJERT INGEBRIGTSEN
BRØDRENE KVALHEIM
TO LØPERLIV
THOR GOTAAS
GYLDENDAL

Topp 100 plasseringer Europastatistikken pr. 31.08

Menn

150m

Andreas Kulseng	15.41 (5)
Kenny Emi Tijani-Ajayi	15.47 (11)
Levi Normann-Afanou	15.78 (24)

200m

Andreas Kulseng	20.53 (30)
Kenny Emi Tijani-Ajayi	20.70 (65)

300m

Andreas Kulseng	32.34 (2)

600m

Tobias Grønstad	1:17.05 (26)
Andreas Kulseng	1:19.05 (67)

800m

Tobias Grønstad	1:43.61 (8)

3000m

Magnus Tuv Myhre	7:49.63 (62)

5000m

Magnus Tuv Myhre	13:16.59 (21)

10 000m

Magnus Tuv Myhre	28:21.25 (28)

Lengde

Sander Aae Skotheim	7.80m (68)

Slegge

Eivind Henriksen	75.37m (27)

5km gateløp

Awet Kibrab	13:35 (16)

10km gateløp

Magnus Tuv Myhre	27:22 (4)

Maraton

Awet Kibrab	2:05.46 (5)

Kvinner

300m

Laura Veen	37.76 (32)
Line Al-Saiddi	38.44 (84)

400m

Kaitesi Ertzgaard	52.30 (74)
Lakeri Ertzgaard	52.37 (82)

600m

Amanda Grefstad Frøynes	1:26.22 (11)
Line Al-Saiddi	1:28.31 (28)

800m

Amanda Grefstad Frøynes	1:59.09 (25)
Malin Nyfors	2:01.42 (78)

1000m

Amanda Grefstad Frøynes	2:37.19 (6)

1500m

Anne Gine Løvnes	4:06.30 (54)
Ingeborg Østgård	4:08.91 (78)

5000m

Maiken Homlung Prøitz	15:35.58 (77)

400m hekk

Amalie Iuel	54.05 (7)

Lengde

Ida Breigan	6.52m (51)

Spyd

Sigrid Borge	65.00m (1)
Marie-Therese Obst	58.68m (25)

Topp 50 plasseringer Norden pr. 31.08

Menn

100m
Levi Normann-Afanou 10.51 (23)
150m
Andreas Kulseng 15.41 (1)
Kenny Emi Tijani-Ajayi 15.47 (2)
Levi Normann-Afanou 15.78 (3)
200m
Andreas Kulseng 20.53 (3)
Kenny Emi Tijani-Ajayi 20.70 (8)
Levi Normann-Afanou 21.34 (30)
300m
Andreas Kulseng 32.34 (1)
Levi Normann-Afanou 34.87 (19)
Marcus Gardner Stålby 35.21 (25)
Aiden Floyd Vincent 35.34 (28)
400m
Andreas Kulseng 46.48 (7)
Aiden Floyd Vincent 47.98 (42)
600m
Tobias Grønstad 1:17.05 (1)
Andreas Kulseng 1:19.05 (3)
Aiden Floyd Vincent 1:20.73 (8)
Haakon Røvik Svanæs 1:24.50 (18)
Kim Kamanzi 1:24.91 (19)
800m
Tobias Grønstad 1:43.61 (1)
3000m
Magnus Tuv Myhre 7:49.63 (9)
5000m
Magnus Tuv Myhre 13:16.59 (4)
Martin Sølvberg Tjelle 14:18.54(44)
Mikkel Blikstad Thomassen 14:25.88(49)
10 000m
Magnus Tuv Myhre 28:21.25 (3)
400m hekk
Aiden Floyd Vincent 55.19 (45)
Høyde
Sondre Jahren 2.09m (14)
Sander Aae Skotheim 2.08m (18)
Stav
Lucas Gjesdal 5.00m (37)
Sander Aae Skotheim 5.00m (37)
Lengde
Sander Aae Skotheim 7.80m (11)
Marius Bull Hjeltnes 7.38m (26)
Kule
Henrik Vesterlid 17.58m (12)
Diskos
Markus Rooth 49.35m (34)
Slegge
Eivind Henriksen 75.37m (4)
Spyd
Eric C. Becklund 66.95m (42)
5 km gateløp
Awet Kibrab 13:35 (3)
Didrik Røssum Jensen 14:27 (20)
10 km gateløp
Magnus Tuv Myhre 27:22 (2)
Maraton
Awet Kibrab 2:05.46 (1)

