



ÅRSMELDING

BRATSBERG FRIIDRETT 2022

Bratsbergtoget tok nye steg i 2022!

2022 ble et suksessrikt år for Bratsberg Friidrett på alle måter. Vi takker våre utøvere for treningsinnsats og representasjon i løp lokalt, nasjonalt og utenlands. Toget vokser seg stadig større, raskere og sterkere. Høyere kvalitet og bedre oppmøte på fellestreninger har gitt gode løpsopplevelser og resultater. Over 70% av våre løpere har satt personlige rekorder dette året. Vi teller nå over 70 aktive løpere, og det er svært gledelig at andelen dameløpere har vokst utover høsten.

Takk spesielt til alle dere 22 som har valgt å melde dere inn i klubben i år. Dere har bidratt til høyere nivå og et enda sterkere treningsfelleskap.

To norgesmestere!

Gratulerer til Henning (M35-39) og Luke M 40-44) med flotte løp og NM tittel i NM Terrengløp 3 km på Festningen i Trondheim 23. april!

Gratulerer også til nykommeren Signe som er Norges beste U23 løper på Maraton. Hun vant Trondheim Maraton og ble nr 6 i NM i Oslo kun to uker etter. Tommy Bangjord Hove er årets komet. Han senket gradvis persen sin på 10km ned til imponerende 30:53 på Hytteplanmila.

Takk til våre konkurrenter!

Dere inspirerer og gjør løpsopplevelsene større. Vi ser frem til nye dueller i 2023!

Sammendrag av sportslige resultater og begivenheter

- **April:** Fredrikstadløpet (21k) med 4 Bratsbergløperere topp 6. Henning på 2.plass. NM terreng kort i Trondheim individuelt med tre på start: Øyvind nr 13, Henning 23 og Luke norsk mester M40-44. Tre stafettlag på start ga 10.16. og 19.plass.
- **Mai:** Øyvind vinner Trønderjogg på imponerende 15:00. Trippel Bratsberg på KM 10000 med Øyvind (1), Henning (2) og Bendik (3). Alle under NM-kravet.
- **Juni:** Henning løper NM 5000m og perser med 15.18 og Bendik med 15.31. Bratsberg stiller med to lag (34 løpere) i St. Olavsloppet. Begge lag imponerer med 2. og 8.plass. 14 debutanter i løppet.
- **September:** Henning bryter drømmegrensa med 1:09:51 på 21km i København.
- **Oktober:** Tommy imponerer nok en gang med enda en ny pers på Hytteplanmila i oktober med råsterke 30:53.
- **Desember:** Luke, Knut og Ola løper Valencia Maraton og alle med ny PB. Imponerende!



Maratontoget

Signe (21) er Norges beste maratonløper U23 med vinnertiden 2.52 i Trondheim Maraton. Hun blir nr. 6 i NM Oslo kun to uker etter. Hun har absolutt fremtiden og mulighetene foran seg.

Luke er herrenes lokfører med 2:29:39 i Valencia i desember. Ketil (2:32, Berlin), Jonas (2:33, Gøteborg), Knut (2:34, Valencia), Ola (2:38, Valencia) og Henrik (2:43, London), Audun (2:58, Jessheim) og Magnus (3:13, Oslo) bidrar til at vi er en av Norges aller beste maratonklubber.



Per-Einar Torbergson imponerer alle med løping i St. Olavsloppet, Trondheim Skogsmaraton og Oslo Halvmaraton, hvor han vinner paraklassen for synshemmede. Rå prestasjoner av Per-Einar! Stor takk til Torje for topp ledsagelse i den krevende skogsmaratonløypa.

Høye forventninger til 2023

Vi er svært tilfredse med at Ronny Ingebrigtsen vil dele av sin kompetanse, erfaring og lidenskap for løping med oss. Med Ronny som klubbtrener ønsker vi å tilby høyere kvalitet på fellestreninger og treningsplan, i tillegg til individuell oppfølging til de som ønsker det. Damelag i St Olavsloppet og bærekraftig klubb utvikling er to av styrets målsettinger for 2023. Vi står foran en svært spennende løpereise med toget!

