

## **TYRVINGUTØVERE KVALIFISERT FOR MESTERSKAPENE I 2019**

Her kan du se hvilke Tyrvingutøvere som i øyeblikket er kvalifisert for årets norske og internasjonale senior-, junior- og ungdomsmesterskap i friidrett. Listen er basert på oppnådde kvalifiseringskrav og blir oppdatert kontinuerlig gjennom sesongen. En utøver er kvalifisert dersom vedkommende har klart kvalifiseringskravet inneværende eller foregående sesong.

Normalt skal man ha klart kvalifiseringskravet innen påmeldingsfristen (vanligvis 10 dager før stevnestart), men i praksis gis det dispensasjon til dem som klarer kravet mellom påmeldingsfristen og stevnestart. Men kravene er absolutte og bare de som har klart dem får være med - selv om det bare mangler en hundredel eller en centimeter, og uansett ugunstige vindforhold etc.

Innendørsresultater kan benyttes i øvelser der forholdene er identiske inne og ute. I NM for senior og junior kan man delta i alle øvelser dersom man er kvalifisert i én eller flere øvelser.

I UM kan man delta kun i de øvelsene der man har klart kvalifiseringskravet, **men man kan delta i én øvelse i tillegg til dem man er kvalifisert i**. Til gjengjeld er man kvalifisert for deltagelse dersom man i foregående sesong klarte kravet som gjaldt for den aldersgruppen utøveren da var i (også der hvor kravene er skjerpet siden i fjor – da er det nok å ha tatt kravet som gjaldt i fjor under fjorårssesongen(e)). Dette gjelder også selv om vekten på kastredskaper økes fra det året man er kvalifisert til neste. Tilsvarende er man kvalifisert på korthekk og langhekk selv om distansen og eventuelt hekkehøyden øker (80-100-110 meter/300 – 400 meter).

**Det er i øyeblikket ikke kvalifiseringskrav til innendørsmesterskapene med unntak av på 200m og 400m. Utøvere kvalifisert til innendørsmesterskapet er ikke vist nedenfor.**

### **Her finner du kravene til JNM og NM:**

<https://www.friidrett.no/globalassets/nfif-sentralt/dokumenter/aktivitet/reglement/nm-reglement2017.pdf>

- og her er UM-kravene:

<https://www.friidrett.no/globalassets/nfif-sentralt/dokumenter/aktivitet/reglement/um-reglement2017.pdf>

- mens kravene til de internasjonale mesterskapene ligger her:

<https://www.friidrett.no/toppidrett/krav-og-kriterier/krav-og-kriterier-oversikt-2016/>

Innspill om eventuelle feil og mangler mottas med takk! ( [jo.nesse@storebrand.no](mailto:jo.nesse@storebrand.no) )

## Listen over kvalifiserte Tyrvingutøvere - à jour pr 24.06.2019

(NB! Besteresultater oppdatert også der de er oppnådd etter det aktuelle mesterskapet)

### Nordisk innendørslandskamp på Rud 11. februar

#### Kvinner (2 deltagere)

60 m	Helene Rønningen
200 m	Helene Rønningen
400m	Mari Drabløs
400 m (forfall)	Amalie Iuel

#### Menn (3 deltagere)

800 m	Didrik Warlo
Høyde	Frederik Jahr
Kule	Sondre Høyland

### EM innendørs, Glasgow, GBR 1.-3.3

#### Kvinner (1 deltager)

60 m	7,42	Helene Rønningen	7,41
------	------	------------------	------

### VM i Doha, QAT 30.9-6.10 ( 1 kvalifisert)

#### Kvinner (1 kvalifisert)

Øvelser	Krav	Utøver	Resultater
400 meter hekk	56,00	Amalie Iuel	55,15

#### Menn ( kvalifisert)

Øvelser	Krav	Utøver	Resultater

### VM for funksjonshemmede Dubai, UAE 1.-15.november ( 1 kvalifisert)

Øvelser	Krav	Utøver	Resultater
Kule	8,28	Ida Nesse	9,59
Diskos	28,56	Ida Nesse	34,08

### EM U23 Gävle, SWE 11. – 12. august (1 kvalifisert)

#### Menn ( ingen kvalifiserte)

Øvelser	Utøver

**EM for junior Borås, SWE 18.-21.juli (2 kvalifiserte)****Kvinner ( 2 kvalifiserte)**

Øvelser	Krav	Utøver	Resultater
200 m	24,45	Helene Rønningen	23,80
800 m	2:09.00	Mina Anglero	2:07.62
1500 m	4:27.00	Mina Anglero	4:19.96

**European Youth Olympics (EYOF) – Baku, AZE 21.-27.7.2019****Kvinner ( 2 kvalifiserte)**

Øvelser	Krav	Utøver	Resultater
100 m	12,30	Miranda Lauvstad	12,27
200 m	25,25	Miranda Lauvstad	25,25
2000 m hinder	7:25.00	Sigrid Alvik	6:53.xx

**Menn ( 1 kvalifisert)**

Øvelser	Krav	Utøver	Resultater
100 m	11,25	Tobias Widjusveen	11,17

**Nordisk mesterskap U20/Juniorlandskamp, Kristiansand 17.-18. august****Kvinner ( 1 deltager)**


**Menn( 2 deltagere)**


**Seniormesterskapet på Hamar 2.-4. august (41 kvalifiserte)****Kvinner (22 kvalifiserte):**

Øvelser	Krav	Utøver	Resultater
100 meter	12.75	Helene Rønningen	11,46
		Miranda Lauvstad	12,27
		Heidi Hessian Næss	12,32
		Petra Stepankova	12,60
		Maria Aaberg	12,73
200 meter	26.10	Helene Rønningen	23,27
		Amalie Iuel	23,78

