



# Stevneprotokoll

Norges Vektløfterforbund



Stevnekat: **NM Senior og Veteraner**

Arrangør: **Spydeberg Atletene**

Sted: **Spydeberg**

Dato: **06.03.09**

Pulje: **1**

Vekt-klasse	Kroppsvikt	Kategori	Fødselsdato	St nr	Navn	Lag	Rykk			Støt			Beste forsøk i hver øvelse	Sammenlagt	Poeng	Pl.	Rek.
							1	2	3	1	2	3					
62	58,60	M2	10/10/68	54	Erik Eide	Stavanger VK	60	-65	65	70	75	80	65	80	145	#MACRO ?	1
62	60,34	M2	06/12/67	69	Bjørn Thore Olsen	Spydeberg Atletene	50	-52	52	70	75	80	52	75	127	#MACRO ?	2
													0	0	0	0,00	
69	67,21	M3	11/10/60	3	Tom Carlsen	AK Bjørgvin	55	58	61	72	77	81	61	81	142	#MACRO ?	1
69	67,24	M1	12/03/71	20	Tore Gabrielsen	Stavanger VK	65	70	75	90	95	100	75	100	175	#MACRO ?	1
69	67,98	M5	04/02/54	40	Kjell Kalvaa	Trondheim AK	50	54	57	68	71	73	57	71	128	#MACRO ?	1
69	63,79	M6	02/12/47	77	Richard Bergmann	Nidelv IL	-45	45	-47	-58	58	60	45	58	103	#MACRO ?	1
													0	0	0	0,00	
77	71,64	M10	13/12/26	21	Tormod Jensen	Larvik AK	35	38	-40	40	42	44	38	42	80	#MACRO ?	1
77	75,87	M6	18/08/47	57	Sigvald Monsen	Stavanger VK	70	-75	-75	85	90	95	70	90	160	#MACRO ?	1
77	76,89	M4	23/12/57	67	Vidar Sæland	Vigrestad IK	77	80	-83	106	144	144	80	106	186	#MACRO ?	1
77	76,22	M8	24/01/36	81	Bjørn Lie	Namsos VK	35	40	-42	50	55	55	40	55	95	#MACRO ?	1
													0	0	0	0,00	
													0	0	0	0,00	
													0	0	0	0,00	
													0	0	0	0,00	

Stevnets leder: Per Mattingsdal, NVF, Int I

Dommere:

- 1 Terje Bjerke, Oslo AK, F
- 2 Ole Jakob Aas, T&IL National, F
- 3 Marius Hovdum, T&IL National, F

Jury:

Teknisk kontrollør: Torstein Gjervan, Trondheim AK, Int II  
 Chief Marshall: Tor Steinar Herikstad, Vigrestad IK, F  
 Tidtager: Leik Simon Aas, T&IL National

Sekretær: Arne H. Pedersen, NVF  
 Hans Bjørnar Hagens, Vigrestad, IK, F

Speaker: Tore Kristiansen

Beskrivelse Rekorder: Kjell Kalvaa, M5, 69 kg, Nr Rykk: 57 kg

Notater: Ny Sinclair tabell benyttes fra 1.1.2009



# Stevneprotokoll

## Norges Vektløfterforbund

Stevnekat: **NM Senior og Veteraner**Arrangør: **Spydeberg Atletene**Sted: **Spydeberg**Dato: **06.03.09** Pulje: **2**

Vekt-klasse	Kroppsvikt	Kategori	Fødselsdato	St nr	Navn	Lag	Rykk			Støt			Beste forsøk i hver øvelse	Sammenlagt	Poeng	Pl.	Rek.	
							1	2	3	1	2	3						
85	84,44	M3	27/06/64	11	Gunnar Knudsen	Grenland AK	75	80	85	110	112	117	85	112	197	#MACRO ?	1	
85	83,81	M4	28/10/56	30	Per Berger Olsen	T & IL National	70	75	-80	100	105	110	75	110	185	#MACRO ?	1	
85	84,30	M3	04/09/61	34	Terje Gulvik	Larvik AK	80	85	-90	100	105	110	85	110	195	#MACRO ?	2	
85	83,95	M7	02/11/43	52	Leif Uglestad	Trondheim AK	60	-63	63	70	75	77	63	77	140	#MACRO ?	1	x
													0	0	0	0,00		
94	92,69	M5	12/05/54	6	Tom Farsund	Førde IL	89	-94	-94	112	112	115	89	115	204	#MACRO ?	2	
94	89,60	M7	30/05/40	19	Roald Bjerkholt	Larvik AK	58	-64	-64	60	65	70	58	70	128	#MACRO ?	2	
94	93,96	M5	24/10/53	42	Johan Thonerud	Spydeberg Atletene	85	88	-90	110	114	117	88	117	205	#MACRO ?	1	
94	86,46	M8	20/09/38	44	Johan Nystrom	Trondheim AK	60	-63	63	80	82	85	63	82	145	#MACRO ?	1	xxx
94	92,78	M3	14/05/60	46	Trond Kvilhaug	Nidelv IL	90	95	-97	102	110	118	95	110	205	#MACRO ?	2	
94	90,28	M4	14/10/56	49	Arne Jens Larsen	Tambarskjelvar IL	70	75	80	90	95	100	80	100	180	#MACRO ?	1	
94	90,79	M2	16/02/69	65	Eskil Forås	Trondheim AK	-123	123	-127	150	155	160	123	155	278	#MACRO ?	2	x
94	93,58	M7	26/11/40	80	Per Marstad	Tønsberg-Kam.	60	63	65	75	80	80	65	80	145	#MACRO ?	1	
													0	0	0	0,00		
													0	0	0	0,00		
													0	0	0	0,00		

Stevnets leder: Per Mattingdal, NVF, Int I

Dommere:

- 1 Terje Bjerke, Oslo AK, F
- 2 Ole Jakob Aas, T&IL National, F
- 3 Marius Hovdum, T&IL National, F

Jury:

