

Norges Skøyteforbunds grupper 2011/2012

Personlige vita, resultat-utvikling samt internasjonale/nasjonale meritter
(i alfabetisk rekkefølge innen gruppene)

Utarbeidet av Magne Teigen (NSF//Statistikkgruppe) - Alle opplysninger er ajourført pr. 1. juli 2011

Rettelser / tillegg mottas med TAKK: mteigen@skoytesport.no

Forbundsgrupper

ELITE Sprint / mellomdistanse:

Espen Aarnes HVAMMEN	Eidsvold TF
Even Simon JOHANSEN	Tynset IF
Mikael Flygind LARSEN	H&BSK
Håvard Holmefjord LORENTZEN	Fana IL
Christoffer Fagerli RUKKE	Hol IL

ELITE Allround / langdistanse:

Mari HEMMER	Aktiv SK
Ida NJÅTUN	Asker SK
Kristian Reistad FREDRIKSEN	Geithus IL
Fredrik van der HORST	Tønsbergs TF
Simen Spieler NILSEN	Arendal SK
Sverre Lunde PEDERSEN	Fana IL

Trenere:

Janne HÄNNINEN
Jarle PEDERSEN

«Team 2014»

Hanne Skjønhaug HAUGLAND	Austevoll IK
August Theodor HAUGEN	Sandefjord SK
Andreas Holmen MINGE	Båstad IL SK
Thomas Henrik SØFTELAND	Arendal SK
Espen TVEIT	Herkules SK

Trenere:

Edel Therese HØISETH
Sondre Dølemo SKARLI

Talentgruppe

Ellen BJERTNES	Geithus IL
Anne GULBRANDSEN	Eidsvold TF
Sofie Karoline HAUGEN	Sandefjord SK
Ingvild HELLEM	Bjugn-Ørland SK
Camilla LUND	Leinstrand IL
Marte VATN	Spk Falken

Kenneth Lund HÅVARDSRUD	Geithus IL
Magnus Myhren KRISTENSEN	Arendal SK
Magnus NORDBY	Stange SK
Viktor NYBRÅTEN	Hamar IL
Henrik Fagerli RUKKE	Hol IL
Daniel VATN	Spk Falken

Trenere:

Sondre Dølemo Skarli
Lasse SÆTRE

Støtteapparat

Øystein HAUGEN	- lagleder/sportssjef
Michael STÖBERL	- fysioterapeut
Peet van der MEJDEN	- fysioterapeut 2
Petter ANDERSEN	- utstyr
??	- lege

----- LØPERNES MERITTER ----->

Forklaringer til forkortelsene :

OL = Olympiske Leker (TP = Lagtempo)
VM = Verdensmesterskap (**a** = allround, **s** = sprint, **e** = enkeltdistanser, TP = lagtempo)
JVM = Junior-verdensmesterskap, allround (**a**), enk.dist. (**e**) (kolonnen helt til høyre er lagtempo)
EM = Europamesterskap, allround

Landskamper K = kvinner, M = menn / J = junior, S = senior, N = neosen, G/J-../ = årsklassen løperen startet i /)
NJG = Nordic Junior Games = (**EJG** = European Junior Games)
NYG = Nordic Youth-23 Games = (**NNG** = Nordic Neo-Games)

NM = NM senior (a = allround, s = sprint, e = enk.dist.)
JNM = NM junior (a = allround, s = sprint, e = enk.dist.)
LM = Landsmesterskap / JC = Junior C (13-14 år), JB = Junior B (15-16 år) / a = allr., s = sprint /

Rekorder merket med * betyr at tiden ved regelendring er godkjent som rekord.



NSF Elite sprint/mellomdistanse :

Espen Arnes HVAMMEN

Født: 13.11.1988 - Medlem av Eidsvold TF

Personlige rekorder :

500 m:	35,28	16	Inzell	13.03.2011
1000 m:	1.09,96	15	Inzell	11.03.2011
1500 m:	1.55,18	8	Hamar V	09.08.2008
3000 m:	4.15,79	3	Hamar V	05.02.2006
5000 m:	8.05,31	15	Trondheim L	19.02.2006

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000
1996/97:	(7)	88,0 (400m)				
1997/98:	(8)	63,4 (400m)				
1998/99:	(9)	60,3				
1999/00:	(10)	56,64				
2000/01:	(11)	50,07	1.43,95			
2001/02:	(12)	45,5	1.32,4	2.40,5		
2002/03:	(13)	42,90	1.27,87	2.17,34		
2003/04:	(14)	40,15	1.20,88	2.06,55		
2004/05:	(15)	39,4	1.20,16	2.05,29	4.31,8	8.26,4
2005/06:	(16)	38,1	1.16,77	1.57,84	4.15,79	8.05,31
2006/07:	(17)	37,11	1.14,03	1.56,51	4.20,35	
2007/08:	(18)	35,73	1.11,64	1.56,7		
2008/09:	(19)	36,27	1.11,87	1.55,18		
2009/10:	(20)	35,82	1.10,88	1.56,95		
2010/11:	(21)	35,28	1.09,96			

Deltakelse i internasjonale mesterskap

VMs	2010	Obihiro	36,55	32	1.12,72	29	36,53	29	-	-	109,440	31
VMe	2011	Inzell	(35,41	15	35,28	16)	70,69	16	1.09,96	15		

World Cup-poeng:	År	500	pl	1000	pl
	2010	83 p	28	6 p	49
	2011	164 p	18	35 p	35

Deltakelse i LANDSKAMPER og regionale «leker»

2003	G-13	Seinäjoki	44,67	1	1.30,66	1	44,78	1	2.23,08	2
2004	G-14	Hamar V	40,47	1	1.22,22	1	41,04	1	2.10,35	1
EJG	2006	Collalbo	(39,38	10	38,85	9)	78,23	9	1.18,30	16
	2007	Alkmaar	(38,34	3	38,79	4)	77,13	3	1.18,42	4
	2008	Warszawa	(39,48	10	39,35	6)	78,83	6	1.16,48	6

Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

NMs	2009	Oslo VH	37,47	5	1.15,20	5	37,51	2	1.16,27	3	150,715	3
	2010	Hamar V	36,37	2	1.11,84	3	36,27	2	1.12,25	4	144,685	3
	2011	Arendal Mk	37,68	1	1.17,07	4	36,74	1	1.16,81	5	151,360	2
NMe	2006	Hamar V	39,46	21	1.18,98	15						
	2007	Hamar V	37,91	14								
	2008	Hamar V	36,94	5	1.14,02	8						
	2009	Hamar V	36,82	4								
	2010	Hamar V	dq		1.15,85	20						
	2011	Hamar V	35,96	2	dnf							
JNMa	2006	Trondheim L	39,27	2	4.28,06	17	2.04,73	7	8.05,31	15	174,053	8
JNMs	2005	Bergen	41,78	13	1.26,33	8	41,65	10	2.07,30	17	190,245	16
	2006	Asker	40,01	5	1.21,82	5	40,04	5	1.21,05	6	161,485	5
	2007	Bergen S	38,39	2	1.19,18	3	39,17	2	1.23,47	8	158,885	2
	2008	Bjugn Fh	37,49	1	1.15,13	1	37,81	1	1.16,50	2	151,115	1
JNMe	2005	Bergen	(40,75	4	75,57f	11)	116,32	11	1.23,52	9		
LM-12	2002	Trondheim L	50,12	1	2.42,10	6	1.44,30	3				
LM-13	2003	Hamar V	43,06	1	2.17,56	3	1.28,25	2				
LM-14	2004	Hamar V	40,92	1	2.08,08	1	1.22,23	1				
LM-15	2005	Skien Is	41,34	1	2.11,61	3	1.30,30	10				
LM-16	2006	Hamar V	dq		2.09,27	13	1.16,89	2	4.15,79	3		

NORSK SENIOR-REKORD (godkjent av NSF)

2x500 m 70,69 Inzell MA 13.03.2011

NORSK JUNIOR-REKORD (godkjent av NSF)

Sprint 4k.: 143,740 Calgary Olymp. Oval 15.-16.03.2008

NSF Elite sprint/mellomdistanse :

Even Simon JOHANSEN

Født: **22.08.1988** - Medlem av Tynset IF
(2005 -> 2007 : Hamar IL)

Personlige rekorder :

500 m:	36,01	3	Hamar V	06.11.2010
1000 m:	1.10,89	2	Hamar V	27.02.2010
1500 m:	1.49,79	2	Stavanger Sø	31.10.2010
3000 m:	4.03,14	5	Salt Lake City	19.08.2007
5000 m:	7.00,72	3	Hamar V	12.01.2008
10000 m:	15.39,49	12	Bjugn Fosenh	16.12.2007

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000	10000
2000/01:	(11)	132,0					
2001/02:	(12)	54,0	1.51,76				
2002/03:	(13)	43,92	1.29,71	2.20,41			
2003/04:	(14)	41,11	1.22,43	2.06,97			
2004/05:	(15)	40,39	1.19,46	2.02,14	4.21,26		18.13,4
2005/06:	(16)	38,62	1.16,16	1.56,7	4.07,72	7.33,52	
2006/07:	(17)	38,15	1.16,18	1.57,58	4.06,91	7.38,25	
2007/08:	(18)	37,68	1.13,89	1.51,66	4.03,14	7.00,72	15.39,49
2008/09:	(19)	36,98	1.12,06	1.51,48		7.35,41	
2009/10:	(20)	36,37	1.10,89	1.51,59			
2010/11:	(21)	36,01	1.10,92	1.49,79			

Deltakelse i INTERNASJONALE MESTERSKAP

VMs	2011	Heerenveen	68,83	43	1.11,73	28	36,41	32		141,105	40			
JVMa	2007	Innsbruck	38,53	27	4.39,83	49	2.04,43	27		126,644	47	TP	4.17,27	10
	2008	Changchun	37,81	14	4.04,61	20	1.55,88	15	7.13,48	22	160,552	21		

World Cup-poeng:	År	500	pl	1000	pl
	2010	-	-	15 p	38

Deltakelse i LANDSKAMPER og REGIONALE "MESTERSKAP"

2005	G-15	Stockholm	41.72	2	2.15.7	3	1.26.1	2	4.43.1	2	177.186	2			
2006	G-16	Pori	40,55	1	2.07,84	1	1.21,08	1	4.34,86	2	169,513	1			
2008	MJ	Inzell	38,18	2	4.09,50	5	1.58,75	7					4.18,87	3	
EJG	2008	Warszawa	(39,44	7	39,02	1)	78,46	5	1.15,88	4	1.58,76	3		4.14,16	5

Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

NMa	2008	Bjugn Fh	38,48	4	7.19,53	14	1.56,58	6	15.39,49	12	168,267	11		
NMe	2007	Hamar V	38,15	19			2.02,38	21						
	2008	Hamar V	37,82	13	1.13,89	7	1.53,57	11						
	2008	Bjugn Fh									15.39,49	12		
	2009	Hamar V	(37,25	dq)	(1.12,82	dq)	dnf							
	2010	Hamar V	37,38	9	1.12,34	5	dnf							
	2011	Hamar V	36,01	3	1.12,19	4	1.52,64	6						
NMs	2009	Oslo VH	37,18	2	dnf	-	38,08	5	dns	-	dnf	-		
	2010	Hamar V	36,79	6	1.11,96	5	36,47	4	1.11,38	2	144,930	4		
	2011	Arendal Mk	48,02	17	1.14,27	1	37,42	3	1.14,05	1	159,600	10		
JNMa	2006	Trondheim L	51,53f	30	4.15,46	3	2.02,03	1	7.33,52	4	180,134	16		
	2007	Larvik	39,28	3	4.21,54	6	1.59,74	3	7.38,25	5	168,608	3		
	2008	Hundorp F	38,41	1	4.13,74	1	1.57,53	1	7.17,60	2	163,636	1		
JNMs	2005	Bergen	53,59f	18	1.30,50	15	41,60	8	1.25,69	14	183,285	15		
	2006	Asker	40,73	9	1.22,07	7	40,50	8	1.21,57	8	163,050	7		
	2007	Bergen S	39,37	3	1.19,72	5	39,63	3	1.21,66	4	159,690	4		
	2008	Bjugn Fh	38,28	2	1.15,39	2	38,60	2	1.15,57	1	152,360	2		
LM-13	2003	Hamar V	43,92	4	2.20,41	6	1.29,71	7						
LM-14	2004	Hamar V	51,21f	24	2.11,41	3	1.23,08	2						
LM-15	2005	Skien Is	41,82	3	2.11,19	2	1.25,11	1	4.45,31	3				
LM-16	2006	Hamar V	38,62	1	1.56,73	1	1.16,34	1	4.11,68	2	157,646	1		

NORSK JUNIOR-REKORD (godkjent av NSF)