Styret

Styrets sammensetning i 2022 konstituert i årsmøtet:

Leder	Terje Sliper (1 år)
Nestleder	Bendik Støa Aanensen (2år)
Økonomi	Trond Sliper (1år)
Sportslig koordinator	Knut Ødegård (2år)
Marked	Tor Håkon Skogstad (1år)
Marked	Øyvind Ytterhus Utengen (2år)

Samtlige 6 representanter fortsetter i 2023.

Styremøter: Det ble gjennomført 4 styremøter, hvorav et av de digitalt. Styret kommuniserer jevnlig via styrets Messengergruppe.

Styret utgjorde lagledelse og uttakskomite (UK) i St Olavsloppet

Det er gjennomført tre **medlemsmøter:** *Kick Off St Olavsloppet* i juni, *høstfest* for løperne i slutten av oktober og *foredrag av trener Ronny om treningsplanlegging og intensitetsstyring*. Alle møter avholdt hos Voith Hydro, Sluppenveien 11.

Medlemmer

Medlemsvekst på ca 30%

Bratsberg Friidrett har ved årsskiftet ca 70 aktive utøvere som har deltatt på treninger og konkurranser. 22 nye løpere har meldt seg inn i klubben og ingen har meldt seg ut. I januar og februar 2023 har ytterligere 20 utøvere registrert medlemskap i klubben. Kontingenten i 2022 var kr 150,-



Økonomi

Avdelingen har god likviditet (innskudd ca 100.000,- per 31.12.22). Dette skyldes i hovedsak gode inntekter i fra Liaåsen Opp fra 2011 – 2017 og NM Terrensløp i 2018. Budsjettåret 2022 viser et underskudd på ca 8.000,- som forklares med kostnader til overnatting i St Olavsloppet og fri egenandel for løperne.

Viktige inntekstkilder

- **EQ Timing:** Hovedinntektskilden i klubben har vært utleie av tidtakersystemet EQ Timing, som vi eier sammen med skiavdelingen. En stor takk til Ronny Ingebrigtsen som sørger for gode inntekter. Styret vil vurdere om klubben skal arrangere terrensløp på Bratsberg Idrettsanlegg i løpet av sommeren, både for å sikre inntekter men også å synliggjøre klubben ytterligere (aktive utøvere, samarbeidspartnere etc).
- **Løpekurs:** Gode penger ga også løpekurs som klubben solgte til ATEA for kr 25000,- 1 kurskveld med teori for ca 20 ansatte etterfulgt av 4 praktiske kurskvelder med styrketrening, intensitetsstyring og løpeteknikk som tema. Treningsplaner for distansen 5 – 10 – 21 og 42 km til Trondheim Maraton var også inkludert i kurspakken. Audun, Trond, Rannei og Terje utarbeidet og gjennomførte dette kurset.
- **Premiepenger:** Premiepenger kr 12.000,- for innsatsen i St Olavsloppet var noe over det som var budsjettet.

Bærekraftig utvikling i 2023:

- **Treningsavgift:** For å sikre en bærekraftig økonomisk utvikling av klubben i 2023, innføres treningsavgift på kr 300,-. Vi ønsker å holde treningsavgift og egenandeler så lave som mulig også i fremtiden.
- **Eget arrangement:** Vi har kapital og ressurser i klubben til å sikre klubben inntekter og synlighet ved å arrangere løp på Bratsberg idrettsanlegg. Den viktigste dugnaden er å stille opp på treninger og i konkurranser, men å stille opp som funksjonær eller deltaker i eget arrangement er også et nødvendig bidra i fra den enkelte utøver.