Teknisk kontrollør: Torstein Gjervan, Trondheim AK, Int II  
 Chief Marshall: Tor Steinar Herikstad, Vigrestad IK, F  
 Tidtager: Leik Simon Aas, T&IL National

Sekretær: Arne H. Pedersen, NVF  
 Hans Bjørnar Hagenes, Vigrestad IK, F

Speaker: Tore Kristiansen

Beskrivelse Rekorder: Johan Nystrom, M8, 94 kg: NR Rykk 63 kg, støt 82 kg, sml. 143 kg, 145 kg  
 Leif Uglestad, M7, 85 kg: Nr Støt 77 kg, sml 140 kg  
 Eskil Forås, M2, 94 kg: Støt 155 kg

Notater: Ny Sinclair tabell benyttes fra 1.1.2009



# Stevneprotokoll

Norges Vektløfterforbund



Stevnekat: **NM Senior og Veteraner**

Arrangør: **Spydeberg Atletene**

Sted: **Spydeberg**

Dato: **06.03.09**

Pulje: **3**

Vekt-klasse	Kroppsv-ekt	Kate-gori	Fødsels-dato	St nr	Navn	Lag	Rykk			Støt			Beste forsøk i hver øvelse	Sammen-lagt	Poeng	Pl.	Rek.	
							1	2	3	1	2	3						
105	95,38	M6	27/02/45	55	Eskil Lian	Trondheim AK	75	80	-82	95	100	-	80	95	175	#MACRO ?	1	
105	96,05	M4	31/05/59	56	Geir Hestmann	Oslo AK	101	-405	-405	110	115	120	101	120	221	#MACRO ?	1	x
													0	0	0	0,00		
+105	132,65	M1	08/07/72	4	Bård Roos Svendsen	Lenja AK	-95	-95	-95	-	-	-	0	0	0	0,00		
+105	116,95	M4	14/01/57	7	Ove Varlid	Tambarskjelvar IL	-100	100	-106	125	130	135	100	135	235	#MACRO ?	1	
+105	110,05	M8	11/02/38	18	Kåre Sømme	Haugesund VK	55	60	63	75	80	80	63	75	138	#MACRO ?	1	
+105	105,10	M7	04/06/44	72	Jan Nystrøm	Trondheim AK	80	-85	85	98	102	107	85	107	192	#MACRO ?	1	xx
					Norgescup								0	0	0	0,00		
94	85,36	JM	15/02/91	8	Steinar Aas	T & IL National	78	82	84	-94	94	97	84	97	181	#MACRO ?		
85	83,81	JM	27/07/91	39	Erlend Kraggerud	Spydeberg Atletene	70	73	-75	90	94	97	73	97	170	#MACRO ?		
													0	0	0	0,00		
													0	0	0	0,00		
													0	0	0	0,00		
													0	0	0	0,00		
													0	0	0	0,00		
													0	0	0	0,00		
													0	0	0	0,00		

Stevnets leder: Per Mattingsdal, NVF, Int I

Jury:

Dommere:

- 1 Terje Bjerke, Oslo AK, F
- 2 Ole Jakob Aas, T&IL National, F
- 3 Marius Hovdum, T&IL National, F

Sekretær: Arne H. Pedersen, NVF  
Hans Bjørnar Hagenes, Vigrestad IK, F  
Speaker: Tore Kristiansen

Teknisk kontrollør:  
Chief Marshall: Arne Larsen, Tambarskjelvar IL, F  
Tidtager: Torstein Gjervan, Trondheim AK, Int II

Beskrivelse Rekorder: Jan Nystrøm, M7, +105 kg: Rykk: 80 kg, 85 kg, Støt: 102 kg, 107 kg, Sml 183 kg, 187 kg, 192 kg  
Geir Hestmann, M4, 105 kg: Rykk 101 kg  
Ove Varlid, M4, +105 kg: Støt: 135 kg, Sml. 235 kg

Notater: Ny Sinclair tabell benyttes fra 1.1.2009



# Stevneprotokoll

Norges Vektløfterforbund



Stevnekat: **NM Senior og Veteraner**

Arrangør: **Spydeberg Atletene**

Sted: **Spydeberg**

Dato: **07.03.09**

Pulje: **1**

Vekt-klasse	Kroppsvekt	Kategori	Fødselsdato	St nr	Navn	Lag	Rykk			Støt			Beste forsøk i hver øvelse		Sammenlagt	Poeng	Pl.	Rek.
							1	2	3	1	2	3						
56	52,39	UM	16/03/92	78	Thomas Eide	Stavanger VK	60	65	-74	80	85	88	65	85	150	#MACRO ?	1	
62	61,23	JM	09/11/90	75	Alexander Aronsen	T & IL National	-90	90	95	110	148	-	95	110	205	#MACRO ?	1	
													0	0	0	0,00		
77	74,70	JM	11/01/89	10	Leik Simon Aas	T & IL National	-105	105	-110	125	130	135	105	130	235	#MACRO ?	4	
77	76,62	SM	26/08/80	17	Steinar Kvame	Tambarskjelvar IL	120	-124	124	140	145	148	124	145	269	#MACRO ?	2	
77	73,74	M1	08/02/71	24	Per Arne Marstad	Tønsberg-Kam.	-100	100	-105	115	120	125	100	125	225	#MACRO ?	6	
77	76,95	JM	08/08/91	45	Erik Moen Birkeland	Stavanger VK	85	90	-95	100	107	112	90	112	202	#MACRO ?	7	
77	76,88	SM	07/07/82	61	Jostein Frøyd	Larvik AK	118	121	125	-136	136	144	125	136	261	#MACRO ?	3	
77	73,34	SM	15/06/78	62	Ronny Matnisdal	Vigrestad IK	120	123	-125	140	146	146	123	146	269	#MACRO ?	1	
77	76,82	JM	27/05/89	79	Alexander Hanssen	Nidelv IL	95	-100	100	122	126	130	100	130	230	#MACRO ?	5	
													0	0	0	0,00		
85	83,72	M1	24/04/72	13	Odd Gunnar Røyseth	Tambarskjelvar IL	105	110	-115	135	140	141	110	141	251	#MACRO ?	2	
85	77,11	SM	11/10/86	22	Yngve Apneseth	Tambarskjelvar IL	110	-115	-115	130	135	140	110	140	250	#MACRO ?	3	
85	84,09	SM	09/08/86	29	Tor Eirik Rasmussen	Stavanger VK	92	97	-100	115	117	121	97	121	218	#MACRO ?	4	
85	83,69	M2	12/06/69	63	Lars-Thomas Grønlien	Oslo AK	-90	92	97	110	115	116	97	116	213	#MACRO ?	5	
85	84,31	SM	22/05/88	70	Jarleif Amdal	Vigrestad IK	130	-135	135	165	170	175	135	165	300	#MACRO ?	1	