Lagtempo: 4.06,26 Erfurt / Gunda N-S Halle 18.02.2007

	2000	Savalen K	40,07	2	4.35,53	1	2.03,18	2	7.33,22	1	172,373	1		
	2001	Kongsberg S	39,92	1	4.17,26	2	2.02,26	2	7.24,6	2	168,009	1		
JNMs	1999	Larvik F	40,22	2	1.21,74	3	41,02	5	1.22,07	4	163,145	3		
	2001	Oslo VH	39,62	2	1.18,26	2	39,16	2	1.16,98	1	156,400	2		
	2002	Asker R	39,89	2	fall		dns							
JNMe	1999	Tønsberg S	(40,34	2	40,45	3)	80,79	2	1.20,65	3	2.03,62	2	4.29,02	3
	2000	Hundorp F	(40,21	4	69,40f	24)	109,61	23			2.01,36	1	4.16,64	1
	2001	Bergen S	(40,51	3	40,78	4)	81,29	3	1.23,09	3	2.05,13	2	4.32,12	3
LM-12	1995	Stavanger S	48,91	5	1.44,65	6								
LM-12	1996	Geithus Fk	46,6	2	1.36,4	1								
LM-13	1997	Hundorp F	46,27	2	2.24,40	1								
LM-JC	1998	Savalen K	41,00	2	2.08,81	2	1.22,01	2			124,941	2		

NORSK SENIOR-REKORD (godkjent av NSF)

Lagtempo 3.39,55 Salt Lake City 13.12.2009

NORSKE JUNIOR-REKORDER (godkjent av NSF)

1500 m 1.54,31 Calgary Olympic Oval 17.3.2001

3000 m 3.57,54 Calgary Olympic Oval 16.3.2001

Liten firk.: 157,914 Calgary Olympic Oval 15.-17.3.2001

NSF Elite sprint/mellomdistanse :

Håvard Holmefjord LORENTZEN

Født: **02.10.1992** - Medlem av **Fana IL**

Personlige rekorder :

500 m:	36,80	7	Hamar V	06.11.2010
1000 m:	1.10,97	1	Hamar V	09.01.2011
1500 m:	1.48,65	2	Hamar V	06.11.2010
3000 m:	3.51,23	4	Baselga di P	29.01.2011
5000 m:	6.39,99	5	Hamar V	07.11.2010
10000 m:	14.43,64	10	Hamar V	11.01.2009

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000	10000
2001/02:	(8)	71,5					
2002/03:	(9)	54,56					
2003/04:	(10)	48,02					
2004/05:	(11)	46,28	1.34,84	2.24,50			
2005/06:	(12)	42,93	1.24,23	2.11,32	4.44,6		
2006/07:	(13)	41,36	1.21,28	2.09,39	4.30,91		
2007/08:	(14)	39,86	1.17,22	1.58,95	4.17,94	7.27,93	15.28,71
2008/09:	(15)	38,46	1.15,33	1.54,71	4.04,16	7.02,03	14.43,64
2009/10:	(16)	37,04	1.12,19	1.50,87	3.51,64	6.49,77	
2010/11:	(17)	36,80	1.10,97	1.48,65	3.51,23	6.39,99	14.47,38

Deltakelse i INTERNASJONALE MESTERSKAP

JVMa 2010	Moskva Kry	37,10	11	3.55,81	16	dq														
JVMe 2010	Moskva Kry																			
2011	Seinäjoki	37,71	10	38,64	12	76,35	9	1.15,03	4	1.55,57	3							6.54,74	18	
JVMp 2010	Moskva Kry						TP	3.50,02	1	3.54,54	A1									
2011	Seinäjoki						TP	4.04,13	1	(4.41,50f	A2)	2								

World Cup-poeng:	År	500	pl	1000	pl	1500	pl	Lang.	pl
	2011			8 p	44	14 p	38	2 p	52

Junior-WC-poeng:	År	500	pl	1000	pl	1500	pl	Lang.	pl
	2009			18 p	39	24 p	32	12 p	39
	2010	61 p	25	105 p	9	130 p	5	190 p	3
	2011	128 p	14	210 p	3	230 p	2	120 p	7

Deltakelse i LANDSKAMPER

2007	G-13	Bergen S	43,20	3	1.28,54	3	43,62	3	2.15,84	3	176,370	3
2008	MJC	Chemnitz K	78,91f	12	2.03,01	2	1.21,76	5	4.34,52	4	206,546	12
2008	G-14	Göteborg Rh	40,89	2	2.13,82f	6	41,98	2	2.09,13	2	192,823	6
2009	GJB	Breda	40,09	7	2.00,79	3	1.16,49	2	4.14,66	4	161,041	3
2009	G-15	Helsinki	40,28	1	2.02,52	1	1.18,34	1	4.28,24	1	164,996	1
2010	MJB	Erfurt	37,50	1	1.52,05	1	1.13,57	2				

Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

NMa	2009	Gol	40,01	15	7.29,81	17	2.00,51	15			125,161	15
	2011	Oslo Fr	38,04	1	7.04,40	7	1.55,43	5	14.56,13	11	163,762	6
NMe	2009	Hamar V			1.16,55	17			7.07,82	20		
	2010	Hamar V	37,95	13	1.13,50	9	1.52,61	12	6.49,77	11		
	2011	Hamar V	36,80	7	1.11,80	3	1.48,65	2	6.39,99	5		
	2011	Oslo Fr									14.56,13	11
JNMa	2009	Bergen SI	39,65	4	4.13,56	5	2.01,06	5	7.24,63	5	166,726	5
	2010	Båstad	38,79	2	4.08,95	1	1.56,36	2	7.04,17	1	161,484	1
	2011	Bjugn FH	37,27	1	3.57,57	1	1.52,78	1	6.54,81	2	155,939	1
JNMs	2008	Bjugn Fh	40,59	17	1.21,00	17	40,81	21	1.21,54	19	162,670	15
	2009	Oslo VH	39,75	8	1.17,10	5	40,07	8	1.18,83	8	157,785	8
	2010	Hamar V	37,92	3	1.12,78	2	37,80	2	1.13,05	3	148,635	2
	2011	Arendal Mk	38,50	1	1.15,44	1	37,76	1	1.16,16	2	152,060	1
LM-12	2006	Hamar V	43,93	2	2.11,32	2	1.26,10	2	130,753	2		
LM-13	2007	Tromsø Tr	42,98	2			2.16,36	2	88,433	2		
LM-14	2008	Asker R	42,42	3	2.06,74	2	1.20,64	1				

JUNIOR VERDENREKORD (godkjent av ISU)

Lagtempo 3.50,02 Moskva Kry 14.3.2010

NORSKE JUNIOR-REKORDER (godkjent av NSF)

Lagtempo 3.54,68 Berlin S 6.3.2010
3.50,02 Moskva Kry 14.3.2010

NSF Elite sprint/mellomdistanse :

Christoffer Fagerli RUKKE

Født: 17.04.1988 - Medlem av Hol IL

Personlige rekorder :

500 m:	35,55	19	Calgary	04.12.2009
1000 m:	1.09,20	18	Calgary	02.03.2007
1500 m:	1.44,84	11	Salt Lake City	06.03.2009
3000 m:	3.56,15	3	Salt Lake City	19.08.2007
5000 m:	6.57,38	16	Erfurt	29.07.2006
10000 m:	14.51,47	10	Geithus	17.12.2006

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000	10000
1995/96:	(7)	70,2 (400)					
1996/97:	(8)	59,9 (400)					
1997/98:	(9)	60,69					
1998/99:	(10)	53,8	1.59,5				
1999/00:	(11)	51,49	1.46,64	2.45,67			
2000/01:	(12)	47,26	1.36,85	2.38,70	6.22,7		
2001/02:	(13)	43,72	1.26,69	2.14,05	-		
2002/03:	(14)	41,95	1.23,90	2.07,93	4.41,44		
2003/04:	(15)	40,38	1.18,28	2.01,70	4.18,53		
2004/05:	(16)	38,36	1.15,17	1.56,51	4.16,96	7.33,38	
2005/06:	(17)	37,27	1.12,60	1.51,58	4.00,42	6.58,56	
2006/07:	(18)	35,68	1.09,20	1.46,55	3.59,50	6.57,38	14.51,47
2007/08:	(19)	36,07	1.09,89	1.45,85	3.56,15		
2008/09:	(20)	36,27	1.10,01	1.44,84	-	7.23,83	15.06,08
2009/10:	(21)	35,55	1.09,78	1.46,80			
2010/11:	(22)	35,91	1.10,20	1.47,02			

Deltakelse i INTERNASJONALE MESTERSKAP

OL	2010	Richmond					1.12,31	35	1.48,62	20				
VMs	2007	Hamar V	dq	1.09,79	11	36,02	20	dns						
	2009	Moskva K	36,27	20	1.10,60	13	36,37	23	1.10,83	16	143,355	20		
	2010	Obihiro	36,29	28	1.10,62	6	37,03	33	1.11,14	12	144,200	20		
	2011	Heerenveen	36,20	30	1.10,46	10	36,09	26	1.10,57	12	142,805	19		
VMe	2007	Salt Lake City						1.10,29	24	1.46,55	17			
	2008	Nagano								1.50,29	16			
	2009	Richmond						1.10,29	11	1.48,12	12			
	2011	Inzell						1.10,20	17					
JVM	2006	Erfurt	37,29	11	4.00,42	18	1.53,18	15	6.58,56	16	156,942	14	4.08,08	10
	2007	Innsbruck	36,70	3	3.59,50	10	2.19,77f	48	7.26,51	16	167,857	23	4.17,27	10

World Cup-poeng:	År	500	pl	1000	pl	1500	pl
	2007	8 p	49	15 p	45	40 p	32
	2008	3 p	51	38 p	35	81 p	18
	2009	28 p	40	102 p	14		
	2010			58 p	26	17 p	34
	2011	4 p	51	8 p	46	33 p	24

Deltakelse i LANDSKAMPER og REGIONALE "MESTERSKAP"

2005	G-16	Stockholm	41,07	1	2.13,2	2	1.24,7	1	4.51,9	4	176,470	2		
		MJ	38,89	5	4.18,07	7	1.58,72	7			121,474	7	4.23,28	3
2006	MJ	Groningen	39,04	2	4.11,08	2	1.58,70	1			120,452	1	4.19,81	2
2007	MJ	Arendal Mk	37,40	2	4.01,22	4	1.53,14	1			115,316	1	4.12,4	2
EJG	2006	Collalbo	77,06	5	(38,93	7	38,13	5)	1.14,53	9	1.58,08	7		

Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

NMa	2007	Geithus Fk	37,72	2	7.01,34	9	1.53,48	4	14.51,47	10	162,253	5		
	2009	Gol	37,84	2	7.23,83	12	1.54,19	2	15.06,08	11	165,590	9		
NMs	2008	Bjugn Fh	37,18	3	1.12,51	2	37,74	6	1.24,91	19	153,630	10		
	2009	Oslo VH	37,18	2	1.12,09	1	37,33	1	1.13,72	1	147,415	1		
	2010	Hamar V	36,52	3	1.11,33	2	dq							
	2011	Arendal Mk	37,91	2	1.14,70	2	37,27	2	1.14,19	2	149,625	1		
NMe	2006	Hamar V	38,67	19	1.38,23f	19	1.58,11	23						
	2007	Hamar V	54,57f	22	dnf		2.41,75f	22						
	2007	Geithus Fk									14.51,47	10		
	2008	Hamar V	36,66	1	1.11,44	2	1.49,32	2						
	2009	Hamar V	dq		1.10,01	2	1.48,33	2						
	2009	Gol									15.06,08	11		
	2010	Hamar V	36,21	1	1.11,35	2	1.49,16	3						
JNMa	2011	Hamar V	36,85	8	1.11,40	2	1.49,70	4						
	2005	Hundorp	39,73	4	4.36,62	9	2.04,40	5			127,299	17		
	2006	Trondheim L	dq		4.14,93	2	2.30,26f	31			-			
	2007	Larvik F	37,08	1	4.05,89	1	1.54,43	1	7.21,00	1	160,304	1		
JNMs	2005	Bergen SI	39,80	2	1.20,23	1	39,31	2	1.17,86	1	158,155	1		
	2006	Asker R	39,52	3	1.18,36	2	38,83	2	1.17,71	2	156,385	2		

JNMe	2007	Bergen SI	37,30	1	1.14,64	1	37,43	1	1.16,94	1	150,520	1
	2004	Drammen Mk							1.23,82	7		
	2005	Bergen SI	(39,62	1	40,24	2)	79,86	2	1.19,08	2	2.06,37	2
LM-12	2001	Larvik F	49,91	7	2.38,70	8	1.40,91	5				
LM-13	2002	Trondheim L	46,45	4	2.28,37	3	1.40,35	2				
LM-14	2003	Hamar V	42,08	4	2.10,67	4	1.24,34	4				
LM-15	2004	Hamar V	41,10	5	2.06,81	4	1.20,85	2	dns			
LM-16	2005	Skien Is	dq		2.05,03	1	1.22,44	2	4.37,11	1		

NORSKE JUNIOR-REKORDER (godkjent av NSF)