Partnere

Vi er svært fornøyde med at vi har hatt trofaste partnere over mange år. Dette gir våre medlemmer gode medlemsfordeler:

Løplabbet	20% i butikk, Trondheim sentrum (Ronny)
Trimtex	25% på klubbkolleksjon (30% på barn og 15% på annet)
Nardo Bil	Gratis lån av to laglederbiler til St Olavsloppet. V90 og XC60.
Mesterblikk	Bratsberg IL beachflagg og pengestøtte til arrangementer
Gjensidige forsikring	Ulykkes- og behandlingsforsikring for våre medlemmer

Takk for
samarbeidet i 2022!



St Olavsloppet

Vi stilte med to lag i årets St Olavslopp. 32 løpere ga alt for drakta og klubben. Bratsberg IL 1 og Bratsberg IL løp inn til 2. og 8 plass totalt. Herlige dueller mot Svorkmo og Hardhaus krydret opplevelsene underveis.

Kick Off ble gjennomført 22.6 med laguttak og høye forventninger. Takk til Nardo Bil stilte med V90 og XC60 som laglederbiler.

Hele **14 debutanter** deltok: Tommy, Øyvind, Eivind, Espen, Ketil, Ola, Nikolai, Sigurd, Bjarne, Audun, Henrik, Mads, Samuel, og Per-Einar.



Svært hyggelig omtale i Adresseavisen 29.juni, samme dag som starten gikk i Trondheim.

Entusiasmen viser hvor mye løppet betyr for fellesskapet i klubben.



Følgende løpere løp for våre to lag:

Lag 1 – 16 løpere

Tommy B Hove 2 etapper
Øyvind Y Utengen 6 etapper
Henning Offigstad 6 etapper
Bendik Støa-Aanensen 6 etapper
Håvard Tømmerdal 4 etapper
Luke Campbell 4 etapper
Knut Ødegård 4 etapper
Edvin Ingebrigtsen 3 etapper
Eivind D Andersen 1 etappe
Ketil Stene 3 etapper
Mads A Jensen 2 etapper
Espen Røistad 1 etappe
Trond Sliper 1 etappe (begge lag)
Ola Rossvoll 2 etapper
Nikolai A Mæhlum 2 etapper
Jonas Moræus – 2 etapper (begge lag)

Lag 2 – 18 løpere

Tor Håkon Skogstad 1 etappe
Jørgen Sæther 1 etappe
Trond Sliper 3 etapper
Sigurd Ugedal 3 etapper
Christian F Aune 4 etapper
Bjarne Austad 2 etapper
Audun Havnen – 4 etapper
Magnus Meyer – 2 etapper
Ronny Ingebrigtsen 4 etapper
Eva Ingebrigtsen 4 etapper
Per Einar Torgbergesen 1 etappe
Ole H Skogstad 1 etappe
Ole Waagan 2 etapper
Anders Hammer 3 etapper
Kristian S Liaklev 3 etapper
Samuel Tyvold 3 etapper

Alex Granheim 2 etapper
Jonas Moræus 1 etappe



Resultater sammenlagt

Name	Nation	Club	Total
1 Svorikmo/NOI	NOR		19:29:54
2 Bratsberg IL lag 1	NOR		19:46:20
3 Namdal Løpeklubb 1	NOR		20:12:23
4 Offerdals SK JÄMT-RENT	SWE		20:40:52
5 Hallikutarna	SWE		20:46:21
6 Rindal 1	NOR		20:47:02
7 Sockertoppen IF	SWE		21:06:29
8 BRATSBERG IL LAG 2	NOR		22:01:56
9 Team Hardhaus	NOR		22:11:13
10 Klæbu Ispeklubb lag 1	NOR		22:22:17
11 Namdal Ispeklubb 2	NOR		22:23:07
12 Kyrksæterøra IL	NOR		22:35:34