Stevnets leder:

Jury: Benny Johansson, President  
Per Matningsdal  
Tryggve Duun

Sekretær: Arne H. Pedersen, NVF  
Tor Steinar Herikstad, Vigrestad IK, F

Speaker:

Notater: Ny Sinclair tabell benyttes fra 1.1.2009

Dommere:

- 1 Terje Bjerke, Oslo AK, F
- 2 Geir Johansen, Lenja AK, F
- 3 Kristoffer Thonerud, Spydeberg Atletene, F

Teknisk kontrollør:

Chief Marshall: Marius Hovdum, T&IL National, F, Kenneth Fagerland, Spydeberg Atletene  
Tidtager: Torstein Gjervan, Trondheim AK, Int II

Beskrivelse Rekorder:



# Stevneprotokoll

Norges Vektløfterforbund



Stevnekat: **NM Senior og Veteraner**

Arrangør: **Spydeberg Atletene**

Sted: **Spydeberg**

Dato: **07.03.09**

Pulje: **3**

Vekt-klasse	Kroppsvikt	Kategori	Fødselsdato	St nr	Navn	Lag	Rykk			Støt			Beste forsøk i hver øvelse	Sammenlagt	Poeng	Pl.	Rek.	
							1	2	3	1	2	3						
53	50,33	SK	18/07/88	71	Camilla Carlsen	AK Bjørgvin	55	-58	-58	65	70	74	55	65	120	#MACRO ?	1	
													0	0	0	0,00		
58	55,11	JK	01/02/89	37	Martine O. Jakobsen	Tønsberg-Kam.	50	54	-	60	64	68	54	68	122	#MACRO ?	1	
58	57,39	K1	04/06/72	64	Anita Kristoffersen	Stavanger VK	40	42	44	50	52	54	44	54	98	#MACRO ?	2	xxx
													0	0	0	0,00		
63	62,76	SK	10/06/82	38	Ruth Kasirye	Tønsberg-Kam.	96	101	106	120	125	130	106	130	236	#MACRO ?	1	xx
63	62,02	UK	09/09/92	50	Lucie Larsen	AK Bjørgvin	48	-50	50	58	64	62	50	62	112	#MACRO ?	2	
													0	0	0	0,00		
69	68,07	SK	06/11/84	1	Janne Grostad	Nidelv IL	58	60	-62	73	76	78	60	76	136	#MACRO ?	1	
69	68,29	SK	15/11/83	16	Elisabeth Holmstrøm	Trondheim AK	57	-64	-64	69	73	75	57	75	132	#MACRO ?	2	
													0	0	0	0,00		
75	70,29	SK	07/12/87	25	Anja Evelin Jordalen	AK Bjørgvin	-88	-88	90	110	113	115	90	113	203	#MACRO ?	1	xxx
													0	0	0	0,00		
+75	95,88	SK	19/10/80	41	Johanna Wåsjør	Nidelv IL	50	53	-55	64	67	70	53	67	120	#MACRO ?	1	
													0	0	0	0,00		
													0	0	0	0,00		

Stevnets leder:

Jury: Benny Johansson, President  
Per Mattingdal  
Tryggve Duun

Sekretær: Arne H. Pedersen, NVF  
Hans Bjørnar Hagenes, Vigrestad IK, F

Speaker:

Notater: Ny Sinclair tabell benyttes fra 1.1.2009

Dommere:

- 1 Terje Bjerke, Oslo, AK, F
- 2 Geir Johansen, Lenja AK, F
- 3 Kristoffer Thonerud, Spydeberg Atletene, F

Teknisk kontrollør:

Chief Marshall: Tor Steinar Herikstad, Vigrestad IK, F  
Tidtager: Torstein Gjervan, Trondheim AK, Int II

Beskrivelse Rekorder:

Anita Kristoffersen, K1, 58kg, Nr Rykk: 40 kg, 42 kg, 44 kg, Støt: 50 kg, 52 kg, 54 kg, Sml.: 94 kg, 96 kg, 98 kg  
Anja Evelin Jordalen, 75 kg, Nr Rykk: 90 kg, Støt: 110 kg, 113 kg, Sml. 200 kg, 203 kg  
Ruth Kasirye, 63 kg, Nr Rykk: 106 kg, Støt: 125 kg, 130 kg, Sml 226 kg, 231 kg, 236 kg