100 m:	9,93	Calgary Olympic Oval	17.03.2007
500 m:	36,02	Hamar / Vikingskipet	21.01.2007
500 m:	35,96	Calgary Olympic Oval	02.03.2007
500 m:	35,86	Calgary Olympic Oval	03.03.2007
500 m:	35,68	Calgary Olympic Oval	13.03.2007
1000 m:	1.09,79	Hamar / Vikingskipet	20.01.2007
1000 m:	1.09,20	Calgary Olympic Oval	02.03.2007
Sprint-firk.:	147,730	Calgary Olympic Oval	24.-25.03.2006
Lagtempo:	4.08,08	Erfurt / Gunda N-S Halle	12.03.2006
	4.06,26	Erfurt / Gunda N-S Halle	18.02.2007

NSF Elite allround / langdistanse :

Mari HEMMER

Født: 20.11.1983 - Medlem av Ask SK (-01), Aktiv SK (02-)

Personlige rekorder :

500 m:	40,51	20	Calgary	12.02.2011
1000 m:	1.19,56	2	Calgary	22.03.2009
1500 m:	1.57,52	9	Salt Lake City	19.02.2011
3000 m:	4.08,72	7	Calgary	16.11.2007
5000 m:	7.01,02	2	Salt Lake City	18.02.2011
10000 m:	14.47,49	1	Calgary	20.03.2009

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000	10000
1991/92:	(7)	71,4 (400m)					
1992/93:	(8)	81,4					
1993/94:	(9)	60,0	2.14,5				
1994/95:	(10)	54,70	1.54,44				
1995/96:	(11)	53,88	1.51,7				
1996/97:	(12)	50,01	1.41,5	2.34,3			
1997/98:	(13)	47,32	1.31,26	2.24,4	5.11,26		
1998/99:	(14)	45,4	1.29,7	2.18,22	4.51,93		
1999/00:	(15)	44,40	1.27,78	2.14,33	4.40,45	8.19,3	
2000/01:	(16)	43,6	1.26,6	2.10,11	4.26,82	8.30,2	
2001/02:	(17)	42,98	1.23,66	2.05,57	4.24,51		
2002/03:	(18)	42,35	1.22,16	2.07,17	4.28,48	7.42,59	
2003/04:	(19)	43,3	1.25,0	2.10,38	4.33,63	8.04,06	
2004/05:	(20)	42,40	1.24,55	2.05,08	4.27,11	7.33,82	15.35,67
2005/06:	(21)	42,19	1.23,75	2.04,82	4.16,29	7.29,71	15.19,86
2006/07:	(22)	41,00	1.22,65	2.01,39	4.09,07	7.15,62	14.50,98
2007/08:	(23)	40,76	1.19,76	1.59,87	4.08,72	7.10,45	14.50,52
2008/09:	(24)	41,35	1.19,56	2.00,59	4.12,05	7.13,50	14.47,49
2009/10:	(25)	40,80	1.20,97	2.00,22	4.10,74	7.18,64	
2010/11:	(26)	40,51	-	1.57,52	4.09,40	7.01,02	

Deltakelse i INTERNASJONALE MESTERSKAP

VMa	2008	Berlin	41,07	17	4.15,11	13	2.03,05	20		124,604	18				
	2010	Heerenveen	41,08	20	4.12,22	13	2.01,89	18	123,746	19	-	20			
	2011	Calgary	40,51	20	4.09,40	18	1.58,29	18			121,506	21			
VMe	2007	Salt Lake City									4.13,53	21			
	2008	Nagano									4.18,33	15	7.28,83	16	
	2011	Inzell			TP	3.04,26	5			1.59,71	11	4.09,60	10	7.16,85	13
JVM	1999	Geihus FK	63,73f	39	2.22,78	35	1.32,78	36	157,713		38	(5.12,66)	9		
	2001	Groningen K	44,24	33	1.27,12	21	2.15,07	22	132,823		25	3.32,01	8		
	2002	Collalbo	43,40	36	1.26,53	33	2.17,32	32	132,438		31	3.31,99	11		
	2003	Kushiro	43,87	25	1.26,95	24	2.15,73	17	4.45,15	13	180,113	19			
EM	2007	Collalbo	42,24	17	2.04,94	18	4.23,74	17	127,842	18	-	18			
	2008	Kolomna	41,60	20	4.15,23	14	2.03,42	17			125,278	16			
	2009	Heerenveen	41,69	20	4.21,53	15	2.03,09	18	126,308	16		17			
	2011	Collalbo	41,71	14	4.20,95	5	2.05,86	14	7.26,62	4	171,816	7			

World Cup-poeng:	År	500	pl	1000	pl	1500	pl	Lang.	pl
	2001							1	45
	2007							14	38
	2008					4	50	27	34
	2010							28	28
	2011					16	38	89	19

Deltakelse i LANDSKAMPER og REGIONALE "MESTERSKAP"

1999	J-14	Karlstad	47,72	2	1.38,5	2	47,98	1	2.34,43	2						
2000	J-15	Jyväskylä	46,28	1	1.30,79	1	46,76	1	2.22,91	1						
2001	KJ	Alkmaar	44,41	10	2.13,70	8	1.29,33	8	133,641	9						
2002	KJ	Eskilstuna Is	46,14	11	2.21,07	7	1.30,87	10	138,598	10						
2003	KJ	Erfurt	43,10	6	dq	-	1.25,76	6	-							
2004	KN	Hamar	44,76	9	4.42,06	8	2.16,08	9	137,130	8						
2005	KN	Chemnitz	43,83	7	4.36,63	5	2.13,26	5	134,355	5						
2006	KN	Groningen	44,09	10	4.41,25	8	2.15,26	10	136,051	10						
2007	KN	Arendal M	42,95	6	4.33,11	4	2.10,26	3								
NJG	2000	Chemnitz	(45,16	12	45,14	11)	90,30	9	1.35,52	12	2.24,07	9	4.51,89	2		
	2002	Deventer	(45,74	8	45,80	9)	91,54	8	4.44,73	3	2.19,77	2				
	2003	Hamar OH	(43,30	5	43,35	6)	86,65	6			2.10,80	4	4.32,88	4		
	2004	Göteborg Rh							1.29,46	7	2.17,54	12	4.48,71	9	8.06,31	3
	2005	Helsinki O									2.16,26	4	4.46,17	6	8.10,81	2
EYG	2007	Chemnitz	dnf		dns		-	-			2.12,13	7	4.34,24	3	7.43,30	1

Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

NMa	2003	Bergen S	45,25	4	4.51,66	2	2.18,63	4	8.30,15	4	191,085	4		
	2004	Oslo VH	44,11	4	4.42,09	2	2.18,19	4	8.16,49	1	186,837	4		
	2005	Drammen Mk	44,69	1	4.50,47	1	2.15,42	1	8.13,34	1	187,575	1		
	2006	Arendal M	43,87	5	4.34,07	4	2.11,90	4	7.48,83	4	180,397	4		
	2007	Geithus Fk	42,53	2	4.26,22	1	2.11,01	3	7.45,13	1	177,083	1		
	2008	Bjugn Fh	42,78	1	4.27,76	1	2.08,84	1	7.45,23	2	176,875	1		
	2009	Gol	43,50	3	4.37,92	2	2.09,59	3	7.39,89	1	179,005	2		
	2010	Bergen SI	42,41	1	4.30,16	2	2.07,55	1	7.37,81	2	175,733	1		
	2011	Oslo Fr	43,24	3	4.28,23	1	2.09,14	3	7.39,24	1	176,915	2		
	NMs	2004	Asker	44,08	4	1.28,06	3	44,96	2	1.27,33	2	176,735	2	
		2005	Trondheim L	44,31	1	1.27,97	1	44,15	2	1.27,89	1	176,390	1	
2006		Asker	44,31	5	1.29,52	3	44,20	4	1.27,46	3	177,000	4		
2009		Oslo VH	42,88	1	1.25,81	1	42,95	1	1.25,50	1	171,485	1		
NMe	2010	Hamar V	41,82	2	1.22,43	1	41,24	1	1.20,97	1	164,760	1		
	2003	Geithus Fk			1.27,07	4			4.44,27	2	8.21,87	1		
	2004	Geithus Fk					2.16,02	3	4.41,52	3	8.04,06	2		
	2005	Larvik	44,23	5			2.16,30	4	4.38,71	4	8.16,84	1		
	2006	Hamar OH					2.08,91	3	4.27,67	3				
	2006	Arendal M									7.48,83	4		
	2007	Hamar V					2.04,66	4	4.17,30	2				
	2007	Geithus Fk									7.45,13	1		
	2008	Hamar V	42,01	6			2.05,82	3	4.17,92	1				
	2008	Bjugn Fh									7.45,23	2		
	2009	Hamar V	41,60	3			2.03,91	2	4.24,56	2				
2009	Gol									7.39,89	1			
2010	Hamar V					2.03,74	3	4.15,77	1	7.23,06	1			
2011	Hamar V	41,50	4			2.03,15	3	4.17,92	2					
2011	Oslo Fr									7.39,24	1			
JNMa	1999	Bergen S	46,57	2	2.20,42	1	1.34,80	3	5.07,02	1	191,946	2		
	2000	Savalen K	46,24	3	2.26,60	3	2.21,7f	11	5.01,16	1	216,149	9		
	2001	Kongsberg Ip	44,98	2	2.16,97	1	1.29,60	1	4.53,2	1	184,302	1		
	2002	Geithus	44,44	1	2.14,32	1	1.27,69	1	4.45,36	1	180,618	1		
	2003	Gol / Glitre	44,79	1	2.15,73	2	1.30,28	2	4.53,63	2	184,111	2		
JNMs	2001	Oslo VH	45,44	2	1.29,33	2	44,80	2	1.28,05	1	178,930	1		
	2002	Asker	44,96	2	1.29,92	2	44,58	1	1.27,82	1	178,410	1		
	2003	Drammen Mk	44,75	2	1.28,80	1	44,33	1	1.28,75	1	177,855	1		
JNMe	2000	Hundorp F	(45,71	3	45,47	2)	91,18	2	1.29,33	2	2.18,09	2	4.47,87	1
	2001	Bergen S									2.25,60	2		
	2002	Båstad	(46,47	2	47,46	4)	93,93	3	1.28,92	2	2.34,54	2	4.47,53	2
	2003	Skien Is	(44,72	1	44,54	4)	89,26	2	1.29,57	1	2.40,1	2	4.50,42	1
LM-12	1996	Geithus Fk	56,5	11	1.53,9	5								
LM-12	1997	Hundorp F	53,87	4	1.47,14	2								
LM-JC	1998	Savalen K	48,84	5	2.30,00	2	1.36,80	4	147,240	3				
LM-JB	2000	Bergen S	46,2	2	2.18,1	1	1.31,0	1	5.01,9	1				

NORSKE SENIOR-REKORDER (godkjent av NSF)

10000 m	* 15.35,67	Calgary	11.03.2005
	15.19,86	Calgary	23.03.2006
	14.50,98	Calgary	15.03.2007
	14.50,52	Calgary	14.03.2008
	14.47,49	Calgary	20.03.2009
Lagtempo	3.05,30	Hamar V	28.11.2010
	3.03,02	Moskva Kry	30.01.2011

NORSK JUNIOR-REKORD (godkjent av NSF)

Lagtempo	* 3.31,99	Collalbo	03.03.2002
-----------------	-----------	----------	------------

NORSKE SENIOR-REKORDER (godkjent av NSF)

Lagtempo:	3.05,30	Hamar V	28.11.2010
	3.03,02	Moskva Kry	30.01.2011

NORSKE JUNIOR-REKORDER (godkjent av NSF)

Liten 4kamp	171,077	Hamar V	13.-14.02.2010
Lagtempo:	3.27,82	Zakopane	22.02.2009
	3.18,42	Groningen	01.03.2009

NSF Elite allround / langdistanse :

Kristian Reistad FREDRIKSEN

Født: 10.05.1993 - Medlem av Geithus IL

Personlige rekorder :

500 m:	37,25	16	Calgary	21.03.2010
1000 m:	1.12,17	9	Calgary	21.03.2010
1500 m:	1.51,46	3	Baselga di P	30.01.2011
3000 m:	3.50,38	2	Baselga di P	29.01.2011
5000 m:	6.38,97	3	Hamar V	09.01.2011
10000 m:	14.24,22	5	Oslo Fr	19.12.2010

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000	10000
2004/05:	(11)	54,49	1.51,03	2.58,8			
2005/06:	(12)	47,59	1.38,87	2.26,35	5.19,4		
2006/07:	(13)	45,6	1.32,7	2.20,4	4.56,3		
2007/08:	(14)	41,90	1.22,12	2.05,14	4.21,48	7.51,36	
2008/09:	(15)	39,77	1.16,95	1.58,00	4.07,93	7.03,88	14.53,60
2009/10:	(16)	37,25	1.12,17	1.52,12	3.52,35	6.44,31	
2010/11:	(17)	37,46	1.13,49	1.51,46	3.50,38	6.38,97	14.24,22