Resultatoversikt 2022

Nasjonale mesterskap



NM Terreng kort, Trondheim 23.april 2022

Klasse	Plass	Utøver	Tid	Løp	Kommentar
MS	13	Øyvind Utengen	9:22,9	NM Terreng 3km	
MS	24	Henning Offigstad	9:50,4	NM Terreng 3km	Norsk mester M35-39
MS	27	Luke Campbell	10:05,1	NM Terreng 3km	Norsk mester M40-44

NM Terreng stafett, Trondheim 24.april 2022

Klasse	Plass	Utøver	Tid	Løp	Kommentar
MS	10	Øyvind Utengen Henning Offigstad	17:51,1	NM Terreng, 2x3x1000m	
MS	16	Bendik Støa Håvard Tømmerdal	18:48,4	NM Terreng, 2x3x1000m	
MS	19	Trond Sliper Luke Campbell	19:40,9	NM Terreng, 2x3x1000m	

Hoved NM, Stjørdal, 24. – 26. juni

Klasse	Plass	Utøver	Tid	Løp	Kommentar
MS	22	Henning Offigstad	15:18,15	NM 5000	PB
MS	25	Bendik Støa	15:31,54	NM 5000	PB

Årsstatistikk KONDIS

3000 m

Klasse	Plass	Utøver	Tid	Løp	Kommentar
M40-44	5	Øystein Rasch Halvorsen	10:00	Trøndersk VK	
M45-49	6	Bjarne Austad	10:58	Trøndersk VK	
K40-44	1	*Kristin Waaktaar Opland	9:46	Trøndersk VK	
	1	*Rannei Sæther	11:23	Trøndersk VK	



5km

Klasse	Plass	Utøver	Tid	Løp	Kommentar
MS	29	Øyvind Utengen	15:00	Trønderjogg	Totalt herrer
M 40-44	5	Luke Campbell	15:54	TrønderØst-løpet	
M 45-49	4	Knut Ødegård	16:31	Trønderjogg	
KS	16	*Kristin Waaktaar Opland	16:57	Orkland Energi	
J14-15	10	*Nora Waldal Slettom	19:03	Nidarø rundt	
K55-59	1	*Rannei Sæther	19:40	Norgesløpet	

*Bratsergløper fra 2023

10km

Klasse	Plass	Utøver	Tid	Løp	Kommentar
MS	46	Tommy Bangjord Hove	30:53	Hytteplanmila	Totalt herrer
M45-49	4	Ketil Stene	32:51	TrønderØst-løpet	
KS	11	*Kristin Waaktaar Opland	34:07	Jessheim	Nr 1 K40-44
M55-59	3	*Rannei Sæther	40:22	Sentrumsløpet	

*Bratsergløper fra 2023

Halvmaraton

Klasse	Plass	Utøver	Tid	Løp	Kommentar
MS	60	Henning Offigstad	1:09:51	København	
MS	90	Håvard Tømmerdal	1:11:18	Fredrikstad	
MS	92	Bendik Støa-Aanensen	1:11:21	Fredrikstad	
*KS	13	*Kristin Waaktaar Opland	1:16:51	Lier	Nr 2 K40-44
K55-59	1	*Rannei Sæther	1:29:20	Trondheim	

*Bratsergløper fra 2023

De beste på halvmaraton etter veterantabellene:

Rannei er nr 3 og Kristin nr 4 på veterantabellene (WMA) når tiden korrigeres for alder.