# Stevneprotokoll

Norges Vektløfterforbund



Stevnekat: **NM Senior og Veteraner**

Arrangør: **Spydeberg Atletene**

Sted: **Spydeberg**

Dato: **07.03.09** Pulje: **4**

Vekt-klasse	Kroppsvekt	Kategori	Fødselsdato	St nr	Navn	Lag	Rykk			Støt			Beste forsøk i hver øvelse	Sammenlagt	Poeng	Pl.	Rek.	
							1	2	3	1	2	3						
94	93,51	M2	26/09/65	2	Alexander Bahmanyar	T & IL National	110	-113	-113	140	149	152	110	140	250	#MACRO ?	4	
94	92,63	M1	24/09/72	12	Jarle Hammersvik	Haugesund VK	-118	-118	-118	-	-	-	0	0	0	0,00		
94	93,53	SM	23/06/87	15	Tor Kristoffer Klethagen	Gjøvik AK	-100	105	108	-120	120	120	108	120	228	#MACRO ?	8	
94	87,27	SM	27/04/85	23	Alexander Schive Bjerck	AK Bjørgvin	90	-97	97	127	133	138	97	133	230	#MACRO ?	7	
94	93,95	SM	21/02/80	26	Geir Grønnevik	Tambarskjelvar IL	141	-145	-145	-180	180	180	141	0	0	0,00		
94	89,74	SM	08/11/84	27	Espen Bjaaland	Gjøvik AK	100	106	-140	125	131	136	106	136	242	#MACRO ?	5	
94	92,31	SM	22/01/81	32	Sindre Madsgaard	AK Bjørgvin	110	115	-118	138	143	146	115	146	261	#MACRO ?	3	
94	93,34	SM	04/10/81	43	Per Hordnes	AK Bjørgvin	-145	-148	148	-180	180	188	148	180	328	#MACRO ?	1	
94	92,25	M3	06/08/62	58	Petter N. Sæterdal	AK Bjørgvin	-100	-100	-100	-	-	-	0	0	0	0,00		
94	93,56	M3	05/03/64	59	Ole Jakob Aas	T & IL National	105	108	-111	128	134	134	108	128	236	#MACRO ?	6	x
													0	0	0	0,00		
													0	0	0	0,00		
													0	0	0	0,00		
													0	0	0	0,00		
													0	0	0	0,00		
													0	0	0	0,00		

Stevnets leder:

Jury: Benny Johansson, President  
Per Mattingsdal  
Tryggve Duun

Sekretær: Arne H. Pedersen, NVF  
Hans Bjørnar Hagenes, Vigrestad IK, F

Speaker: Beskrivelse Rekorder: Ole Jakob Aas, M3, 94 kg, Rykk: 108 kg

Dommere: 1 Trond Kvilhaug, Nidelv IL, Int II  
2 Per Marstad, Tønsberg-Kameratene, Int I  
3 Geir Johansen, Lenja AK, F

Teknisk kontrollør: Torstein Gjervan, Trondheim AK, Int II  
Chief Marshall: Jarleif Amdal, Vigrestad IK, F, Arne Larsen, Tambarskjelvar, F  
Tidtager: Kristoffer Thonerud, Spydeberg Atletene, F

Notater: Ny Sinclair tabell benyttes fra 1.1.2009



# Stevneprotokoll

Norges Vektløfterforbund



Stevnekat: **NM Senior og Veteraner**

Arrangør: **Spydeberg Atletene**

Sted: **Spydeberg**

Dato: **07.03.09**

Pulje: **5**

Vekt-klasse	Kroppsvikt	Kategori	Fødselsdato	St nr	Navn	Lag	Rykk			Støt			Beste forsøk i hver øvelse	Sammenlagt	Poeng	Pl.	Rek.	
							1	2	3	1	2	3						
105	103,81	M2	02/07/68	28	Dag Rønnevik	Tysvær VK	90	97	-105	120	125	125	97	125	222	#MACRO ?	6	
105	104,70	SM	26/10/88	33	Jon Peter Ueland	Vigrestad IK	105	110	-113	135	144	144	110	135	245	#MACRO ?	4	
105	95,21	SM	22/10/86	48	Eric Balloux	Oslo AK	110	-115	115	-128	128	135	115	128	243	#MACRO ?	5	
105	101,52	JM	10/02/90	60	Øystein Robberstad	Gjøvik AK	125	-130	-130	150	155	155	125	150	275	#MACRO ?	3	
105	103,54	SM	30/03/76	66	Børge Aadland	AK Bjørgvin	120	123	124	168	172	172	124	168	292	#MACRO ?	1	
105	94,32	JM	24/12/89	68	Kim Eirik Tollefsen	Stavanger VK	-125	125	130	160	167	167	130	160	290	#MACRO ?	2	
													0	0	0	0,00		
+105	131,90	SM	30/01/82	5	Kenneth Heidenberg	T & IL National	130	135	-138	-160	160	170	135	170	305	#MACRO ?	2	
+105	136,35	JM	08/07/90	47	Vebjørn Varlid	Tambarskjelvar IL	145	151	-155	-172	172	180	151	180	331	#MACRO ?	1	xxx
+105	114,54	M1	10/11/72	51	Per Olav Dagsland	Haugesund VK	-120	120	126	150	155	160	126	160	286	#MACRO ?	4	
+105	109,71	SM	12/11/81	73	Lars Vegard Jahnsen	Tønsberg-Kam.	120	125	-128	155	160	161	125	161	286	#MACRO ?	3	
													0	0	0	0,00		
													0	0	0	0,00		
													0	0	0	0,00		
													0	0	0	0,00		
													0	0	0	0,00		

Stevnets leder:

Jury: Benny Johansson, President  
Per Mattingsdal  
Tryggve Duun

Sekretær: Arne H. Pedersen, NVF  
Hans Bjørnar Hagenes, Vigrestad IK, F

Speaker:

Dommere:

- 1 Trond Kvilhaug, Nidelv IL, Int II
- 2 Lars Thomas Grønlien, Oslo AK, F
- 3 Arne Larsen, Tambarskjelvar IL, F

Teknisk kontrollør:

Chief Marshall: Jarleif Amdal, Vigrestad IK, F, Kristoffer Thonerud, Spydeberg Atletene, F  
Tidtager: Torstein Gjervan, Trondheim AK, Int II

Beskrivelse Rekorder: Vebjørn Varlid, +105 kg, Nr J, Rykk: 151 kg, Støt 180 kg, Sml 331 kg