Deltakelse i INTERNASJONALE MESTERSKAP

JVMp 2011 Seinäjoki TP (4.04,13 1) 4.41,50f A2 2

Junior-WC-poeng

År	500 m	1000 m	1500 m	Langdist - pl.
2010		18 p 44	16 p 45	40 p 19
2011	51 p 31	64 p 18	131 p 8	225 p 3

Deltakelse i LANDSKAMPER

2009	G-15	Helsinki	41,95	3	2.08,50	2	1.25,86	3	4.34,21	2
2010	MJB	Erfurt	39,43	8	1.57,45	6	1.16,62	4	4.04,46	3
2010	MJB	Bjugn	39,18	1	1.59,43	1	1.18,60	1	4.11,85	1

Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

NMa	2009	Gol	42,13	22	7.42,04	22	2.04,56	21		129,854	21	
	2011	Oslo Fr	38,58	4	6.56,04	4	1.54,87	4	14.24,22	5	161,685	4
NMe	2010	Hamar V							7.23,40	21		
	2011	Hamar V					1.55,36	15	7.14,27	20		
	2011	Oslo Fr									14.24,22	5
JNMa	2010	Båstad	39,16	5	4.10,30	2	3.10,68f	28	7.25,15	8	188,951	15
	2011	Bjugn FH	37,97	4	3.57,66	2	1.53,87	2	6.53,40	1	156,876	2
JNMs	2009	Oslo VH	52,80	27	1.19,71	11	42,31	25	1.19,00	9	174,465	25
	2010	Hamar V	38,93	14	1.14,80	4	58,20	32	1.16,04	12	172,550	29
	2011	Arendal Mk	39,04	4	1.17,76	5	38,68	3	1.16,56	5	154,880	3
LM-12	2006	Hamar OH	47,59	10	2.26,35	8	1.52,79	F26	152,768	18		
LM-13	2007	Tromsø Tr	48,93	18			3.01,86	24	109,550	24		
LM-14	2008	Asker R	43,95	9	2.22,13	14	1.30,44	12				
LM-15	2009	Geithus Fk	40,39	3	2.03,80	3	1.19,65	1	4.17,18	1		
LM-16	2010	Bjugn FH	38,73	1	1.59,79	1	1.17,05	1	4.10,58	1		

NSF Elite allround / langdistanse :

Fredrik van der HORST

Født : 02.12.1989 - Medlem av Tønsberg Turnforening (TT)

Personlige rekorder :

500 m:	36,70	1	Hamar V	29.12.2009
1000 m:	1.11,85	4	Hamar V	02.01.2010
1500 m:	1.47,32	15	Salt Lake City	11.12.2009
3000 m:	3.48,55	3	Salt Lake City	03.02.2010
5000 m:	6.27,87	8	Salt Lake City	12.12.2009
10000 m:	13.41,26	14	Salt Lake City	19.02.2011

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000		
1998/99:	(8)	60,0 (400)						
1999/00:	(9)	59,6	2.22,7					
2000/01:	(10)	51,04	1.54,7					
2001/02:	(11)	46,69	1.37,16	2.29,59				
2002/03:	(12)	44,25	1.29,71	2.20,66				
2003/04:	(13)	41,83	1.23,82	2.11,32				
2004/05:	(14)	40,67	1.21,33	2.06,51				
2005/06:	(15)	38,81	1.16,4	1.58,49	4.07,30	7.47,40		
2006/07:	(16)	37,84	1.12,62	1.50,71	3.53,25	6.41,26		
2007/08:	(17)	37,92	1.15,37	1.55,05	4.00,61	6.58,71		
2008/09:	(18)	37,45	1.15,34	1.50,60	3.56,94	6.42,93	14.02,64	
2009/10:	(19)	36,70	1.11,85	1.47,32	3.48,55	6.27,87	13.48,67	
2010/11:	(20)	37,37	1.16,16	1.50,27	3.50,62	6.31,31	13.41,26	

Deltakelse i INTERNASJONALE MESTERSKAP

OL	2010	Richmond								1.49,58	29				
	2010	Richmond						TP (3.40,50)	4	3.43,44	2sfA 3.43,66	1qfB			
JVM	2007	Innsbruck	39,11	36	4.13,90	35	2.06,33								
EM	2010	Hamar V	37,56	17	6.34,50	10	dns			123,536	38		4.17,27	10	

WORLD CUP-poeng

År	1500 m	Langdist - pl.
2009		8 p 39
2010		8 p 39
2011	4 p 44	34 p 28

Junior-WC-poeng

År	500 m
2009	18 p 48

Deltakelse i LANDSKAMPER og REGIONALE "MESTERSKAP"

2004	G-13	Hamar V	41.85	1	1.23.82	1	66.21f	6	2.12.66	1	194.190	4			
2006	G-15	Pori	41,28	1	2.09,67	1	1.22,18	1	4.38,20	1	171,959	1			
2007	MJ	Arendal M	59,92f	12	4.06,60	5	1.58,80	5			140,620	11	4.12,4	2	
EJG	2008	Warszawa	(39,45	8	39,62	9)	79,07	8	/TP	4.14,16	5/	4.17,90	11	7.18,75	10

Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

NMa	2009	Gol	38,88	6	7.37,43	21	1.59,32	12	124,396	14	-	14			
	2010	Bergen SI	38,61	3	7.10,93	9	1.57,39	5	14.51,51f	8	165,408	6			
	2011	Oslo Fr	38,61	5	7.04,22	6	1.55,69	6	14.32,43	6	163,216	5			
NMs	2010	Hamar V	37,04	7	1.11,85	4									
	2011	Arendal Mk	39,02	4	1.16,89	3	38,70	6	1.16,16	4	154,245	4			
NMe	2007	Hamar V					38,02	15	1.14,01	11	2.42,04f	23	6.44,62	9	
	2008	Hamar V							1.47,67f	20	1.55,24	15			
	2009	Hamar V									1.50,60	5	6.50,82	11	
	2010	Hamar V	37,24	7			1.50,30	6	6.41,18	6	13.48,67	4			
	2011	Hamar V					37,37	10			2.16,39	26	6.41,25	7	
	2011	Oslo Fr													14.32,43 6
JNMa	2006	Trondheim L	39,75	3	4.20,19	6	2.04,69	6	7.47,40	9	171,418	5			
	2007	Larvik	39,40	4	4.18,17	4	2.03,11	7	7.25,71	2	168,035	2			
	2008	Hundorp F	dq	-	4.21,75	5	2.01,10	6			-				
JNMs	2006	Asker	40,70	8	1.39,72f	20	40,27	6	1.20,65	5	171,155	20			
	2007	Bergen S	43,25f	25	1.17,55	2	39,97	5	1.20,15	2	162,070	6			
	2008	Bjuvn Fh	38,61	3	1.16,12	3	86,20f	24	1.17,01	3	201,375	22			
	2009	Oslo VH	39,06	4	1.15,34	2	38,91	2	1.15,68	2	153,480	2			
LM-12	2003	Hamar V	45,50	2	2.20,86	2	1.30,52	2							
LM-13	2004	Hamar V	42,56	1	2.11,32	2	1.23,98	2							
LM-14	2005	Skien Is	41,96	1	2.14,66	2									
LM-15	2006	Hamar V	40,33	2	1.59,02	1	1.17,10	1	4.13,46	1	160,796	1			
LM-16	2007	Tromsø Tr	40,30	1	2.04,55	1			4.29,78	1	126,779	1			

NORSKE JUNIOR-REKORD (godkjent av NSF)

Lagtempo: 4.06,26 Erfurt / Gunda N-S Halle 18.02.2007

NSF Elite allround / langdistanse :

Simen Spieler NILSEN

Født: **04.08.1993** - Medlem av **Arendal SK**

Personlige rekorder :

500 m:	37,38	2	Hamar V	20.11.2010
1000 m:	1.13,31	1	Heerenveen	19.03.2011
1500 m:	1.51,54	4	Baselga di P	30.01.2011
3000 m:	3.49,59	1	Baselga di P	29.01.2011
5000 m:	6.43,32	9	Moskva Kry	13.03.2010
10000 m:	14.55,46	10	Oslo Fr	19.12.2010

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000	10000
2004/05:	(10)	54,3	2.02,4				
2005/06:	(11)	50,00	1.41,31	2.43,5			
2006/07:	(12)	46,29	1.33,74	2.21,51			
2007/08:	(13)	42,73	1.23,93	2.09,67	4.30,92		
2008/09:	(14)	38,53	1.15,73	1.56,63	4.02,19	7.06,82	
2009/10:	(15)	37,84	1.14,53	1.52,74	3.55,21	6.43,32	
2010/11:	(16)	37,38	1.13,31	1.51,54	3.49,59	6.46,72	14.55,46

Deltakelse i INTERNASJONALE MESTERSKAP

JVMa	2011	Seinäjäki	38,33	13	3.57,57	3	1.56,37	4	6.53,06	3	158,021	2		
JVMe	2010	Moskva Kry	37,84	26							1.52,74	20	6.43,32	9
	2011	Seinäjäki									1.56,37	5	6.53,06	3
JVMp	2010	Moskva Kry		TP	3.50,02	1	(3.54,54	A1	1)					
	2011	Seinäjäki		TP	4.04,13	1	(4.41,50f	A2	2)					

Junior-WC-poeng	År	500 m	1000 m	1500 m	Langdist - pl.				
	2010	6 p	56	30 p	34	22 p	38	105 p	6
	2011	39 p	35	14 p	47	172 p	5	200 p	4

Deltakelse i LANDSKAMPER

2009	GJC	Breda	40,79	3	2.04,43	3	1.21,02	2	4.18,17	1
2009	G-14	Helsinki	41,79	2	1.22,25	1	41,85	2	2.04,83	1
2010	MJB	Erfurt	38,84	3	1.56,72	5	1.16,62	4	4.07,74	6

Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

NMa	2011	Oslo Fr	40,22	19	7.06,94	8	1.58,58	10	14.55,46	10	167,213	12		
NMe	2010	Hamar V	38,39	22	1.15,07	16	1.54,71	15						
	2011	Hamar V					37,61	11	1.13,62	8	1.52,64	6	DNF	
	2011	Oslo Fr											14.55,46	10
JNMa	2010	Båstad	38,86	3	4.11,92	4	2.01,41	4	7.14,39	4	164,755	3		
	2011	Bjugn FH	37,94	3	3.58,47	3	1.54,63	4	7.01,68	3	158,063	3		
JNMs	2009	Oslo VH	40,59	18	1.20,25	16	41,58	23	1.20,79	18	162,690	20		
	2010	Hamar V	38,62	10	1.16,35	10	38,39	8	1.15,43	7	152,900	8		
	2011	Arendal Mk	38,96*	3	1.16,98	3	38,67	2	1.16,51	4	154,375	2		
LM-13	2008	Asker R	43,67	3	2.17,56	3	1.29,28	3						
LM-14	2009	Geithus Fk	41,00	1	2.04,62	1	1.21,50	2						
LM-15	2010	Bjugn FH	38,97	1	1.57,66	1	1.17,10	1	4.06,24	1				
LM-16	2011	Stavanger SA	37,39	1	1.52,11	1								

JUNIOR VERDENSREKORD (godkjent av ISU)

Lagtempo 3.50,02 Moskva Kry 14.3.2010

NORSKE JUNIOR-REKORDER (godkjent av NSF)

Lagtempo 3.54,68 Berlin S 6.3.2010

3.50,02 Moskva Kry 14.3.2010

NSF Elite allround / langdistanse :

Sverre Lunde PEDERSEN

Født: 17.07.1992 - Medlem av Fana IL

Personlige rekorder :

500 m:	36,56	15	Calgary	12.02.2011
1000 m:	1.12,94	2	Hamar V	03.01.2010
1500 m:	1.45,48	14	Calgary	13.02.2011
3000 m:	3.47,05	2	Moskva Kry	12.03.2010
5000 m:	6.22,83	12	Calgary	12.02.2011
10000 m:	14.16,16	6	Collalbo	09.01.2011

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000	10000
1998/99:	(5)	93,6 (400)					
1999/00:	(6)	63,2 (400)					
2000/01:	(7)	52,2 (400)					
2001/02:	(8)	47,9 (400)					
2002/03:	(9)	52,5					
2003/04:	(10)	49,34					
2004/05:	(11)	43,70	1.30,47	2.22,90			
2005/06:	(12)	40,73	1.20,72	2.06,72	4.39,1		
2006/07:	(13)	39,61	1.17,70	1.59,98	4.11,45		
2007/08:	(14)	38,62	1.14,72	1.53,02	4.04,71	6.56,14	
2008/09:	(15)	37,49	1.13,47	1.50,87	3.54,32	6.44,58	14.53,91
2009/10:	(16)	37,23	1.12,94	1.47,53	3.47,05	6.36,82	
2010/11:	(17)	36,56	1.13,20	1.45,48	3.52,54	6.22,83	14.16,16

