

Follotrimmen 2023 - 40 år
Resultatliste
Langhushallen 23.08.2023

K30-34

Plass	Navn	Klubb	Start nr.	Tid	Etter
1	Gudrun Ildstad	Frogn Kommune BIL	74	24:47	
2	Siri Gulliksen Schüller		90	27:18	02:31
3	Martine Nygård Ulbråten		75	34:11	09:24
Fullførte3		Påmeldte:7			Startende: 7

K35-39

Plass	Navn	Klubb	Start nr.	Tid	Etter
1	Elin Sophie Ones	Team Sportsmanden/FOPIL	25	26:12	
2	Helle Throndsen		50	34:48	08:36
Fullførte2		Påmeldte:5			Startende: 5

K40-44

Plass	Navn	Klubb	Start nr.	Tid	Etter
1	Tine Kaasa	Suburban Housewives Gym	71	26:31	
2	Hai-Minh Tran		54	27:25	00:54
3	Anne Line Filtvedt		63	30:02	03:31
4	Olaug Kvilesjø	Nordea	10	32:31	06:00
5	Janne Jodnes	Suburban Housewives Gym	70	39:14	12:43
6	Anja Brenna	Nordre Follo kommune	127	52:50	26:19
NC	Ingrid Mollan Jensen	Team Superba Krill	13	10:07	
Fullførte7		Påmeldte:14			Startende: 14

K45-49

Plass	Navn	Klubb	Start nr.	Tid	Etter
1	Lena Juarez	Nordre Follo Kommune BIL	30	33:55	
NC	Ida Finstad	Frogn Kommune BIL	61	00:00	
Fullførte2		Påmeldte:12			Startende: 12

K50-54

Plass	Navn	Klubb	Start nr.	Tid	Etter
1	Anne Marie Gjøg	Frogn Kommune BIL	66	33:18	
2	Vigdis Waaler		42	35:00	01:42
3	Tonje Lund	Nordre Follo Kommune BIL	12	37:59	04:41
Fullførte3		Påmeldte:3			Startende: 3

K55-59

Plass	Navn	Klubb	Start nr.	Tid	Etter
1	Merete Bolin	SkiLøperne, Team Sportsmanden,18		27:14	

Follotrimmen 2023 - 40 år

Resultatliste

Langhushallen 23.08.2023

K55-59

Plass	Navn	Klubb	Start nr.	Tid	Etter
2	Anita Myrmæl	SkiLøperne	20	27:39	00:25
3	Inger Anne Pedersen	Team Sportsmanden	93	28:22	01:08
4	Karin Johansen	Nordre Follo Kommune BIL	37	30:51	03:37
5	Synnøve Nødset Nakken		14	34:40	07:26
Fullførte:5		Påmeldte:5			Startende: 5

K60-64

Plass	Navn	Klubb	Start nr.	Tid	Etter
1	Bente Frøystadvåg	Frogn Kommune BIL	147	35:09	
2	Anne G Kraggerud	Skimilajoggen	172	37:52	02:43
3	Nina Visjø Veby	Team Sportsmanden	11	38:11	03:02
NC	Kjersti Gram Andersen	Skimilajoggen	123	00:00	
Fullførte:4		Påmeldte:7			Startende: 7

K65-69

Plass	Navn	Klubb	Start nr.	Tid	Etter
1	Guri Drottning Aarnes	Ås IL	121	27:35	
2	Bente Lie		95	33:20	05:45
Fullførte:2		Påmeldte:3			Startende: 3

M25-29

Plass	Navn	Klubb	Start nr.	Tid	Etter
1	Geir Gjessing		62	18:48	
2	Magnus Kjærnsmo Langseth	Soon Triathlonklubb	112	19:53	01:05
3	Ole Anders ek LUNDBY	DFI / Norconsult BIL	94	21:16	02:28
4	Markus Sparre	Mammas Gullgutt	80	21:19	02:31
5	Oliver Hjerpseth		85	21:20	02:32
6	Magnus Sikora Ingstad		84	21:21	02:33
7	Nicolai Vegel		134	23:16	04:28
Fullførte:7		Påmeldte:12			Startende: 12