Notater: Ny Sinclair tabell benyttes fra 1.1.2009

# Resultat NM Senior

Spydeberg Atletene		Spydeberg		07/03/09						
Kvinner										
1	53	50,33	SK	18/07/88	Camilla Carlsen	AK Bjørgvin	55	65	120	###
1	58	55,11	JK	01/02/89	Martine O. Jakobsen	Tønsberg-Kam.	54	68	122	###
2	58	57,39	K1	04/06/72	Anita Kristoffersen	Stavanger VK	44	54	98	###
1	63	62,76	SK	10/06/82	Ruth Kasirye	Tønsberg-Kam.	106	130	236	###
2	63	62,02	UK	09/09/92	Lucie Larsen	AK Bjørgvin	50	62	112	###
1	69	68,07	SK	06/11/84	Janne Grostad	Nidelv IL	60	76	136	###
2	69	68,29	SK	15/11/83	Elisabeth Holmstrøm	Trondheim AK	57	75	132	###
1	75	70,29	SK	07/12/87	Anja Evelin Jordalen	AK Bjørgvin	90	113	203	###
1	+75	95,88	SK	19/10/80	Johanna Wåsjør	Nidelv IL	53	67	120	###
Menn										
1	56	52,39	UM	16/03/92	Thomas Eide	Stavanger VK	65	85	150	###
1	62	61,23	JM	09/11/90	Alexander Aronsen	T & IL National	95	110	205	###
1	77	73,34	SM	15/06/78	Ronny Matnisdal	Vigrestad IK	123	146	269	###
2	77	76,62	SM	26/08/80	Steinar Kvame	Tambarskjelvar IL	124	145	269	###
3	77	76,88	SM	07/07/82	Jostein Frøyd	Larvik AK	125	136	261	###
4	77	74,70	JM	11/01/89	Leik Simon Aas	T & IL National	105	130	235	###
5	77	76,82	JM	27/05/89	Alexander Hanssen	Nidelv IL	100	130	230	###
6	77	73,74	M1	08/02/71	Per Arne Marstad	Tønsberg-Kam.	100	125	225	###
7	77	76,95	JM	08/08/91	Erik Moen Birkeland	Stavanger VK	90	112	202	###
1	85	84,31	SM	22/05/88	Jarleif Amdal	Vigrestad IK	135	165	300	###
2	85	83,72	M1	24/04/72	Odd Gunnar Røyseth	Tambarskjelvar IL	110	141	251	###
3	85	77,11	SM	11/10/86	Yngve Apneseth	Tambarskjelvar IL	110	140	250	###
4	85	84,09	SM	09/08/86	Tor Eirik Rasmussen	Stavanger VK	97	121	218	###
5	85	83,69	M2	12/06/69	Lars-Thomas Grønlien	Oslo AK	97	116	213	###
1	94	93,34	SM	04/10/81	Per Hordnes	AK Bjørgvin	148	180	328	###
2	94	90,79	M2	16/02/69	Eskil Forås	Trondheim AK	123	155	278	###
3	94	92,31	SM	22/01/81	Sindre Madsgaard	AK Bjørgvin	115	146	261	###
4	94	93,51	M2	26/09/65	Alexander Bahmanyar	T & IL National	110	140	250	###
5	94	89,74	SM	08/11/84	Espen Bjaaland	Gjøvik AK	106	136	242	###
6	94	93,56	M3	05/03/64	Ole Jakob Aas	T & IL National	108	128	236	###
7	94	87,27	SM	27/04/85	Alexander Schive Bjerck	AK Bjørgvin	97	133	230	###
8	94	93,53	SM	23/06/87	Tor Kristoffer Klethagen	Gjøvik AK	108	120	228	###
	94	93,95	SM	21/02/80	Geir Grønnevik	Tambarskjelvar IL	141			
	94	92,63	M1	24/09/72	Jarle Hammersvik	Haugesund VK				
	94	92,25	M3	06/08/62	Petter N. Sæterdal	AK Bjørgvin				
1	105	103,54	SM	30/03/76	Børge Aadland	AK Bjørgvin	124	168	292	###
2	105	94,32	JM	24/12/89	Kim Eirik Tollefsen	Stavanger VK	130	160	290	###
3	105	101,52	JM	10/02/90	Øystein Robberstad	Gjøvik AK	125	150	275	###
4	105	104,70	SM	26/10/88	Jon Peter Ueland	Vigrestad IK	110	135	245	###
5	105	95,21	SM	22/10/86	Eric Balloux	Oslo AK	115	128	243	###
6	105	103,81	M2	02/07/68	Dag Rønnevik	Tysvær VK	97	125	222	###
1	+105	136,35	JM	08/07/90	Vebjørn Varlid	Tambarskjelvar IL	151	180	331	###
2	+105	131,90	SM	30/01/82	Kenneth Heidenberg	T & IL National	135	170	305	###



## Resultat NM Senior

**Spydeberg Atletene**

**Spydeberg**

**07/03/09**

3	+105	109,71	SM	12/11/81	Lars Vegard Jahnsen	Tønsberg-Kam.	125	161	286	###
4	+105	114,54	M1	10/11/72	Per Olav Dagsland	Haugesund VK	126	160	286	###

# Resultat NM Veteraner

Spydeberg Atletene

Spydeberg

06.-07.03.09

## Kvinner

58	57,39	K1	04/06/72	Anita Kristoffersen	Stavanger VK	44	54	98	###
----	-------	----	----------	---------------------	--------------	----	----	----	-----