Deltakelse i INTERNASJONALE MESTERSKAP

VMa	2011	Calgary	36,56	15	6.22,83	12	1.45,48	14		110,003	14				
VMe	2011	Inzell		TP	3.45,73	5				1.47,64	15				
JVMa	2008	Changchun	39,22	37	4.05,37	27	2.30,82f	42	130,388	41	dnq	41			
	2009	Zakopane	38,18	16	3.59,12	5	1.55,64	10	6.56,78	5	158,257	6	4.03,39	5	
	2010	Moskva Kry	37,23	15	3.47,05	2	1.49,28	4	6.36,82	4	151,179	4			
	2011	Seinäjoki	37,66	5	3.55,85	1	1.54,71	1	6.51,07	1	156,311	1			
JVMe	2009	Zakopane		TP	dnq	5	4.03,39	5			1.55,64	13	6.56,78	6	
	2010	Moskva Kry		TP	3.54,54	A1	3.50,02	q1	JWR		1.49,28	4	6.36,82	4	
	2011	Seinäjoki		TP	4.41,50f	A2	4.04,13	q1		1.54,71	1	6.51,07	1		
EM	2011	Collalbo	37,17	10	6.38,12	7	1.53,85	8	14.16,16	6	157,740	6			

<u>World Cup-poeng</u>	År	500 m	1000 m	1500 m	Langdist - pl.
	2011				61 p 24

<u>Junior-WC-poeng</u>	År	500 m	1000 m	1500 m	Langdist - pl.	
	2009	42 p	40	112 p 11	332 p 2	320 p 2
	2010	33 p	37	35 p 28	50 p 21	190 p 2
	2011	35 p	38	35 p 27	150 p 7	140 p 5

Deltakelse i LANDSKAMPER og REGIONALE "MESTERSKAP"

2007	G-13	Bergen S	40,94	1	1.21,25	1	41,31	1	2.06,21	1	164,945	1			
2008	JC	Chemnitz	40,45	1	2.00,92	1	1.19,24	1	4.18,41	1	163,444	1			
EJG	2008	Warszawa							1.17,64	15	2.03,76	12	TP	4.14,16	5

Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

NMa	2009	Gol	38,96	7	7.15,68	8	1.55,06	6	14.53,91	10	165,576	8
	2011	Oslo Fr	38,14	2	6.55,89	3	1.54,16	2	14.23,20	4	160,942	2
NMe	2008	Hamar V			1.16,16	16	1.55,53	19				
	2009	Hamar V	38,03	11			1.52,10	9	6.52,25	13		
	2009	Gol									14.53,91	10
	2010	Hamar V	37,47	10	1.13,12	6	1.50,55	8	6.49,58	10		
	2011	Hamar V	37,24	9			1.50,51	5	6.40,43	6		
	2011	Oslo Fr									14.23,20	4
JNMa	2008	Hundorp F	39,49	3	4.16,88	2	1.58,54	2	7.17,80	3	165,596	2
	2009	Bergen SI	38,45	1	4.06,64	1	1.58,27	1	7.17,40	1	162,719	1
JNMs	2007	Bergen S	40,55	11	1.21,34	8	41,35	10	1.22,12	6	163,630	9
	2008	Bjugn Fh	39,71	6	1.17,01	4	39,84	10	1.17,53	4	156,820	3
	2009	Oslo VH	38,54	1	1.14,59	1	38,29	1	1.14,96	1	151,605	1
	2010	Hamar V	37,76	2	1.13,09	3	37,99	4	1.12,94	2	148,765	3
	2011	Arendal Mk	38,80	2	1.15,49	2	47,08f	22	1.15,93	1	161,590	14
LM-12	2006	Hamar V	41,66	1	2.06,72	1	1.21,47	1			124,635	1
LM-13	2007	Tromsø Tr	41,13	1			2.08,20	1			83,863	1
LM-14	2008	Asker R	39,92	1	2.00,44	1						
LM-15	2009	Geithus Fk	38,72	1	1.55,08	1						

JUNIOR VERDENREKORD (godkjent av ISU)

Lagtempo 3.50,02 Moskva Kry 14.3.2010

NORSK SENIOR-REKORD (godkjent av NSF)

Lagtempo 3.41,59 Calgary 6.12.2009

NORSKE JUNIOR-REKORDER (godkjent av NSF)

1500 m	1.45,48	Calgary	13.2.2011
Lagtempo	4.02,10	Inzell	30.11.2008
	3.54,68	Berlin S	6.3.2010
	3.50,02	Moskva Kry	14.3.2010

Hanne Skjønhaug HAUGLANDFødt: **07.09.1991** - Medlem av **Austevoll IK****Personlige rekorder :**

500 m:	40,05	15	Calgary	19.03.2011
1000 m:	1.18,82	8	Calgary	18.03.2011
1500 m:	2.03,76	8	Calgary	20.03.2011
3000 m:	4.35,00	3	Hamar V	10.01.2009
5000 m:	8.21,45	4	Bergen SI	07.03.2010

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000	10000
1999/00:	(7)	80,9 (400m)					
2000/01:	(8)	75,4					
2001/02:	(9)	66,4					
2002/03:	(10)	53,26					
2003/04:	(11)	49,91	1.39,20	2.32,14			
2004/05:	(12)	45,87	1.32,68	2.23,88			
2005/06:	(13)	44,45	1.29,29	2.18,63	4.59,68	9.08,3	
2006/07:	(14)	43,88	1.29,1	2.24,94	5.41,3		
2007/08:	(15)	42,69	1.25,44	2.15,5	5.10,79		
2008/09:	(16)	41,50	1.24,01	2.07,55	4.35,00	8.29,90	
2009/10:	(17)	41,04	1.22,93	2.08,39	4.37,40	8.21,45	
2010/11:	(18)	40,05	1.18,82	2.03,76	4.37,16		

Deltakelse i INTERNASJONALE MESTERSKAP

JVMa	2009	Zakopane	41,63	12	2.18,04	29	dns,syk				3.27,82	9
	2010	Moskva Kry	41,27	26	2.10,16	31	1.23,46	33	126,386		30	3.31,73 13
JVMe	2009	Zakopane	(41,63	13	42,24	17)	83,87	14		2.18,04	41	
	2010	Moskva Kry	41,27	25					1.23,46	43	2.10,16	41
	2011	Seinäjoki	40,83	3	42,11	16	82,94	5	1.25,73	20	2.10,60	15

Junior-WC-poeng

År	500 m	1000 m	1500 m	
2009	128 p	14	47 p 23	8 p 46
2010	25 p	44	1 p 62	6 p 63
2011	246 p	4	67 p 16	88 p 10

Deltakelse i LANDSKAMPER og REGIONALE "MESTERSKAP"

2006	J-13	Pori	46,61	2	1.36,22	1	46,78	2	2.28,96	1	191,153	1
2008	J-15	Göteborg Rh	44,43	3	1.31,88	4	44,52	4	2.24,68	2	183,116	2
EJG	2008	Warszawa	45,37	18	44,51	10	89,88	14	1.27,68	11		

Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

NMa	2009	Gol	43,13	2	5.05,25	5	2.16,25	4	8.29,90	5	190,411	4
	2010	Bergen SI	42,94	2	4.54,16	5	2.15,52	3	8.21,45	4	187,284	3
NMe	2008	Hamar V	43,44	10	1.28,05	11						
	2009	Hamar V	41,72	4	1.24,22	3	2.08,85	5				
	2009	Gol								8.29,90	5	
	2010	Hamar V	41,57	3	1.23,10	3	2.10,14	4				
	2011	Hamar V	40,14	1	1.20,72	3	2.05,09	4				
JNMa	2009	Bergen SI	42,19	1	2.13,70	1	1.26,55	1	4.51,42	2	178,601	1
	2010	Båstad	43,00	2	2.13,68	2	1.27,07	2	4.44,05	2	178,436	2
	2011	Bjugn FH	41,30	1	2.08,59	1	1.22,66	1	4.37,16	1	171,686	1
JNMs	2007	Bergen S	46,48	13	1.43,00	23	46,89	13	dns			
	2008	Bjugn Fh	43,75	5	1.29,83	8	43,12	5	1.28,82	5	176,195	5
	2009	Oslo VH	42,32	2	1.26,89	3	42,94	3	1.27,69	3	172,550	3
	2010	Hamar V	41,59	3	1.24,10	3	42,27	3	1.24,98	3	168,400	3
	2011	Arendal Mk	42,67	2	1.26,00	2	41,91	2	1.26,47	2	170,815	2
LM-12	2005	Skien Is	47,89	2	2.31,99	2	1.39,27	1				
LM-13	2006	Hamar V	44,52	1	2.18,63	1	1.29,29	2	135,375	1		
LM-14	2007	Tromsø Tr	46,69	2			2.38,14	3	99,403	3		
LM-15	2008	Asker R	43,65	2	2.19,06	2	1.27,59	2	5.10,79	3		
LM-16	2009	Geithus Fk	43,33	2	2.17,85	1						

NORSKE JUNIOR-REKORDER (godkjent av NSF)

Lagtempo:	3.27,82	Zakopane	22.2.2009
	3.18,42	Groningen	1.3.2009

August Teodor HAUGENFødt: **11.08.1991** - Medlem av Sandefjord SK**Personlige rekorder :**

500 m:	38,58	8	Hamar V	08.01.2011
1000 m:	1.15,46	12	Baselga di P	29.01.2011
1500 m:	1.53,39	5	Hamar V	09.01.2011
3000 m:	3.55,16	2	Hamar V	21.02.2010
5000 m:	6.50,67	10	Hamar V	07.11.2010
10000 m:	14.17,96	8	Hamar V	14.02.2010

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000	10000
2000/01:	(8)	61,72					
2001/02:	(9)	54,69					
2002/03:	(10)	51,9					
2003/04:	(11)	48,78	1.38,71	2.32,90			
2004/05:	(12)	46,32	1.32,81	2.20,00			
2005/06:	(13)	44,53	1.28,42	2.14,43	4.39,68		
2006/07:	(14)	41,93	1.22,50	2.06,30	4.21,84	7.31,71	
2007/08:	(15)	40,79	1.20,18	1.59,14	4.08,75	7.11,21	14.58,95
2008/09:	(16)	39,69	1.16,72	1.55,53	4.00,04	6.55,54	14.38,13
2009/10:	(17)	39,08	1.15,73	1.53,95	3.55,16	6.50,75	14.17,96
2010/11:	(18)	38,58	1.15,46	1.53,39	3.55,46	6.50,67	14.39,00

<u>Junior-WC-poeng</u>	År	500 m	1000 m	1500 m	Langdist - pl.
	2009			12 p	43
	2010				50 p
	2011	3 p	60	10 p	52
				8 p	51
					16 p
					45

Deltakelse i LANDSKAMPER

2008 MJB Chemnitz K 42,06 10 2.06,38 8 1.24,47 11 4.19,88 4 169,734 8

Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

NMa	2008	Bjugn Fh	41,36	24	7.29,40	19	2.03,38	19		127,426	20
	2009	Gol	41,47	20	7.27,65	13	2.01,07	16		126,591	19
	2010	Bergen SI	40,22	13	7.17,65	11	2.02,60	11		124,851	13
	2011	Oslo Fr	40,00	16	7.14,25	12	2.00,26	12		123,511	13
NMe	2008	Hamar V								7.16,50	20
	2009	Hamar V								6.55,54	14
	2010	Hamar V						1.59,00	25	6.54,49	13
	2011	Hamar V						1.54,38	13	6.50,67	10
JNMa	2007	Larvik	43,26	22	4.36,69	22	2.11,50	22	133,208		22
	2008	Hundorp F	41,67	21	4.27,98	11	2.05,49	16	7.27,95	9	172,958
	2009	Bergen SI	41,00	13	4.17,29	6	2.03,34	6	7.24,49	4	169,443
	2010	Båstad	40,64	20	4.14,83	5	2.02,40	9	7.13,30	3	167,241
	2011	Bjugn FH	38,66	8	4.01,34	5	1.56,31	6	7.03,20	5	159,973
JNMs	2010	Hamar V	39,55	21	1.16,36	11	39,41	20	1.15,73	10	155,005
	2011	Arendal Mk	40,55	16	1.19,33	8	39,77	11	1.18,34	7	159,155
LM-12	2005	Skien Is	48,61	13	2.32,34	10	1.40,18	11			
LM-13	2006	Hamar V	44,53	9	2.14,43	8	1.28,42	11	133,550	10	
LM-14	2007	Tromsø Tr	43,44	9			2.13,57	3	87,963	4	
LM-15	2008	Asker R	41,96	8	2.01,89	2	1.20,18	4	4.18,62	2	
LM-16	2009	Geithus Fk	41,54	11	2.02,36	3	1.20,16	5	4.14,99	1	

NORSK JUNIOR-REKORD (godkjent av NSF)

Lagtempo: 4.02,10 Inzell 30.11.2008

Andreas Holmen MINGE

Født: 11.10.1991 - Medlem av Båstad IL Skøyter

Personlige rekorder :