Kvinner

150m
Line Al-Saiddi 18.06 (4)
200m
Maren Bakke Amundsen 23.45 (11)
Ida Breigan 23.57 (15)
Kaitesi Ertzgaard 23.99 (32)
Marte Pettersen 24.08 (39)
300m
Laura Veen 37.76 (5)
Line Al-Saiddi 38.44 (9)
400m
Kaitesi Ertzgaard 52.30 (5)
Lakeri Ertzgaard 52.37 (6)
Laura Veen 53.12 (7)
Line Al-Saiddi 53.24 (8)
Amalie Iuel 53.26 (9)
Amanda Grefstad Frøynes 53.53 (17)
600m
Amanda Grefstad Frøynes 1:26.22 (1)
Line Al-Saiddi 1:28.31 (5)
Alva Skisaker 1:37.02 (14)
Hennie Strand-Omreng 1:38.01 (17)
800m
Amanda Grefstad Frøynes 1:59.09 (2)
Malin Nyfors 2:01.42 (5)
Selma Skisaker 2:05.09 (19)
Alva Skisaker 2:09.61 (50)
1000m
Amanda Grefstad Frøynes 2:37.19 (1)
1500m
Anne Gine Løvnes 4:06.30 (4)
Ingeborg Østgård 4:08.91 (10)
Maiken Homlung Prøitz 4:17.50 (27)
Amanda Grefstad Frøynes 4:20.51 (38)
3000m
Anne Gine Løvnes 9:08.45 (14)
Maiken Homlung Prøitz 9:15.19 (21)
Sara Yasmin Abid 9:36.71 (49)
5000m
Maiken Homlung Prøitz 15:35.58 (9)
400m hekk
Amalie Iuel 54.05 (1)
3000m hinder
Sara Yasmin Abid 10:24.25(15)
Stav
Nora Eikeng 4.10m (16)
Lengde
Ida Breigan 6.52m (7)
Thale Leirfall Bremset 6.04m (41)
Hedda Kronstrand Kvalvåg 5.97m (50)
Tresteg
Hedda Kronstrand Kvalvåg 13.03m (12)
Mathilde Klokseth 12.59m (27)
Diskos
Elisabeth Thon Rosvold 51.94m (21)
Spyd
Sigrid Borge 65.00m (1)
Marie-Therese Obst 58.68m (2)

Topp 100 plasseringer Verdensstatistikken pr. 31.08

Menn

150m

Andreas Kulseng	15.41 (15)
Kenny Emi Tijani-Ajayi	15.47 (22)
Levi Normann-Afanou	15.78 (36)

300m

Andreas Kulseng	32.34 (16)

600m

Tobias Grønstad	1:17.05 (67)

800m

Tobias Grønstad	1:43.61 (18)

5000m

Magnus Tuv Myhre	13:16.59 (92)

Slegge

Eivind Henriksen	75.37m (44)

5 km gateløp

Awet Kibrab	13:35 (40)

10 km gateløp

Magnus Tuv Myhre	27:22 (16)

Maraton

Awet Kibrab	2:05.46 (57)

Kvinner

600m

Amanda Grefstad Frøynes	1:26.22 (22)

800m

Amanda Grefstad Frøynes	1:59.09 (59)

1000m

Amanda Grefstad Frøynes	2:37.19 (12)

400m hekk

Amalie Iuel	54.05 (17)

Lengde

Ida Breigan	6.52m (100)

Spyd

Sigrid Borge	65.00m (3)
Marie-Therese Obst	58.68m (50)

Topp 20 plasseringer Norge pr. 31.08

Menn

100m

Levi Normann-Afanou	10.51 (5)

200m

Andreas Kulseng	20.53 (1)
Kenny Emi Tijani-Ajayi	20.70 (3)
Levi Normann-Afanou	21.34 (11)
Marcus Gardner Stålby	21.59 (18)

400m

Andreas Kulseng	46.48 (2)
Aiden Floyd Vincent	47.98 (9)
Sander Aae Skotheim	48.31 (15)

800m

Tobias Grønstad	1:43.61 (1)

3000m

Magnus Tuv Myhre	7:49.63 (3)
Martin Sølvberg Tjelle	8:19.47 (15)

5000m

Magnus Tuv Myhre	13:16.59 (3)

10 000m

Magnus Tuv Myhre	28:21.25 (1)

400m hekk

Aiden Floyd Vincent	55.19 (8)

Høyde

Sondre Jahren	2.09m (3)
Sander Aae Skotheim	2.08m (4)

Stav

Lucas Gjesdal	5.00m (4)
Sander Aae Skotheim	5.00m (4)