## Menn

1	69	67,24	M1	12/03/71	Tore Gabrielsen	Stavanger VK	75	100	175	###
1	77	73,74	M1	08/02/71	Per Arne Marstad	Tønsberg-Kam.	100	125	225	###
1	85	83,72	M1	24/04/72	Odd Gunnar Røyseth	Tambarskjelvar IL	110	141	251	###
1	+105	114,54	M1	10/11/72	Per Olav Dagsland	Haugesund VK	126	160	286	###
1	62	58,60	M2	10/10/68	Erik Eide	Stavanger VK	65	80	145	###
2	62	60,34	M2	06/12/67	Bjørn Thore Olsen	Spydeberg Atletene	52	75	127	###
1	85	83,69	M2	12/06/69	Lars-Thomas Grønlien	Oslo AK	97	116	213	###
1	94	90,79	M2	16/02/69	Eskil Forås	Trondheim AK	123	155	278	###
2	94	93,51	M2	26/09/65	Alexander Bahmanyar	T & IL National	110	140	250	###
1	105	103,81	M2	02/07/68	Dag Rønnevik	Tysvær VK	97	125	222	###
1	69	67,21	M3	11/10/60	Tom Carlsen	AK Bjørgvin	61	81	142	###
1	85	84,44	M3	27/06/64	Gunnar Knudsen	Grenland AK	85	112	197	###
2	85	84,30	M3	04/09/61	Terje Gulvik	Larvik AK	85	110	195	###
1	94	93,56	M3	05/03/64	Ole Jakob Aas	T & IL National	108	128	236	###
2	94	92,78	M3	14/05/60	Trond Kvilhaug	Nidelv IL	95	110	205	###
1	77	76,89	M4	23/12/57	Vidar Sæland	Vigrestad IK	80	106	186	###
1	85	83,81	M4	28/10/56	Per Berger Olsen	T & IL National	75	110	185	###
1	94	90,28	M4	14/10/56	Arne Jens Larsen	Tambarskjelvar IL	80	100	180	###
1	105	96,05	M4	31/05/59	Geir Hestmann	Oslo AK	101	120	221	###
1	+105	116,95	M4	14/01/57	Ove Varlid	Tambarskjelvar IL	100	135	235	###
1	69	67,98	M5	04/02/54	Kjell Kalvaa	Trondheim AK	57	71	128	###
1	94	93,96	M5	24/10/53	Johan Thonerud	Spydeberg Atletene	88	117	205	###
2	94	92,69	M5	12/05/54	Tom Farsund	Førde IL	89	115	204	###
1	69	63,79	M6	02/12/47	Richard Bergmann	Nidelv IL	45	58	103	###
1	77	75,87	M6	18/08/47	Sigvald Monsen	Stavanger VK	70	90	160	###
1	105	95,38	M6	27/02/45	Eskil Lian	Trondheim AK	80	95	175	###
1	85	83,95	M7	02/11/43	Leif Uglestad	Trondheim AK	63	77	140	###
1	94	93,58	M7	26/11/40	Per Marstad	Tønsberg-Kam.	65	80	145	###
2	94	89,60	M7	30/05/40	Roald Bjerkholt	Larvik AK	58	70	128	###
1	+105	105,10	M7	04/06/44	Jan Nystrøm	Trondheim AK	85	107	192	###
1	77	76,22	M8	24/01/36	Bjørn Lie	Namsos VK	40	55	95	###
1	94	86,46	M8	20/09/38	Johan Nystrøm	Trondheim AK	63	82	145	###
1	+105	110,05	M8	11/02/38	Kåre Sømme	Haugesund VK	63	75	138	###
1	77	71,64	M10	13/12/26	Tormod Jensen	Larvik AK	38	42	80	###
	94	92,63	M1	24/09/72	Jarle Hammersvik	Haugesund VK				
	94	92,25	M3	06/08/62	Petter N. Sæterdal	AK Bjørgvin				
	+105	132,65	M1	08/07/72	Bård Roos Svendsen	Lenja AK				

# Resultat Kongepokal - Norges Cup 1. runde

Spydeberg Atletene

Spydeberg

06.-07.03.09

## Kvinner Norges Cup 1. runde

1	63	62,76	SK	10/06/82	Ruth Kasirye	Tønsberg-Kam.	106	130	236	###
2	75	70,29	SK	07/12/87	Anja Evelin Jordalen	AK Bjørgvin	90	113	203	###
3	53	50,33	SK	18/07/88	Camilla Carlsen	AK Bjørgvin	55	65	120	###
4	58	55,11	JK	01/02/89	Martine O. Jakobsen	Tønsberg-Kam.	54	68	122	###
5	69	68,07	SK	06/11/84	Janne Grostad	Nidelv IL	60	76	136	###
6	69	68,29	SK	15/11/83	Elisabeth Holmstrøm	Trondheim AK	57	75	132	###
7	63	62,02	UK	09/09/92	Lucie Larsen	AK Bjørgvin	50	62	112	###
8	58	57,39	K1	04/06/72	Anita Kristoffersen	Stavanger VK	44	54	98	###
9	+75	95,88	SK	19/10/80	Johanna Wåsjør	Nidelv IL	53	67	120	###