500 m:	38,00	4	Hamar V	08.01.2011
1000 m:	1.14,26	7	Zakopane	28.11.2010
1500 m:	1.52,22	9	Baselga di P	30.01.2011
3000 m:	3.55,51	6	Baselga di P	29.01.2011
5000 m:	6.48,40	8	Hamar V	09.01.2011
10000 m:	14.34,23	4	Hamar V	27.02.2011

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000	10000
2000/01:	(8)	51,49 (400)					
2001/02:	(9)	62,73	2.11,05	2.58,4			
2002/03:	(10)	51,6	1.48,4	2.58,4			
2003/04:	(11)	46,89	1.35,54	2.26,29			
2004/05:	(12)	43,32	1.27,27	2.14,48	5.04,3		
2005/06:	(13)	41,12	1.21,31	2.05,29	4.19,22		
2006/07:	(14)	40,0	1.19,40	2.02,34	4.14,96	7.34,55	
2007/08:	(15)	39,1	1.18,37	1.57,7	4.05,87	7.13,65	15.46,9
2008/09:	(16)	38,23	1.15,68	1.54,11	4.02,90	7.03,63	
2009/10:	(17)	38,12	1.15,17	1.53,75	3.58,35	6.55,08	14.48,86
2010/11:	(18)	38,00	1.14,26	1.52,22	3.55,51	6.48,40	14.34,23

Deltakelse i LANDSKAMPER

2006 G-13	Pori	44,47	2	1.29,32	2	44,10	2	2.15,17	2	178,286	2
2007 G-14	Bergen S	41,44	2	1.24,38	1	41,94	2	2.10,60	1	169,103	1
2008 MJB	Chemnitz K	40,98	8	2.05,89	7	1.22,68	7	4.24,84	7	168,423	6
2009 GJB	Breda	39,76	5	2.01,50	5	1.18,41	5	4.13,72	3	161,751	5
2009 G-16	Helsinki	40,58	1	2.02,85	1	1.20,50	1	4.22,72	1	165,566	1

Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

NMa	2010	Bergen SI	39,34	6	7.23,64	15	2.03,06	12	15.35,90	11	171,519	11		
	2011	Oslo Fr	39,36	9	7.19,29	15	1.57,64	7	14.54,21	9	167,212	11		
NMe	2008	Hamar V									7.18,32	21		
	2009	Hamar V				39,33	22			1.57,64	20	7.20,09	23	
	2010	Hamar V				38,59	24	1.15,17	17	1.54,98	18	7.02,25	16	
	2011	Hamar V				38,31	19			1.53,33	11	6.53,30	11	
	2011	Oslo Fr											14.54,21	9
JNMa	2008	Hundorp F	40,96	16	4.29,19	12	2.04,48	13	7.33,59	11	172,677	9		
	2008	Hundorp F	40,96	16	4.29,19	12	2.04,48	13	7.33,59	11	172,677	9		
	2009	Bergen SI	39,75	5	4.12,27	3	2.00,77	4	7.18,75	2	165,926	4		
	2010	Båstad	39,67	8	4.16,19	7	2.01,31	3	7.20,59	6	166,863	4		
	2011	Bjugn FH	38,11	5	4.03,27	6	1.54,92	5	7.03,66	6	159,327	5		
JNMs	2007	Bergen S	40,98	12	1.23,72	15	41,51	13	1.25,31	14	167,005	11		
	2008	Bjugn Fh	40,05	9	1.19,32	8	39,94	11	1.19,75	12	159,525	7		
	2009	Oslo VH	39,51	6	1.17,77	6	40,14	9	1.17,67	5	157,370	6		
	2010	Hamar V	38,90	13	1.15,51	6	38,40	9	1.15,45	8	152,780	7		
	2011	Arendal Mk	39,32	6	1.17,86	6	39,36	7	1.17,26	6	156,240	5		
LM-12	2005	Skien Is	44,93	3	2.21,30	2	1.31,90	3						
LM-13	2006	Hamar V	41,42	1	2.05,50	1	1.21,31	1	123,908	1				
LM-14	2007	Tromsø Tr	41,68	2			2.09,52	2	84,853	2				
LM-15	2008	Asker R	40,60	3	2.02,01	3	1.20,63	5	4.19,22	3				
LM-16	2009	Geithus Fk	40,09	5	dns				4.16,21	2				

Thomas Henrik SØFTELAND

Født: 29.12.1990 - Medlem av Arendal SK

Personlige rekorder :

500 m:	40,72	23	Hamar V	26.02.2011
1000 m:	1.17,76	69	Calgary	21.03.2009
1500 m:	1.56,74	16	Hamar V	21.11.2010
3000 m:	3.56,73	5	Hamar V	20.11.2010
5000 m:	6.39,62	4	Hamar V	09.01.2011
10000 m:	13.59,50	1	Hamar V	27.02.2011

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000	10000
2005/06:	(14)	49,6	1.41,48	2.36,0	5.34,3		
2006/07:	(15)	44,53	-	2.12,89	4.37,45		
2007/08:	(16)	42,2	1.23,17	2.03,2	4.16,76	7.18,75	
2008/09:	(17)	40,76	1.17,76	1.57,04	3.57,01	6.43,03	14.29,50
2009/10:	(18)	41,21	1.23,34	1.58,11	4.00,22	6.51,10	14.16,00
2010/11:	(19)	40,72	-	1.56,74	3.56,73	6.39,62	13.59,50

Deltakelse i LANDSKAMPER - ingen

Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

NMa	2009	Gol	43,42	23	7.29,78	16	2.05,24	22	-	130,144	22	
	2010	Bergen SI	42,35	21	7.20,79	14	2.05,42	17	-	128,235	17	
	2011	Oslo Fr	42,34	23	7.12,19	11	2.03,57	20	-	126,749	20	
NMe	2008	Hamar V							7.18,75		22	
	2009	Hamar V							7.00,35		16	
	2011	Hamar V					1.57,59	21	6.44,50		9	
JNMa	2008	Hundorp F	43,17	25	4.25,96	10	2.07,76	21	7.18,94	5	173,976	13
	2009	Bergen SI	42,86	21	4.22,56	8	2.07,27	11	7.30,27	7	174,070	9
	2010	Båstad	42,36	29	4.20,73	11	2.05,54	16	7.18,29	5	171,490	12
LM-16	2008	Asker R	42,90	9	2.06,91	4	1.23,17	10	4.16,76	1		

Espen TVEITFødt: 31.12.1991 - Medlem av **Herkules SK****Personlige rekorder :**

500 m:	37,78	13	Baselga di P	30.01.2011
1000 m:	1.12,72	12	Calgary	21.03.2010
1500 m:	1.51,40	8	Calgary	17.03.2010
3000 m:	3.56,62	6	Hamar V	08.01.2011
5000 m:	6.50,13	10	Hamar V	09.01.2011
10000 m:	15.02,82	12	Oslo Fr	19.12.2010

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000	10000
2000/01:	(8)	61,19					
2001/02:	(9)	55,74					
2002/03:	(10)	50,7	1.48,6				
2003/04:	(11)	47,34	1.35,67	2.27,66			
2004/05:	(12)	44,50	-	2.20,97			
2005/06:	(13)	43,08	1.25,89	2.12,65	4.43,78		
2006/07:	(14)	40,68	1.21,48	2.06,9	4.26,58	7.43,90	
2007/08:	(15)	39,7	1.18,49	2.01,0	4.21,66	7.25,9	
2008/09:	(16)	39,82	1.18,72	2.00,05	4.11,11	7.14,67	
2009/10:	(17)	37,95	1.12,72	1.51,40	3.59,00	6.51,34	
2010/11:	(18)	37,78	1.14,01	1.52,07	3.56,62	6.50,13	15.02,82

Deltakelse i INTERNASJONALE MESTERSKAP

JVMe 2011 Seinäjoki (38,61 15 dns -) dnp -

Junior-WC-poeng	År	500 m	1000 m	1500 m	Langdist - pl.
	2010		12 p 56	6 p 58	
	2011	11 p 54	40 p 25	32 p 26	30 p 34

Deltakelse i LANDSKAMPER

2009 G-16 Helsinki 40,69 2 2.05,88 2 1.20,83 2 4.28,07 2 167,743 2

Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

NMa	2011	Oslo Fr	38,92	7	7.15,55	13	1.58,20	9	15.02,82	12	167,016	10	
NMe	2011	Hamar V					38,42	22	1.14,35	10	1.54,20	12	7.05,71 18
	2011	Oslo Fr											15.02,82 12
JNMa	2008	Hundorp F	40,99	17	4.35,38	17	2.07,26	18	129,306			18	
	2009	Bergen SI	40,35	9	4.19,44	7	2.03,73	7	7.36,40	8	170,473	7	
	2010	Båstad	39,10	4	4.18,72	8	2.02,18	5	7.32,42	12	168,188	7	
	2011	Bjugn FH	37,85	2	4.00,55	4	1.54,15	3	7.03,10	4	158,301	4	
JNMs	2010	Hamar V	38,66	11	1.15,52	7	38,70	12	1.15,07	5	152,655	6	
	2011	Arendal Mk	39,28	5	1.17,50	4	38,74	5	1.16,43	3	154,985	4	
LM-12	2005	Skien Is	46,03	5	2.27,19	6	1.37,43	8					
LM-13	2006	Hamar V	43,50	6	2.12,90	5	1.25,89	4	130,745	5			
LM-14	2007	Tromsø Tr	42,69	5			2.18,57	9	88,880	8			
LM-15	2008	Asker R	40,90	5	2.05,58	6	1.20,69	6	4.22,62	4			
LM-16	2009	Geithus Fk	40,00	4	2.01,28	2	1.18,72	2	4.17,45	3			

Ellen BJERTNES

Født: 08.12.1994 - Medlem av Geithus IL

Personlige rekorder :

500 m:	42,89	1	Hamar V	26.02.2011
1000 m:	1.23,87	12	Calgary	20.03.2010
1500 m:	2.08,20	2	Calgary	17.03.2010
3000 m:	4.30,06	1	Stavanger Sø	13.02.2011
5000 m:	7.50,60	1	Hamar V	27.02.2011

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000
2001/02:	(6)	97,7				
2002/03:	(7)	74,6				
2003/04:	(8)	74,4				
2004/05:	(9)	59,61				
2005/06:	(10)	53,54	1.52,7			
2006/07:	(11)	49,7	1.39,25	2.29,85		
2007/08:	(12)	46,5	1.31,89	2.19,25	5.07,6	
2008/09:	(13)	44,60	1.29,48	2.15,27	4.41,94	8.27,33
2009/10:	(14)	42,91	1.23,87	2.08,20	4.32,80	8.08,44
2010/11:	(15)	42,89	1.24,36	2.09,39	4.30,06	7.50,60

Junior-WC-poeng År 3000 m - pl.

2011 9 p 53

Deltakelse i LANDSKAMPER

2009	JJC	Breda	47,25	12	1.34,35	9	48,17	11	2.30,14	11
2010	KJC	Bjugn	44,48	2	1.29,04	1	44,05	2	2.18,85	2
2011	KJB	Breda	44,76	7	2.14,45	4	1.28,69	7	dns	

Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

NMa	2011	Oslo Fr	44,92	6	4.51,08	5	2.17,31	4	8.32,70	7	190,473	6				
NMe	2009	Hamar V									5.04,37	12				
	2010	Hamar V							1.28,14	8	2.15,93	9	4.42,25	4	8.08,44	3
	2011	Hamar V					43,79	14	1.25,77	6	2.12,66	7	4.36,72	5		
	2011	Oslo Fr													8.32,70	7
JNMa	2010	Båstad	45,66	7	2.21,52	5	1.30,36	5	4.53,80	4	186,979	5				
	2011	Bjugn FH	44,07	8	2.14,07	3	1.27,39	5	4.41,67	3	179,400	3				
JNMs	2010	Hamar V	45,63	15	1.30,88	11	45,20	13	1.29,40	8	180,970	11				
LM-12	2008	Asker R	47,33	1	2.27,55	1	1.34,78	1								
LM-13	2009	Geithus Fk	46,62	3	2.29,54	4	1.33,31	2								
LM-14	2010	Bjugn FH	45,05	3	2.16,05	2	1.29,09	2								
LM-15	2011	Stavanger SA	43,60	2	2.09,39	1	1.24,66	1	4.30,06	1						

Anne GULBRANDSEN

Født: 17.02.1994 - Medlem av Eidsvold TF

Personlige rekorder :

500 m:	42,08	3	Hamar V	28.11.2009
1000 m:	1.24,30	2	Hamar V	29.11.2009
1500 m:	2.11,61	8	Heerenveen	27.02.2010
3000 m:	4.45,95	8	Erfurt	06.12.2009
5000 m:	9.23,26	8	Gol	20.12.2008