Lengde

Sander Aae Skotheim	7.80m (2)
Marius Bull Hjeltnes	7.38m (4)

Tresteg

Elias Sanden Søvik	13.65m (6)

Kule

Henrik Vesterlid	17.58m (1)
Sondre Jahren	16.00m (3)
Sander Aae Skotheim	14.45m (7)

Diskos

Markus Rooth	49.35m (7)
Sander Aae Skotheim	45.85m (8)
Henrik Vesterlid	40.74m (17)

Slegge

Eivind Henriksen	75.37m (2)

Spyd

Eric C. Becklund	66.95m (4)

Kvinner

100m

Marte Pettersen	11.90 (7)
Vilde Aasmo	12.05 (13)
Nora Aune	12.06 (14)

200m

Maren Bakke Amundsen	23.45 (3)
Ida Breigan	22.57 (4)
Kaitesi Ertzgaard	23.99 (8)
Marte Pettersen	24.08 (11)
Laura Veen	24.41 (17)

400m

Kaitesi Ertzgaard	52.30 (3)
Lakeri Ertzgaard	52.37 (4)
Laura Veen	53.12 (5)
Line Al-Saiddi	53.24 (6)
Amanda Grefstad Frøynes	53.53 (8)
Frida Johanna Valstad Elsness	57.07 (16)

800m

Amanda Grefstad Frøynes	1:59.09 (2)
Malin Nyfors	2:01.42 (3)
Selma Skisaker	2:05.69 (7)
Alva Skisaker	2:09.61 (13)

1500m

Anne Gine Løvnes	4:06.30 (1)
Ingeborg Østgård	4:08.91 (3)
Maiken Homlung Prøitz	4:17.50 (11)
Amanda Grefstad Frøynes	4:20.51 (12)
Selma Skisaker	4:28.41 (20)

3000m

Maiken Homlung Prøitz	9:15.76 (7)
Sara Yasmin Abid	9:37.81 (16)

5000m

Maiken Homlung Prøitz	15:35.58 (4)

100m hekk

Sunniva Indahl	14.20 (14)

400m hekk

Amalie Iuel	54.05 (1)

3000m hinder

Sara Yasmin Abid	10:24.25 (4)

Høyde

Mari Thelle Vegsund	1.58m (17)

Stav

Nora Eikeng	3.84m (5)

Lengde

Ida Breigan	6.42m (1)
Thale Leirfall Bremset	6.04m (5)
Hedda Kronstrand Kvalvåg	5.97m (6)

Tresteg

Hedda Kronstrand Kvalvåg	13.03m (1)
Mathilde Klokseth	12.48m (5)
Anna Mary Ryan	11.38m (17)
Gro Navelsaker-Hjeltnes	11.16m (20)

Kule

Sunniva Indahl	11.99m (15)

Diskos

Elisabeth Thon Rosvold	51.94m (2)

Spyd

Sigrid Borge	65.00m (1)
Marie-Therese Obst	58.68m (2)

7-kamp

Sunniva Indahl	4909p (8)