## Menn Kongepokal - Norges Cup 1. runde

1	94	93,34	SM	04/10/81	Per Hordnes	AK Bjørgvin	148	180	328	###
2	85	84,31	SM	22/05/88	Jarleif Amdal	Vigrestad IK	135	165	300	###
3	77	73,34	SM	15/06/78	Ronny Matnisdal	Vigrestad IK	123	146	269	###
4	77	76,62	SM	26/08/80	Steinar Kvame	Tambarskjelvar IL	124	145	269	###
5	+105	136,35	JM	08/07/90	Vebjørn Varlid	Tambarskjelvar IL	151	180	331	###
6	105	94,32	JM	24/12/89	Kim Eirik Tollefsen	Stavanger VK	130	160	290	###
7	77	76,88	SM	07/07/82	Jostein Frøyd	Larvik AK	125	136	261	###
8	94	90,79	M2	16/02/69	Eskil Forås	Trondheim AK	123	155	278	###
9	105	103,54	SM	30/03/76	Børge Aadland	AK Bjørgvin	124	168	292	###
10	85	77,11	SM	11/10/86	Yngve Apneseth	Tambarskjelvar IL	110	140	250	###
11	+105	131,90	SM	30/01/82	Kenneth Heidenberg	T & IL National	135	170	305	###
12	+105	109,71	SM	12/11/81	Lars Vegard Jahnsen	Tønsberg-Kam.	125	161	286	###
13	105	101,52	JM	10/02/90	Øystein Robberstad	Gjøvik AK	125	150	275	###
14	+105	114,54	M1	10/11/72	Per Olav Dagsland	Haugesund VK	126	160	286	###
15	85	83,72	M1	24/04/72	Odd Gunnar Røyseth	Tambarskjelvar IL	110	141	251	###
16	77	74,70	JM	11/01/89	Leik Simon Aas	T & IL National	105	130	235	###
17	94	92,31	SM	22/01/81	Sindre Madsgaard	AK Bjørgvin	115	146	261	###
18	62	61,23	JM	09/11/90	Alexander Aronsen	T & IL National	95	110	205	###
19	77	73,74	M1	08/02/71	Per Arne Marstad	Tønsberg-Kam.	100	125	225	###
20	77	76,82	JM	27/05/89	Alexander Hanssen	Nidelv IL	100	130	230	###
21	94	93,51	M2	26/09/65	Alexander Bahmanyar	T & IL National	110	140	250	###
22	94	89,74	SM	08/11/84	Espen Bjaaland	Gjøvik AK	106	136	242	###
23	105	95,21	SM	22/10/86	Eric Balloux	Oslo AK	115	128	243	###
24	94	87,27	SM	27/04/85	Alexander Schive Bjerck	AK Bjørgvin	97	133	230	###
25	94	93,56	M3	05/03/64	Ole Jakob Aas	T & IL National	108	128	236	###
26	105	104,70	SM	26/10/88	Jon Peter Ueland	Vigrestad IK	110	135	245	###
27	85	84,09	SM	09/08/86	Tor Eirik Rasmussen	Stavanger VK	97	121	218	###
28	94	93,53	SM	23/06/87	Tor Kristoffer Klethagen	Gjøvik AK	108	120	228	###
29	85	83,69	M2	12/06/69	Lars-Thomas Grønlien	Oslo AK	97	116	213	###
30	77	76,95	JM	08/08/91	Erik Moen Birkeland	Stavanger VK	90	112	202	###
31	105	96,05	M4	31/05/59	Geir Hestmann	Oslo AK	101	120	221	###
32	+105	116,95	M4	14/01/57	Ove Varlid	Tambarskjelvar IL	100	135	235	###
33	56	52,39	UM	16/03/92	Thomas Eide	Stavanger VK	65	85	150	###
34	105	103,81	M2	02/07/68	Dag Rønnevik	Tysvær VK	97	125	222	###
35	69	67,24	M1	12/03/71	Tore Gabrielsen	Stavanger VK	75	100	175	###
36	85	84,44	M3	27/06/64	Gunnar Knudsen	Grenland AK	85	112	197	###
37	94	92,78	M3	14/05/60	Trond Kvilhaug	Nidelv IL	95	110	205	###
38	94	92,69	M5	12/05/54	Tom Farsund	Førde IL	89	115	204	###
39	77	76,89	M4	23/12/57	Vidar Sæland	Vigrestad IK	80	106	186	###
40	94	93,96	M5	24/10/53	Johan Thonerud	Spydeberg Atletene	88	117	205	###
41	85	84,30	M3	04/09/61	Terje Gulvik	Larvik AK	85	110	195	###

# Resultat Kongepokal - Norges Cup 1. runde

Spydeberg Atletene					Spydeberg		06.-07.03.09			
42	85	83,81	M4	28/10/56	Per Berger Olsen	T & IL National	75	110	185	###
43	62	58,60	M2	10/10/68	Erik Eide	Stavanger VK	65	80	145	###
44	94	85,36	JM	15/02/91	Steinar Aas	T & IL National	84	97	181	###
45	+105	105,10	M7	04/06/44	Jan Nystrøm	Trondheim AK	85	107	192	###
46	94	90,28	M4	14/10/56	Arne Jens Larsen	Tambarskjelvar IL	80	100	180	###
47	85	83,81	JM	27/07/91	Erlend Kraggerud	Spydeberg Atletene	73	97	170	###
48	77	75,87	M6	18/08/47	Sigvald Monsen	Stavanger VK	70	90	160	###
49	105	95,38	M6	27/02/45	Eskil Lian	Trondheim AK	80	95	175	###
50	69	67,21	M3	11/10/60	Tom Carlsen	AK Bjørgvin	61	81	142	###
51	62	60,34	M2	06/12/67	Bjørn Thore Olsen	Spydeberg Atletene	52	75	127	###
52	69	67,98	M5	04/02/54	Kjell Kalvaa	Trondheim AK	57	71	128	###
53	94	86,46	M8	20/09/38	Johan Nystrøm	Trondheim AK	63	82	145	###
54	85	83,95	M7	02/11/43	Leif Uglestad	Trondheim AK	63	77	140	###
55	94	93,58	M7	26/11/40	Per Marstad	Tønsberg-Kam.	65	80	145	###
56	94	89,60	M7	30/05/40	Roald Bjerkholt	Larvik AK	58	70	128	###
57	+105	110,05	M8	11/02/38	Kåre Sømme	Haugesund VK	63	75	138	###
58	69	63,79	M6	02/12/47	Richard Bergmann	Nidelv IL	45	58	103	###
59	77	76,22	M8	24/01/36	Bjørn Lie	Namsos VK	40	55	95	###
60	77	71,64	M10	13/12/26	Tormod Jensen	Larvik AK	38	42	80	###
	94	93,95	SM	21/02/80	Geir Grønnevik	Tambarskjelvar IL	141			
	+105	132,65	M1	08/07/72	Bård Roos Svendsen	Lenja AK				
	94	92,25	M3	06/08/62	Petter N. Sæterdal	AK Bjørgvin				
	94	92,63	M1	24/09/72	Jarle Hammersvik	Haugesund VK				

# Resultat Norges Cup 1. runde Junior - Ungdom

Spydeberg Atletene

Spydeberg

07/03/09

1	+105	136,35	JM	08/07/90	Vebjørn Varlid	Tambarskjelvar IL	151	180	331	###
2	105	94,32	JM	24/12/89	Kim Eirik Tollefsen	Stavanger VK	130	160	290	###
3	105	101,52	JM	10/02/90	Øystein Robberstad	Gjøvik AK	125	150	275	###
4	77	74,70	JM	11/01/89	Leik Simon Aas	T & IL National	105	130	235	###
5	62	61,23	JM	09/11/90	Alexander Aronsen	T & IL National	95	110	205	###
6	77	76,82	JM	27/05/89	Alexander Hanssen	Nidelv IL	100	130	230	###
7	77	76,95	JM	08/08/91	Erik Moen Birkeland	Stavanger VK	90	112	202	###
8	56	52,39	UM	16/03/92	Thomas Eide	Stavanger VK	65	85	150	###
9	94	85,36	JM	15/02/91	Steinar Aas	T & IL National	84	97	181	###
10	85	83,81	JM	27/07/91	Erlend Kraggerud	Spydeberg Atletene	73	97	170	###