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000
1998/99:	(4)	129,2 (400)				
1999/00:	(5)	82,0 (400)				
2000/01:	(6)	69,0 (400)				
2001/02:	(7)	62,79 (400)				
2002/03:	(8)	54,77 (400)				
2003/04:	(9)	50,86 (400)				
2004/05:	(10)	55,26				
2005/06:	(11)	51,4	1.46,71			
2006/07:	(12)	44,76	1.33,48	2.27,82		
2007/08:	(13)	44,0	1.29,0	2.19,37	5.22,34	
2008/09:	(14)	43,26	1.27,62	2.17,59	4.49,92	9.23,26
2009/10:	(15)	42,08	1.24,30	2.11,61	4.45,95	
2010/11:	(16)	42,43	1.24,64	2.12,31	4.49,13	

Junior-WC-poeng	År	500 m	1000 m	1500 m	3000 m - pl.
	2010		6 p 54	7 p 55	2 p 66

Deltakelse i LANDSKAMPER

2008	LJC	Chemnitz K	45,71	10	1.37,29	11	46,56	9	2.30,82	9	191,188	10
2008	J-13	Göteborg Rh	46,34	2	1.38,21	2	47,07	2	2.32,20	2	193,248	2
2009	JJC	Breda	44,74	5	1.31,50	6	44,70	4	2.23,87	6	183,146	5
2009	J-14	Helsinki	45,75	1	1.31,60	1	46,02	2	2.25,08	1	185,930	1
2010	KJB	Erfurt	42,38	6	2.12,79	7	1.27,02	7	4.45,95	8		
2010	KJB	Bjugn	44,04	1	2.19,46	1	1.29,39	1	5.03,74	2		
2011	KJB	Breda	44,48	6	2.17,48	6	1.28,82	8	5.01,16	6		
2011	KJB	Göteborg	44,06	2	2.20,82	3	1.31,09	2	5.03,18	3		

Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

NMa	2009	Gol	45,74	5	5.16,53	9	2.24,42	9	9.23,26	8	202,961	8
	2011	Oslo Fr	43,75	5	5.08,05	10	2.21,85	11	142,374	8	-	9
NMe	2009	Hamar V	44,41	17	1.31,10	17	2.21,32	16	5.08,25	14		
	2009	Gol									9.23,26	8
	2010	Hamar V	42,47	5	1.24,62	4	2.15,75	7				
	2011	Hamar V					42,60	6	1.24,64	4	2.12,61	6
JNMa	2008	Hundorp F	46,50	16	2.28,71	16	1.33,84	15	5.22,34	15	196,713	15
	2009	Bergen SI	44,76	3	2.22,50	6	1.31,02	4	5.07,12	6	188,956	4
	2010	Båstad	44,23	4	2.19,01	3	1.28,31	3	4.54,03	5	183,726	3
	2011	Bjugn FH	43,68	5	2.15,88	5	1.27,16	4	4.50,89	5	181,034	5
JNMs	2008	Bjugn Fh	45,77	15	1.33,39	21	45,58	16	1.32,64	17	184,365	15
	2009	Oslo VH	45,06	7	1.30,69	5	44,78	5	1.32,66	8	181,515	6
	2010	Hamar V	60,75	20	1.26,29	5	43,02	4	1.27,21	5	190,520	19
	2011	Arendal Mk	44,70	6	1.34,06	8	44,10	6	1.29,23	5	180,445	6
LM-12	2007	Tromsø Tr	46,59	2			2.32,36	2			97,376	2
LM-13	2008	Asker R	45,66	2	2.27,06	2	1.34,56	2				
LM-14	2009	Geithus Fk	44,79	2	2.20,96	2	1.33,25	2				
LM-15	2010	Bjugn FH	43,94	1	2.17,58	1	1.29,25	1	4.59,04	1		
LM-16	2011	Stavanger SA	43,27	2	2.14,13	1	1.25,70	1	4.52,99	1		

Sofie Karoline HAUGEN

Født: **22.04.1995** - Medlem av **Sandefjord SK**

Personlige rekorder :

500 m:	42,27	1	Stavanger SA	12.03.2011
1000 m:	1.23,95	1	Hamar V	09.01.2011
1500 m:	2.09,79	1	Hamar V	08.01.2011
3000 m:	4.32,12	2	Hamar V	09.01.2011
5000 m:	8.21,59	5	Oslo Fr	19.12.2010

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000
2000/01:	(6)	73,2	(400m)			
2001/02:	(7)	51,2	(400m)			
2002/03:	(8)	52,04	(400m)			
2003/04:	(9)	70,3				
2004/05:	(10)	56,04				
2005/06:	(11)	54,21	2.04,3			
2006/07:	(12)	51,0	1.44,46			
2007/08:	(13)	46,07	1.33,29	2.26,83		
2008/09:	(14)	43,73	1.29,27	2.17,79	4.54,48	
2009/10:	(15)	43,52	1.27,61	2.14,92	4.46,65	
2010/11:	(16)	42,27	1.23,95	2.09,79	4.32,12	8.21,59

Deltakelse i INTERNASJONALE MESTERSKAP

JVMa 2011	Seinäjäki	43,34	28	2.18,56	30	1.30,72	34	4.49,58	19	183,149	24
JVMe 2011	Seinäjäki							1.30,72	48	2.18,56	42 4.49,58 24

<u>Junior-WC-poeng</u>	År	1500 m	3000 m - pl.
	2011	-	- 10 p 52

Deltakelse i LANDSKAMPER

2009 JJC	Breda	45,33	7	1.34,08	8	46,32	8	2.27,41	9
2009 J-13	Helsinki	46,51	1	1.35,40	1	46,23	1	2.32,60	2
2010 KJC	Erfurt	43,94	8	1.27,61	6	43,78	7	2.17,36	8
2010 KJC	Bjugn	44,92	3	1.31,45	3	44,13	3	2.22,73	4
2011 KJB	Breda	44,23	5	2.18,77	8	1.28,02	5	4.48,85	4
2011 KJB	Göteborg	43,36	1	2.16,79	1	1.28,05	1	4.49,81	1

Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

NMa 2011	Oslo Fr	43,48	4	4.51,31	6	2.17,97	5	8.21,59	5	188,180	4	
NMe 2010	Hamar V	44,41	10	1.29,07	10	2.21,55	13	4.56,25	9			
	2011	Hamar V	43,19	10	1.27,86	10	2.14,91	10				
	2011	Oslo Fr								8.21,59	5	
JNMa 2010	Båstad	45,26	5	2.27,60	8	1.34,13	9	5.06,50	8	192,608	8	
	2011	Bjugn FH	42,59	2	2.12,94	2	1.26,00	2	4.40,05	2	176,578	2
JNMs 2010	Hamar V	43,78	6	1.28,08	6	dq						
	2011	Arendal Mk	43,97	3	1.30,20	3	43,18	3	1.27,93	3	176,215	3
LM-12 2008	Asker R	48,83	4	2.32,88	3	1.38,22	3					
LM-13 2009	Geithus Fk	46,37	2	2.25,03	2	1.34,24	3					
LM-14 2010	Bjugn FH	44,7	2	2.20,73	4	1.30,51	4					
LM-15 2011	Stavanger SA	42,44	1	2.11,04	2	1.25,33	2					

Ingvild HELLEM

Født: 22.09.1993 - Medlem av Bjugn/Ørland SK

Personlige rekorder :

500 m:	42,86	1	Stavanger Sø	12.02.2011
1000 m:	1.25,64	6	Hamar V	21.11.2010
1500 m:	2.13,04	7	Hamar V	20.11.2010
3000 m:	4.41,80	6	Hamar V	21.11.2010

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000	10000
2000/01:	(6)	71,20 (400m)					
2001/02:	(7)	55,81 (400m)					
2002/03:	(8)	62,2					
2003/04:	(9)	52,82					
2004/05:	(10)	50,06	1.46,65				
2005/06:	(11)	45,51	1.35,2	2.27,63			
2006/07:	(12)	44,61	1.30,62	2.20,48	5.16,5		
2007/08:	(13)	44,29	1.28,37	2.18,48	4.56,02		
2008/09:	(14)	42,94	1.25,88	2.13,77	4.50,21		
2009/10:	(15)	-	deltok ikke	-	-		
2010/11:	(16)	42,86	1.25,64	2.13,04	4.41,80		

Deltakelse i LANDSKAMPER

2008	LJC	Chemnitz K	45,60	9	1.33,66	9	45,44	7	2.26,54	7	186,716	8
2008	J-13	Göteborg Rh	45,40	1	1.34,25	1	45,84	1	2.27,32	1	187,471	1
2009	J-14	Helsinki	45,97	2	1.33,19	2	45,80	1	2.27,08	2	187,391	2
2011	KJB	Breda	44,11	4	2.18,13	7	1.28,05	6	dns			

Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

NMe	2011	Hamar V	43,07	9	1.27,02	8	2.15,03	11				
JNMa	2008	Hundorp F	45,16	8	2.26,20	9	1.31,96	10	5.10,94	12	191,696	9
	2011	Bjugn FH	42,87	3	2.17,42	6	1.26,83	3	4.52,04	6	180,764	4
JNMs	2008	Bjugn Fh	45,24	9	1.32,54	14	45,45	14	1.31,75	14	182,835	11
	2009	Oslo VH	44,66	5	1.31,01	6	44,91	6	1.30,40	4	180,275	5
	2011	Arendal Mk	44,59	4	1.30,47	4	43,75	4	1.29,06	4	178,105	4
LM-12	2007	Tromsø Tr	45,62	1			2.27,47	1	94,776	1		
LM-13	2008	Asker R	45,35	1	2.24,05	1	1.31,02	1				
LM-14	2009	Geithus Fk	44,78	1	2.19,51	1	1.30,18	1				
LM-16	2011	Stavanger SA	42,86	1								

Camilla LUND

Født: **12.11.1994** - Medlem av **Leinstrand IL**

Personlige rekorder :

500 m:	44,13	3	Stavanger Sør	12.02.2011
1000 m:	1.27,10	4	Hamar V	28.02.2010
1500 m:	2.12,95	2	Hamar V	20.02.2010
3000 m:	4.35,62	3	Hamar V	21.02.2010
5000 m:	8.08,34	5	Hamar V	27.02.2011

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000
2004/05:	(9)	78,34				
2005/06:	(10)	62,23	2.13,22			
2006/07:	(11)	53,38	1.50,24	2.47,81		
2007/08:	(12)	48,93	1.40,77	2.37,20		
2008/09:	(13)	46,80	1.33,51	2.23,74	4.57,58	
2009/10:	(14)	44,31	1.27,10	2.12,95	4.35,62	8.11,34
2010/11:	(15)	44,13	1.27,28	2.13,95	4.43,31	8.08,34

Deltakelse i LANDSKAMPER

2010	KJC	Erfurt	45,20	12	1.29,85	9	44,96	12	2.17,57	9
2010	KJC	Bjugn	46,18	4	1.31,49	4	45,29	4	2.18,92	3
2011	KJB	Göteborg	46,05	6	2.20,66	2	1.31,63	3	4.57,21	2

Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

NMa	2011	Oslo Fr	46,58	12	4.57,99	9	2.20,23	8	142,988 / 9	- 10
NMe	2011	Hamar V			1.29,33	15	2.15,30	12	4.44,45	8
LM-12	2008	Asker R	62,09	13	2.42,58	8	1.43,10	9		
LM-13	2009	Geithus Fk	48,11	5	2.29,78	5	1.35,23	5		
LM-14	2010	Bjugn FH	45,97	4	2.18,83	3	1.30,13	3		
LM-15	2011	Stavanger SA	44,13	3	2.14,37	3	1.27,28	3	4.43,31	2

Marte VATN

Født: 26.06.1995 - Medlem av Spk. Falken

Personlige rekorder :

500 m:	41,68	1	Hamar V	20.02.2010
1000 m:	1.25,10	4	Heerenveen	26.02.2010
1500 m:	2.09,45	1	Hamar V	20.02.2010
3000 m:	4.33,36	2	Hamar V	21.02.2010

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000	10000
2001/02:	(6)	72,0	(400m)				
2002/03:	(7)	66,02	(400m)				
2003/04:	(8)	65,6					
2004/05:	(9)	56,12					
2005/06:	(10)	52,0	1.48,19	2.55,11			
2006/07:	(11)	48,48	1.39,19	2.29,40	5.25,9		
2007/08:	(12)	46,07	1.35,07	2.30,36	5.22,42		
2008/09:	(13)	44,31	1.28,71	2.21,17	4.55,62		
2009/10:	(14)	41,68	1.25,10	2.09,45	4.33,36		
2010/11:	(15)	46,56	-	-	4.53,28		

Deltakelse i LANDSKAMPER

2009 JJC	Breda	46,05	9	1.35,28	12	45,84	7	2.27,17	8
2009 J-13	Helsinki	47,68	2	1.35,65	2	46,74	2	2.30,32	1
2010 KJC	Erfurt	43,34	6	1.28,09	7	42,81	5	2.13,19	4
2010 KJC	Bjugn	43,78	1	1.29,93	2	43,25	1	2.16,17	1

Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

JNMa	2010	Båstad	44,22	3	2.20,38	4	1.29,24	4	4.49,28	3	183,846	4
JNMs	2010	Hamar V	42,55	4	1.26,18	4	43,21	6	1.26,42	4	172,060	4
LM-12	2008	Asker R	48,59	3	2.31,73	2	1.35,84	2				
LM-13	2009	Geithus Fk	46,21	1	2.22,65	1	1.32,61	1				
LM-14	2010	Bjugn FH	43,24	1	2.15,52	1	1.26,83	1				

Kenneth Lund HÅVARDSRUD

Født: 04.08.1993 - Medlem av Geithus IL

Personlige rekorder :

500 m:	37,28	40	Calgary	17.03.2011
1000 m:	1.13,50	42	Calgary	19.03.2011
1500 m:	1.53,32	17	Calgary	16.03.2011
3000 m:	4.03,22	17	Calgary	15.03.2011
5000 m:	7.07,21	14	Calgary	16.03.2011

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000
2000/01:	(6)	76,3	(400m)			
2001/02:	(7)	53,98	(400m)			
2002/03:	(8)	51,2	(400m)			
2003/04:	(9)	55,4	1.55,7			
2004/05:	(10)	50,44	1.52,7			
2005/06:	(11)	50,2	1.44,77	2.38,87		
2006/07:	(12)	46,86	1.34,87	2.27,53		
2007/08:	(13)	43,6	1.27,6	2.14,99	4.41,32	
2008/09:	(14)	41,16	1.22,72	2.08,36		
2009/10:	(15)	39,23	1.17,19	1.59,88	4.16,83	
2010/11:	(16)	37,28	1.13,50	1.53,32	4.03,22	7.07,21

Deltakelse i LANDSKAMPER

2011	MJB	Breda	39,40	4	2.00,94	5	1.16,39	3	4.20,01	7
2011	MJB	Göteborg	39,38	1	2.01,95	1	1.17,70	1	4.27,41	3

Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

NMa	2011	Oslo Fr	39,66	12	7.37,71	22	2.01,88	16	126,057	17	-	17
NMe	2011	Hamar V	38,39	21	1.16,53	17						
JNMa	2011	Bjugn FH	38,86	9	4.17,72	16	1.59,17	9	7.30,16	14	166,552	12
JNMs	2010	Hamar V	40,10	29	1.19,84	31	39,89	28	1.19,57	25	159,695	27
	2011	Arendal Mk	40,06	10	1.20,27	11	39,63	10	1.19,17	10	159,410	10
LM-12	2007	Tromsø Tr	48,73	6			2.39,28	6			101,823	6
LM-14	2009	Geithus Fk	42,56	3	2.09,81	3	1.24,55	3				
LM-15	2010	Bjugn FH	40,23	3	2.03,94	3	1.19,29	3	4.21,67	3		
LM-16	2011	Stavanger SA	38,07	2	1.57,03	2	1.15,76	1	4.12,12	2		

Magnus Myhren KRISTENSEN

Født: 24.03.1996 - Medlem av Arendal SK

Personlige rekorder :

500 m:	40,70	8	Heerenveen	18.03.2011
1000 m:	1.19,54	1	Hamar V	15.01.2011
1500 m:	2.02,06	30	Hamar V	09.01.2011
3000 m:	4.13,09	25	Hamar V	08.01.2011
5000 m:	7.22,20	23	Hamar V	09.01.2011

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000	10000
2004/05:	(8)	61,1					
2005/06:	(9)	59,1	2.02,9				
2006/07:	(10)	54,62	1.57,5	3.13,3			
2007/08:	(11)	48,89	1.38,5	2.32,40			
2008/09:	(12)	45,13	1.29,96	2.18,40	5.10,57		
2009/10:	(13)	41,82	1.23,86	2.07,74	4.28,47		
2010/11:	(14)	40,70	1.19,54	2.02,06	4.13,09	7.22,20	

Deltakelse i LANDSKAMPER

2010	MJC	Erfurt	42,70	11	2.10,07	8	1.26,19	12	4.30,57	8
2011	MJC	Breda	41,67	4	2.07,91	5	dq		4.23,54	3
2011	MJC	Göteborg	42,27	3	1.23,65	1	42,30	3	2.08,99	1

Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

LM-12	2009	Geithus Fk	46,79	1	2.24,49	1	1.33,21	1		
LM-13	2010	Bjugn FH	43,90	2	2.13,08	1	1.27,16	1		
LM-14	2011	Stavanger SA	41,06	3	2.02,21	1	1.20,28	1		

Magnus NORDBY

Født: 02.03.1995 - Medlem av Stange Sportsklubb

Personlige rekorder :

500 m:	39,35	1	Hamar V	15.01.2011
1000 m:	1.16,44	10	Hamar V	27.02.2011
1500 m:	1.56,64	16	Hamar V	09.01.2011
3000 m:	4.06,36	22	Hamar V	20.11.2010
5000 m:	7.20,12	28	Hamar V	21.11.2010

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000	10000
2001/02:	(6)	95,2 (400m)					
2002/03:	(7)	87,5					
2003/04:	(8)	53,36 (400m)					
2004/05:	(9)	66,4					
2005/06:	(10)	55,5	2.01,8				
2006/07:	(11)	50,6	1.44,4	2.38,2			
2007/08:	(12)	44,5	1.30,85	2.18,64			
2008/09:	(13)	41,06	1.22,49	2.06,33	4.29,46		
2009/10:	(14)	39,59	1.18,46	1.58,04	4.13,67	7.37,60	
2010/11:	(15)	39,35	1.16,44	1.56,64	4.06,36	7.20,12	

Deltakelse i LANDSKAMPER

2010	MJC	Erfurt	40,65	5	2.02,56	4	1.20,82	6	4.20,83	6
2010	MJC	Bjugn	41,38	1	1.22,37	2	41,22	2	2.06,63	2
2011	MJB	Breda	41,28	8	2.03,99	7	1.21,01	8	4.17,80	5
2011	MJB	Göteborg	41,06	6	2.03,00	3	1.20,33	3	4.20,42	2

Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

JNMa	2011	Bjugn FH	39,86	18	4.13,36	11	1.59,90	14	7.29,50	13	167,002	14
LM-12	2008	Asker R	46,72	2	2.28,60	3	1.34,43	3				
LM-13	2009	Geithus Fk	42,76	1	2.10,47	2	dnf					
LM-14	2010	Bjugn FH	40,55	2	2.04,12	2	1.20,60	2				
LM-15	2011	Stavanger SA	39,70	1	1.58,93	1	1.16,88	1	4.09,53	1		

Viktor NYBRÅTEN

Født: 14.09.1993 - Medlem av Hamar IL

Personlige rekorder :

500 m:	38,42	1	Hamar V	05.03.2011
1000 m:	1.15,85	15	Hamar V	08.01.2011
1500 m:	1.56,25	2	Hamar V	20.02.2010
3000 m:	4.04,60	7	Heerenveen	18.03.2011
5000 m:	7.13,73	13	Hamar V	26.02.2011

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000	10000
2001/02:	(7)	55,2 (400m)					
2002/03:	(8)	54,9					
2003/04:	(9)	51,63	1.55,4				
2004/05:	(10)	48,9	1.44,7				
2005/06:	(11)	45,9	1.31,00	2.21,21			
2006/07:	(12)	44,04	1.27,45	2.15,56	4.44,6		
2007/08:	(13)	41,8	1.24,1	2.07,89	4.27,10		
2008/09:	(14)	40,10	1.19,65	2.00,61	4.14,56	7.26,21	
2009/10:	(15)	38,79	1.16,23	1.56,25	4.07,90	7.14,72	
2010/11:	(16)	38,42	1.15,85	1.56,64	4.04,60	7.13,73	

Deltakelse i LANDSKAMPER

2008	G-13	Göteborg Rh	43,86	1	1.28,79	1	43,87	1	2.18,11	1
2009	GJC	Breda	41,69	7	2.07,80	4	1.23,78	6	4.31,38	5
2009	G-14	Helsinki	41,71	1	1.23,72	2	41,70	1	2.10,10	2
2010	MJB	Erfurt	56,39	11	2.01,44	11	1.18,49	11		
2010	MJB	Bjugn	40,18	6	2.03,53	3	dq		4.21,75	3
2011	MJB	Breda	39,46	5	2.01,26	6	1.18,31	6	4.18,40	6

Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

NMe	2010	Hamar V						7.14,72	19	
	2011	Hamar V						dq		
JNMa	2010	Båstad	40,35	15	4.29,66	21	2.07,71	23	127,863	19
	2011	Bjugn FH	39,08	11	4.15,87	13	2.00,23	15	7.33,35	15
JNMs	2010	Hamar V	39,28	18	1.16,31	9	39,32	16	1.16,43	15
	2011	Arendal Mk	40,53	14	1.20,75	13	39,80	12	1.19,87	11
LM-12	2007	Tromsø Tr	45,58	2			2.25,20	2		93,980
LM-13	2008	Asker R	43,63	2	2.13,55	2	1.27,08	2		
LM-14	2009	Geithus Fk	41,52	2	2.06,41	2	1.21,46	1		
LM-15	2010	Bjugn FH	39,82	2	2.01,18	2	1.19,19	2	4.17,93	2
LM-16	2011	Stavanger SA	38,89	3	1.58,06	3	1.16,32	2	4.11,56	1

Henrik Fagerli RUKKE

Født: 20.10.1996 - Medlem av Hol IL

Personlige rekorder :

500 m:	40,27	6	Heerenveen	19.03.2011
1000 m:	1.21,04	4	Heerenveen	18.03.2011
1500 m:	2.07,03	1	Stavanger SA	12.02.2011
3000 m:	4.43,76	7	Breda	05.12.2010

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000	10000
2002/03:	(5)	59,55 (400m)					
2003/04:	(6)	58,3 (400m)					
2004/05:	(7)	55,87 (400m)					
2005/06:	(8)	51,78 (400m)					
2006/07:	(9)	43,17 (400m)					
2007/08:	(10)	49,94					
2008/09:	(11)	45,19	1.36,42				
2009/10:	(12)	42,76	1.26,51	2.16,41.			
2010/11:	(13)	40,27	1.21,04	2.07,03	4.43,76		

Deltakelse i LANDSKAMPER

2011 MJC	Breda	42,22	5	2.17,02	8	1.25,94	7	4.43,76	7
2011 MJC	Göteborg	41,38	1	1.25,10	2	41,62	1	2.11,49	2

Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

LM-12	2010	Bjugn FH	43,77	2	2.21,79	2	1.30,67	2
LM-13	2011	Stavanger SA	40,60	1	2.07,03	1	1.21,10	1

Daniel VATN

Født: **19.06.1993** - Medlem av **Spk. Falken**

Personlige rekorder :

500 m:	37,67	7	Hamar V	09.01.2011
1000 m:	1.15,29	12	Hamar V	09.01.2011
1500 m:	1.56,92	9	Hamar V	27.02.2011
3000 m:	4.09,22	26	Hamar V	20.11.2010
5000 m:	7.09,53	11	Hamar V	26.02.2011

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000	10000
2001/02:	(8)	56,8 (400m)					
2002/03:	(9)	59,8					
2003/04:	(10)	51,59	1.58,4				
2004/05:	(11)	48,23	1.38,85	2.32,42	5.34,5		
2005/06:	(12)	46,30	1.33,72	2.26,54	5.19,7		
2006/07:	(13)	43,31	1.28,00	2.23,58	4.57,2		
2007/08:	(14)	41,3	1.25,1	2.12,32	4.33,39	8.18,47	
2008/09:	(15)	38,56	1.21,40	2.02,10	4.21,59	7.40,95	
2009/10:	(16)	38,09	1.16,71	1.58,17	4.11,64	7.20,62	
2010/11:	(17)	37,67	1.15,29	1.56,92	4.09,22	7.09,53	

Deltakelse i LANDSKAMPER

2010 MJB Bjugn 39,27 2 2.04,15 4 1.19,65 3 4.24,41 4

Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

NMa	2011	Oslo Fr	39,83	14	7.31,67	19	2.04,48	22	126,490	19	-	19
JNMa	2010	Båstad	40,34	14	4.34,98	25	2.06,65	21	128,386	22	-	23
	2011	Bjugn FH	38,62	7	4.16,87	15	2.02,10	16	7.28,45	11	166,976	13
JNMs	2009	Oslo VH	40,09	14	1.21,57	21	40,50	15	1.21,72	23	162,235	16
	2010	Hamar V	38,46	6	1.16,92	15	38,19	6	dns			
	2011	Arendal Mk	39,56	7	1.21,07	14	38,70	4	1.20,03	13	158,810	7
LM-12	2006	Hamar V	46,30	5	2.26,54	9	1.33,72	7	142,006	7		
LM-13	2007	Tromsø Tr	45,53	4			2.25,02	8	93,870	6		
LM-14	2008	Asker R	42,72	5	2.18,77	9	1.25,77	4				
LM-15	2009	Geithus Fk	39,51	2	2.07,24	4	1.21,46	2	4.35,38	5		
LM-16	2010	Bjugn FH	39,25	2	2.02,95	5	1.18,93	3	4.21,86	6		