Maraton

Klasse	Plass	Utøver	Tid	Løp	Kommentar
KS	16	Signe By Eide	2:52:37	Trondheim	
MS	31	Luke Campbell	2:29:39	Valencia	Herrer totalt
MS	59	Ketil Stene	2:32:37	Berlin	Nr 3 M45-49
MS	68	Jonas Moræus	2:33:37	Gøteborg	Nr 9 M40-44
MS	76	Knut Ødegård	2:34:22	Valencia	Nr 4 M45-49
MS	122	Ola Rossvoll	2:38:56	Valencia	
MS	199	Henrik Nordahl	2:43:52	London	
MS	633	Audun Havnen	2:58:53	Jessheim	
	634	Morten Grunnhov	2:58:55	Tromsø	
		Øyvind Utengen	3:00:15	Oslo	Fartsholder
		Magnus Meyer	3:14:03	Oslo	
*KS	8	*Kristin Waaktaar Opland	2:44:28	Berlin	Nr 1 K40-44
*KS	36	*Christine Berger	3:02:07	Trondheim	
*KS	45	*Inga Mageli		Trondheim	
	64	*Rannei Sæther	3:11:14	Berlin	Nr 2 i K55-59
	89	*Mona Bull Røkkesaune	3:14:41	Trondheim	
	147	*Lisa Nilsen	3:22:02	Bergen	

De beste på maraton etter veterantabellene (WMA):

** Veterantabellen over de beste menn (totalt) på maraton i Norge viser at Ketil er nr. 7 og Knut nr. 9. Luke mangler i denne oversikten, men han ligger omtrent som Ketil og Knut. Blant kvinnene på maraton i Norge er Rannei er nr. 4 og Kristin nr. 7. De internasjonale veterantabellene korrigerer tiden på maraton med alder.



Bratsberg Fridrett's årsstatistikk

3000m

	Løper	Løp	Dato	Distanse (km)	Resultat				Snittfart
					Tim	Min	Sek	SORTER	
1	Øyvind Ytterhus Utengen	Trondheim, 3000m for alle	03.05.2022	3		09	05,2	0:09:05	3:02
2	Bendik Støa-Aanensen	Trondheim, 3000m for alle	03.05.2022	3		09	05,4	0:09:05	3:02
3	Håvard Tømmerdal	Trondheim, 3000m for alle	03.05.2022	3		09	21,2	0:09:21	3:07
4	Tobias Kronborg	Trøndersk vinterkarusell 2	30.11.2022	3		09	29,2	0:09:29	3:10
5	Øystein Rasch-Halvorsen	Trøndersk vinterkarusell 2	30.11.2022	3		09	59,4	0:09:59	3:20
6	Ronny Ingebrigtsen	Trondheim, 3000m for alle	03.05.2022	3		10	12,2	0:10:12	3:24
7	Eva Ingebrigtsen	Trondheim, 3000m for alle	03.05.2022	3		10	32,4	0:10:32	3:31
8	Audun Havnen	Trondheim, 3000m for alle	21.09.2022	3		10	36,2	0:10:36	3:32
9	Bjarne Austad	Trondheim, 3000m for alle	03.05.2022	3		10	54,1	0:10:54	3:38
10	Per-Einar Torbergsen	Trondheim, 3000m for alle	03.05.2022	3		11	01,2	0:11:01	3:40