M30-34

Plass	Navn	Klubb	Start nr.	Tid	Etter
1	Kjetil Berntzen	Kolbotn SK	38	20:40	
2	Knut Hesthammer		2	21:20	00:40
3	Daniel Stubsveen		23	21:49	01:09
4	Halvor Steinsholt	Team Sportsmanden	45	21:57	01:17
5	Ronny Kristiansen	Drøbak maratonklubb	43	28:16	07:36
Fullførte:5		Påmeldte:9			Startende: 9

Follotrimmen 2023 - 40 år

Resultatliste

Langhushallen 23.08.2023

M30-34

Plass	Navn	Klubb	Start nr.	Tid	Etter
-------	------	-------	-----------	-----	-------

M40-44

Plass	Navn	Klubb	Start nr.	Tid	Etter
1	Tommy Indregard	Forrest Gumps	4	24:35	
2	Jan Billy Aas	Team Sportsmanden/Drøbak	27	26:28	01:53
3	Bjørn Helge Østerås		3	26:29	01:54
4	Jan Steinar Kvilesjø	Forrest Gupms	6	28:03	03:28
Fullførte:4		Påmeldte:10			Startende: 10

M45-49

Plass	Navn	Klubb	Start nr.	Tid	Etter
1	Atle Aasterud	Løplabbet Ski	51	21:48	
2	Roger Holten	NIBIO BIL	124	26:17	04:29
3	Lars Christiansen	Nordea	79	26:34	04:46
4	Kjell Ytternes	Forrest Gumps	1	27:07	05:19
5	Kristian Køhn	Independent Muscle Forces	89	27:29	05:41
6	Martin Aamoth	Klubb Snake Plisken	83	27:59	06:11
7	Frode Andresen	Gubevaremævæl	49	28:11	06:23
8	Vidar Waaler	Vigdar	41	30:01	08:13
Fullførte:8		Påmeldte:14			Startende: 14

M50-54

Plass	Navn	Klubb	Start nr.	Tid	Etter
1	Karl Henrik Lilleheier	Telenor	173	21:43	
2	Joar Markhus	Team overtenning	154	22:10	00:27
3	Lars Johannessen		145	22:25	00:42
4	Christoffer Ladstein	Team Sportsmanden	125	23:22	01:39
5	Kristoffer Engh Svenning	Frogn Kommune BIL	56	26:08	04:25
6	Dag Hjerpseth	Team Sportsmanden	122	26:09	04:26
7	Rune Vold Persen		21	26:17	04:34
8	Geir Andresen	Løvliveien diskgolffklubb	68	27:01	05:18
9	Paal Stähli	Team Hamstringsrakett	5	29:14	07:31
10	Jostein Hassel		129	52:50	31:07
Fullførte:10		Påmeldte:16			Startende: 16

M55-59

Plass	Navn	Klubb	Start nr.	Tid	Etter
1	Geir Simonsen	Telenor Bil/DFI Langrenn	15	21:04	
2	Erik Bråtveit Holm	Langhus A.I.L	171	24:16	03:12

Follotrimmen 2023 - 40 år

Resultatliste

Langhushallen 23.08.2023

M55-59

Plass	Navn	Klubb	Start nr.	Tid	Etter
3	Knut Bjørn Stokke	NMBU	103	24:20	03:16
4	Hans-Jørgen Lund	SkiLøperne, Team Sportsmanden,	19	26:13	05:09
5	Thomas Kenworthy		114	26:48	05:44
6	Svein Erik Salthe		132	26:52	05:48
7	Jim Tørresen	Sofiemyr	120	27:56	06:52
8	Ola Haave	Nordre Follo Kommune BIL	33	28:21	07:17
9	Erik Schjenken	NVIO Oslo Runners	34	30:55	09:51
Fullførte:9		Påmeldte:23			Startende: 23