Historiske bilder



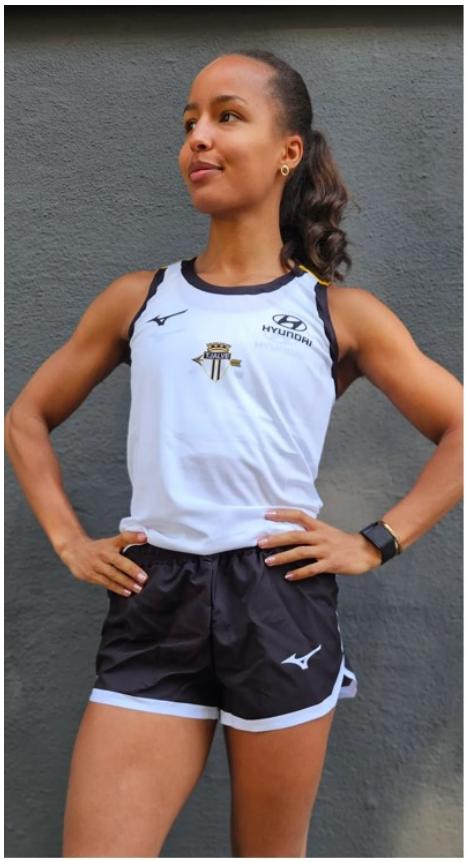
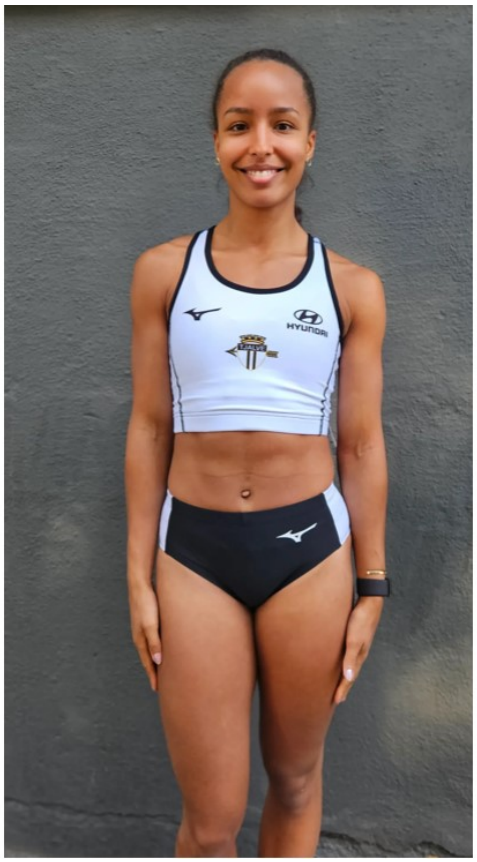
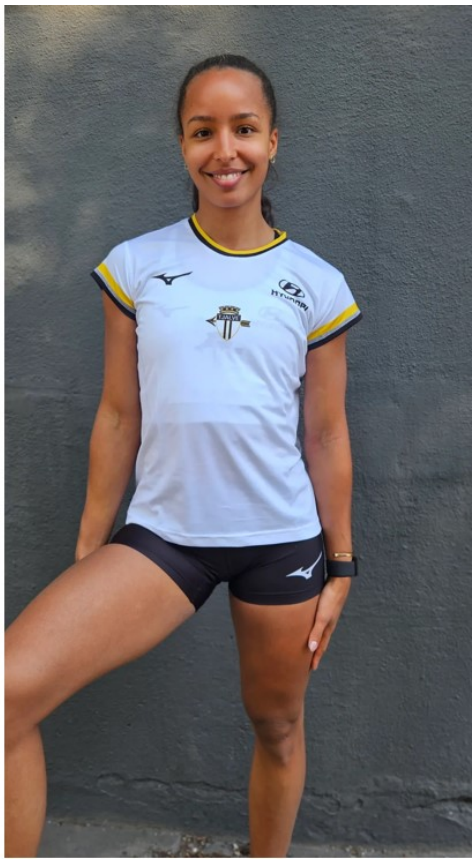
Eivind Henriksen debuterte i et internasjonalt mesterskap for senior i Barcelona EM 2010. Siden den gang har han deltatt i hvert EM som har blitt arrangert opp til 2026. Han ble nr.5 i Berlin 2018, nr.3 i München 2022 og nr.7 i Roma 2024.

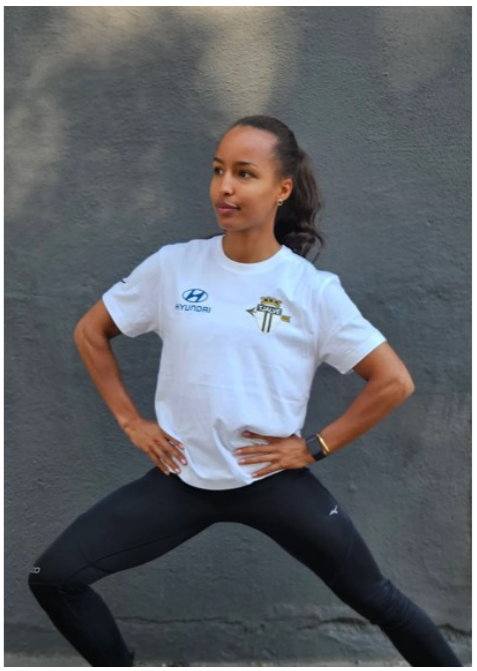
Tjalvetøy



Eirik Røe i ny polo-skjorte. Foto: Matias Lavik

Tjalvetøy




IK Tjalve har fått nytt konkurransetøy. JobZone er ute som sponsor. Hyundai har overtatt deres plass på trøye/singlet. Modell er Lakeri Ertzgaard. Fotos: Matias Lavik

Tjalvetøy








Modell: Bakr Ettayebi. Foto: Matias Løvik

Annonse


HYPERWARP PURE
WHEN THE ROAD PUSHES BACK,
PUSH BACK HARDER.
MOTIVATED BY MORE PACK
REACH BEYOND
Mizuno