5000m

	Løper	Løp	Dato	Distanse (km)	Resultat				Pace
					Tim	Min	Sek	SORTER	
1	Øyvind Utengen	Trønderjogg	26.04.2022	5		15	00,0	0:15:00	3:00
2	Henning Offigstad	NM Friddrett Stjørdal	24.06.2022	5		15	18,2	0:15:18	3:04
3	Bendik Støa-Aanensen	NM Friddrett Stjørdal	24.06.2022	5		15	31,5	0:15:31	3:06
4	Håvard Tømmerdal	Trønder øst løpet 5k	21.06.2022	5		15	48,0	0:15:48	3:10
5	Luke Campbell	Trønder øst løpet 5k	21.06.2022	5		15	54,0	0:15:54	3:11
6	Espen Røistad	Trønderjogg	21.06.2022	5		16	07,0	0:16:07	3:13
7	Edvin Ingebrigtsen	Trønder øst løpet 5k	21.06.2022	5		16	20,0	0:16:20	3:16
8	Mads Arnevik Jensen	Trønderjogg	26.04.2022	5		16	27,0	0:16:27	3:17
9	Nicolai Aarre Mæhlum	Trønder øst løpet 5k	21.06.2022	5		16	29,0	0:16:29	3:18
10	Knut Ødegaard	Trønderjogg	26.04.2022	5		16	31,0	0:16:31	3:18
11	Trond Sliper	Trønder øst løpet 5k	21.06.2022	5		16	38,0	0:16:38	3:20
12	Eivind Dille Andersen	Trønderjogg	21.06.2022	5		16	39,0	0:16:39	3:20
13	Ola Rossvoll	Trønder øst løpet 5k	21.06.2022	5		16	40,0	0:16:40	3:20
14	Henrik Nordahl	Trønder øst løpet 5k	21.06.2022	5		16	51,0	0:16:51	3:22
15	Christian Fjærli Aune	Trønder øst løpet 5k	21.06.2022	5		16	58,0	0:16:58	3:24
16	Kristian Selbekk Liaklev	Trønder øst løpet 5k	21.06.2022	5		17	31,0	0:17:31	3:30
17	Samuel Stig Tyvold	Trønder øst løpet 5k	21.06.2022	5		17	45,0	0:17:45	3:33
18	Magnus Meyer	Trønder øst løpet 5k	21.06.2022	5		18	11,0	0:18:11	3:38
19	Arne Inge Hangerhagen	Trønderjogg	26.04.2022	5		18	19,0	0:18:19	3:40
20	Bjarne Austad	Trønderjogg	26.04.2022	5		18	48,0	0:18:48	3:46
21	Ole Waagan	Trønder øst løpet 5k	21.06.2022	5		20	00,0	0:20:00	4:00
22	Per Einar Torbergsen	Trondheim maraton 5k	03.09.2022	5		21	22,0	0:21:22	4:16



10000m og 10km

	Løper	Løp	Dato	Distanse (km)	Resultat				Snittfart	Merknad
					Tim	Min	Sek	SORTER		
1	Tommy Bangjord Hove	Hytteplanmila	22.10.2022	10		30	53.0	0:30:53	3:05	
2	Øyvind Ytterhus Utengen	KM langdistanse	17.05.2022	10		31	35.8	0:31:35	3:10	Baneløp
3	Henning Offigstad	KM langdistanse	17.05.2022	10		31	39.8	0:31:39	3:10	Baneløp
4	Bendik Støa-Aanensen	KM langdistanse	17.05.2022	10		31	41.1	0:31:41	3:10	Baneløp
5	Jonas Frorud	Rekordmila	06.06.2022	10		32	45.6	0:32:45	3:17	
6	Ketil Stene	Trønder øst løpet 10k	21.06.2022	10		32	51.0	0:32:51	3:17	
7	Espen Reistad	Rekordmila	06.06.2022	10		33	42.0	0:33:42	3:22	
8	Stian Karlsen Dyrseth	Trønderjogg	26.04.2022	10		33	52.0	0:33:52	3:23	
9	Knut Ødegaard	Rekordmila	06.06.2022	10		34	00.0	0:34:00	3:24	
10	Ola Rossvold	Nidarø rundt	27.09.2022	10		34	55.0	0:34:55	3:30	
11	Nikolai Aarre Mæhlum	Trondheim maraton 10k	03.09.2022	10		35	00.0	0:35:00	3:30	
12	Eivind Dille Andersen	Rekordmila	06.06.2022	10		35	33.9	0:35:33	3:33	
13	Henrik Nordahl	Trønderjogg	26.04.2022	10		35	46.0	0:35:46	3:35	Før medlem i klubb
14	Sigurd Ugedal	Trondheim maraton 10k	03.09.2022	10		35	48.0	0:35:48	3:35	
15	Trond Sliper	Rekordmila	06.06.2022	10		36	51.5	0:36:51	3:41	
16	Audun Havnen	Nidarø rundt	27.09.2022	10		37	09.0	0:37:09	3:43	
17	Arne Inge Hangerhagen	Rekordmila	06.06.2022	10		38	01.0	0:38:01	3:48	
18	Kristian Selbekk Liaklev	Rekordmila	06.06.2022	10		39	03.4	0:39:03	3:54	
19	Bjarne Austad	Rekordmila	06.06.2022	10		39	25.4	0:39:25	3:57	
20	Klaudia Strømhylden	Orkland Energimila 10k	10.08.2022	10		43	34.0	0:43:34	4:21	