# Resultat ranking Veteraner

Spydeberg Atletene

Spydeberg

06.-07.03.09

## Kvinner

1	58	57,39	K1	04/06/72	Anita Kristoffersen	Stavanger VK	44	54	98	163,93
---	----	-------	----	----------	---------------------	--------------	----	----	----	--------

## Menn

1	94	90,79	M2	16/02/69	Eskil Forås	Trondheim AK	123	155	278	364,77
2	94	86	M8	20/09/38	Johan Nystrøm	Trondheim AK	63	82	145	342,91
3	+105	105,10	M7	04/06/44	Jan Nystrøm	Trondheim AK	85	107	192	342,51
4	94	93,51	M2	26/09/65	Alexander Bahmanyar	T & IL National	110	140	250	337,26
5	+105	114,54	M1	10/11/72	Per Olav Dagsland	Haugesund VK	126	160	286	333,89
6	85	83,72	M1	24/04/72	Odd Gunnar Røyseth	Tambarskjelvar IL	110	141	251	331,31
7	77	71,64	M10	13/12/26	Tormod Jensen	Larvik AK	38	42	80	331,21
8	94	93,96	M5	24/10/53	Johan Thonerud	Spydeberg Atletene	88	117	205	322,89
9	77	73,74	M1	08/02/71	Per Arne Marstad	Tønsberg-Kam.	100	125	225	321,90
10	94	93,56	M3	05/03/64	Ole Jakob Aas	T & IL National	108	128	236	321,53
11	105	95,38	M6	27/02/45	Eskil Lian	Trondheim AK	80	95	175	318,26
12	77	75,87	M6	18/08/47	Sigvald Monsen	Stavanger VK	70	90	160	315,82
13	94	92,69	M5	12/05/54	Tom Farsund	Førde IL	89	115	204	315,23
14	+105	116,95	M4	14/01/57	Ove Varlid	Tambarskjelvar IL	100	135	235	315,18
15	105	96,05	M4	31/05/59	Geir Hestmann	Oslo AK	101	120	221	309,80
16	94	93,58	M7	26/11/40	Per Marstad	Tønsberg-Kam.	65	80	145	306,79
17	+105	110,05	M8	11/02/38	Kåre Sømme	Haugesund VK	63	75	138	296,74
18	77	76,89	M4	23/12/57	Vidar Sæland	Vigrestad IK	80	106	186	296,71
19	85	83,69	M2	12/06/69	Lars-Thomas Grønlien	Oslo AK	97	116	213	290,41
20	94	92,78	M3	14/05/60	Trond Kvilhaug	Nidelv IL	95	110	205	289,44
21	85	83,81	M4	28/10/56	Per Berger Olsen	T & IL National	75	110	185	286,89
22	85	84,30	M3	04/09/61	Terje Gulvik	Larvik AK	85	110	195	285,90
23	85	84,44	M3	27/06/64	Gunnar Knudsen	Grenland AK	85	112	197	281,30
24	85	83,95	M7	02/11/43	Leif Uglestad	Trondheim AK	63	77	140	280,34
25	105	103,81	M2	02/07/68	Dag Rønnevik	Tysvær VK	97	125	222	278,85
26	94	89,60	M7	30/05/40	Roald Bjerkholt	Larvik AK	58	70	128	276,02
27	94	90,28	M4	14/10/56	Arne Jens Larsen	Tambarskjelvar IL	80	100	180	269,50
28	69	67,24	M1	12/03/71	Tore Gabrielsen	Stavanger VK	75	100	175	265,02
29	77	76,22	M8	24/01/36	Bjørn Lie	Namsos VK	40	55	95	250,06
30	62	58,60	M2	10/10/68	Erik Eide	Stavanger VK	65	80	145	248,99
31	69	67,21	M3	11/10/60	Tom Carlsen	AK Bjørgvin	61	81	142	238,49
32	69	67,98	M5	04/02/54	Kjell Kalvaa	Trondheim AK	57	71	128	233,47
33	69	63,79	M6	02/12/47	Richard Bergmann	Nidelv IL	45	58	103	226,58
34	62	60,34	M2	06/12/67	Bjørn Thore Olsen	Spydeberg Atletene	52	75	127	215,51
	+105	132,65	M1	08/07/72	Bård Roos Svendsen	Lenja AK				0,00
	94	92,63	M1	24/09/72	Jarle Hammersvik	Haugesund VK				0,00
	94	92,25	M3	06/08/62	Petter N. Sæterdal	AK Bjørgvin				0,00

## Meltzer-Malone tabellen

Alder	Poeng
30	1,000
31	1,014
32	1,028
33	1,043
34	1,058
35	1,072
36	1,087
37	1,100
38	1,113
39	1,125
40	1,136
41	1,147
42	1,158
43	1,170
44	1,183
45	1,195
46	1,207
47	1,217
48	1,226
49	1,234
50	1,243
51	1,255
52	1,271
53	1,293
54	1,319
55	1,350
56	1,384
57	1,417
58	1,449
59	1,480
60	1,509
61	1,536
62	1,561
63	1,584
64	1,608
65	1,636
66	1,671
67	1,719
68	1,782
69	1,856
70	1,933
71	2,002
72	2,053
73	2,087
74	2,113
75	2,142
76	2,184
77	2,251
78	2,358
79	2,500
80	2,669
81	2,849

82	3,018
83	3,166
84	3,288
85	3,386
86	3,458
87	3,508
88	3,540
89	3,559
90	3,571