M60-64

Plass	Navn	Klubb	Start nr.	Tid	Etter
1	Bernt Michael Kallevik	Frogn bedriftsidrettslag	65	23:18	
2	Odd-Tore Eide	Helse-Invest AS	78	27:06	03:48
3	Jon Weydahl	Drøbak maratonklubb	76	33:57	10:39
4	Trond Knapp Haraldsen	NIBIO BIL	98	34:48	11:30
5	Arild Espenes	NMBU Bil	128	39:14	15:56
Fullførte:5		Påmeldte:13			Startende: 13

M65-69

Plass	Navn	Klubb	Start nr.	Tid	Etter
1	Erland Per Volden	Kondis	96	28:09	
2	Åge Kristiansen	Frogn Elektro AS	116	33:08	04:59
3	Erland Nærby		111	35:51	07:42
Fullførte:3		Påmeldte:4			Startende: 4

M70-74

Plass	Navn	Klubb	Start nr.	Tid	Etter
1	Svein Anders Sørnsdal	Masters Langrenn Norge	130	27:53	
Fullførte:1		Påmeldte:1			Startende: 1

M75-79

Plass	Navn	Klubb	Start nr.	Tid	Etter
1	Svein Ole Skjæveland	Drøbak maratonklubb	109	38:52	
Fullførte:1		Påmeldte:1			Startende: 1

Trim

Plass	Navn	Klubb	Start nr.	Tid	Etter
NC	Aunan, May-Britt	Nordre Follo kommune	1037	Fullført	

Follotrimmen 2023 - 40 år

Resultatliste

Langhushallen 23.08.2023

Trim					
Plass	Navn	Klubb	Start nr.	Tid	Etter
NC	Auren, Bjørn		1011	Fullført	
NC	Birkelund, Grete		1085	Fullført	
NC	Blankenberg, Anne-Grete Buseth		1053	Fullført	
NC	Bråthen, Jorunn	TOOLS AS	1058	Fullført	
NC	Ervik, Liv Torunn	Nordre Follo Bedriftsidrettsla	1052	Fullført	
NC	Fagerhaug, Tone Rustad	NAV Nordre Follo	1005	Fullført	
NC	Fausa, Nina	Frogn Kommune BIL	1079	Fullført	
NC	Fischaa, Gro		1084	Fullført	
NC	Fjermedal, Gro	Nordre Follo kommune	1038	Fullført	
NC	Flatebø, Ingeborg		1048	Fullført	
NC	Geitz, Aina	Nordre Follo Kommune BIL	1024	Fullført	
NC	Gjessing, Merethe	Nordre Follo Kommune BIL	1004	Fullført	
NC	Hansen, Anette		1083	Fullført	
NC	Haugersveen, Tone	Nordre Follo Kommune BIL	1012	Fullført	
NC	Haver, Mina	Suburban Housewife Gym Associa	1043	Fullført	
NC	Hongset, Markus Brage		1059	Fullført	
NC	Hvamstad, Mona		1055	Fullført	
NC	Høyer, Ellen		1054	Fullført	
NC	Karterud, Kaja		1041	Fullført	
NC	Kaufmann, Einar		1034	Fullført	
NC	Kristiansen, Kjell		1077	Fullført	
NC	Kristiansen, Vigdis	Frogn Kommune BIL	1036	Fullført	
NC	Lunde, Karianne	Nordre Follo Kommune BIL	1016	Fullført	
NC	Martinsen, Frøydis	Frogn Kommune BIL	1046	Fullført	
NC	Mårteig, Ellen		1045	Fullført	
NC	Ottesen, Berit		1031	Fullført	
NC	Paulsen, Christian	Atlas Copco AS	1066	Fullført	
NC	Pettersen, Wenche	Frogn Kommune BIL	1078	Fullført	
NC	Preus, Alice		1081	Fullført	
NC	Reian, Knut	Joggekameratene	1007	Fullført	
NC	Soot, Kari	Soot Regnskap AS	1000	Fullført	
NC	Strandvold, Marianne		1047	Fullført	
NC	Østli, Liss		1002	Fullført	
Fullførte:34		Påmeldte:92		Startende: 91	

Totalt: Antall: 115