Halvmaraton

	Løper	Løp	Dato	Distanse (km)	Resultat				Pace	Merknad
					Tim	Min	Sek	SORTER		
1	Henning Offigstad	København halvmaraton	18.09.2022	21,1	1	09	51.0	1:09:51	3:19	
2	Håvard Tømmerdal	Fredrikstadløpet	03.04.2022	21,1	1	11	18.0	1:11:18	3:23	
3	Bendik Støa-Aanensen	Fredrikstadløpet	03.04.2022	21,1	1	11	21.0	1:11:21	3:23	
4	Øyvind Utengen	Trohdheim maraton halv	03.09.2022	21,1	1	12	57.0	1:12:57	3:27	
5	Jonas Aamodt Moræus	Oslo maraton	17.09.2022	21,1	1	13	03.0	1:13:03	3:28	
6	Luke Campbell	Fredrikstadløpet	03.04.2022	21,1	1	13	33.0	1:13:33	3:29	
7	Ola Rossvoll	Oslo maraton	17.09.2022	21,1	1	15	25.0	1:15:25	3:34	
8	Henrik Nordahl	Trohdheim maraton halv	03.09.2022	21,1	1	18	25.0	1:18:25	3:43	
9	Øystein Rasch-Halvorsen	Trohdheim maraton halv	03.09.2022	21,1	1	21	31.0	1:21:31	3:52	
10	Trond Sliper	Oslo maraton	17.09.2022	21,1	1	21	57.0	1:21:57	3:53	
11	Magnus Meyer	Trohdheim maraton halv	03.09.2022	21,1	1	25	03.0	1:25:03	4:02	
12	Audun Havnen	Trohdheim maraton halv	03.09.2022	21,1	1	26	28.0	1:26:28	4:06	
13	Klavdia Strømhylden	Trohdheim maraton halv	03.09.2022	21,1	1	34	14.0	1:34:14	4:28	



Maraton

	Løper	Løp	Dato	Distanse (km)	Resultat				Pace	Merknad
					Tim	Min	Sek	SORTER		
1	Luke Campbell	Valencia Marathon	04.12.2022	42,2	2	29	33,0	2:29:33	3:33	
2	Ketil Stene	Berlin marathon	25.09.2022	42,2	2	32	37,0	2:32:37	3:37	
3	Jonas Aamodt Moræus	Göteborg Maraton	08.10.2022	42,2	2	33	37,0	2:33:37	3:38	
4	Knut Ødegaard	Valencia Marathon	04.12.2022	42,2	2	34	22,0	2:34:22	3:39	
5	Ola Rossvoll	Valencia Marathon	04.12.2022	42,2	2	38	56,0	2:38:56	3:46	
6	Henrik Nordahl	Londo Marathon	02.10.2022	42,2	2	43	51,0	2:43:51	3:53	
7	Signe By Eide	Trondheim maraton	03.09.2022	42,2	2	52	37,0	2:52:37	4:05	
8	Audun Havnen	Jessheim vintermaraton	12.11.2022	42,2	2	58	53,0	2:58:53	4:14	
9	Øyvind Utengen	Oslo maraton	17.09.2022	42,2	3	00	15,0	3:00:15	4:16	Fartsholder
10	Magnus Meyer	Oslo maraton	17.09.2022	42,2	3	14	03,0	3:14:03	4:36	



De beste løpsopplevelsene får du med
BRATSBERG IL

 *bratsbergilfriidrett*

Vi ønsker alle våre utøvere lykke til med 2023-sesongen!

Trondheim, 28.02.2023

På vegne av styret,

Terje