		Miranda Lauvstad	24,95i
		Maria Aaberg	25,58i
		Mari Drabløs	25,67i
		Linnea Gateman	25,67i
		Lea Trong-Johansen	25,79
		Petra Stepankova	26,06
		Ida Leir	26,06
400 meter	58.99	Amalie Iuel	51,99
		Marie Skjæggestad	55,33
		Mari Drabløs	55,93i
		Mina Anglero	57,24i
		Constance Løken Dahl	58,36i
		Linnea Gateman	58,58i
		Lea Trong-Johansen	58,75
800 meter	2:14.99	Mina Anglero	2:07.62
		Sigrid Alvik	2:14.25
1500 meter	4:44.99	Mina Anglero	4:21.34
		Kristiane Width	4:29.04
		Sigrid Alvik	4:39.34
100m hekk	15.49	Marie Skjæggestad	14,39
		Maria aaberg	14,57
400m hekk	65.99	Amalie Iuel	55.15
		Marie Skjæggestad	58,68
		Thale Augensen	63,24
		Lea Trong-Johansen	64,41
3000m hinder	Intet krav	Kristiane Width	10:24.28
Høyde	1.65	Katarina Mögenburg	1.85
		Hedvig Kallåk	1,71i
		Helena Kastelein	1,65i
		Julie von Krogh	1,65
Stav	3,20	Kari Strømhaug	3,90i
Lengde	5.35	Petra Stepankova	5,70
		Miranda Lauvstad	5,54
		Maria Aaberg	5.43
		Lea Trong-Johansen	5,36i
Spyd	40,00	Ane Dahlen	54,84

#### Menn (19 kvalifiserte):

Øvelser	Krav	Utøver	Resultater
100 meter	11.25	Jonas Halonen	10,50

		Patrick Bifuko	10,73
		Sebastian Perez	10,88
		Jonathan Greni Bjerkaas	10,97
		Nils-Paul Skåra	10,98
		Kenneth Vik Gulbrandsen	11,04
		Iver Koppen	11,13
		Tobias Widjusveen	11,17
		Samule Gyedu	11,22
200 meter	22.65	Jonathan Greni Bjerkaas	21,43
		Markus Berner	21,67
		Jonas Halonen	21,70
		Sebastian Perez	21,99i
		Lars Stølen	22,18i
		Kenneth Vik Gulbrandsen	22,20i
		Patrick Bifuko	22,30
		Iver Koppen	22,34
		Syver Røinaas	22,39i
		Nils-Paul Skåra	22,47
		Samuel Gyedu	22,61i
		Haakon Petersen Amble	22,61i
400 meter	49.75	Jonathan Greni Bjerkaas	47,39
		Markus Berner	48,99
		Lars Stølen	49,13
		Syver Røinaas	49,38i
		Didrik Warlo	49,63
800 meter	1:54.99	Didrik Warlo	1:49,56
1500 meter	3:55.99	Didrik Warlo	3:46.99
5000 meter	14:59.99	Einar Melsom	14:48.27
400 meter hekk	57.49	Jonathan Greni Bjerkaas	56,61
Høyde	1.95	Frederik Jahr	2.06i
Stav	3.20	Johannes Strømhaug	5,05i
Diskos	44.00	Fredrik Amundgård	57,99
Spyd	58.00	Sondre Høyland	71,15

## **Juniormesterskapet i Sigdal, 23.-25. august (55 kvalifiserte)**

### **Kvinner 22 (9 kvalifiserte):**

\* - utøverens resultat kvalifiserte i fjorårets klasse

<b>Øvelser</b>	<b>Krav</b>	<b>Utøver</b>	<b>Resultater</b>
100 m	12,99	Helene Rønningen	11,46
		Celina Lundevik	12,86
200 meter	26,80	Helene Rønningen	23,27
		Mari Drabløs	25,67i
		Mina Anglero	26,15i
		Celina Lundevik	26,46
400 meter	60,99	Marie Skjæggestad	55,33
		Mari Drabløs	55,93i
		Mina Anglero	57,24i
		Thale Augensen	61,32*
800 meter	2:21.99	Mina Anglero	2:07.62
1500 meter	5:04.99	Mina Anglero	4:19.96
400 meter hekk	68.99	Marie Skjæggestad	58,68
		Thale Augensen	63,24
Stav	2,70	Kari Strømhaug	3,90i
Tresteg	10,50	Marte Røe	11,07
		Celine Bressand	10,82i

**Kvinner 19 (25 kvalifiserte):**

<b>Øvelser</b>	<b>Krav</b>	<b>Utøver</b>	<b>Resultater</b>
100 meter	13,20	Miranda Lauvstad	12,27
		Maria Aaberg	12,73
		Hedvig Kallåk	12,97
		Linnea Gateman	13,04
		Kaja Carlsen Brown	13,17
		Andrea Dammen	13,19
		Lea Trong Johansen	13,19
200 meter	27,10	Miranda Lauvstad	24,95i
		Marie Aaberg	25,58i
		Linnea Gateman	25,67i
		Lea Trong-Johansen	25,79
		Ida Leir	26,06
		Hedvig Kallåk	26,37i
		Martine Ellefsen	26,43
		Andrea Dammen	26,79
		Kaja Carlsen-Brown	26,82i
		Amelia Mysiara	27,07
400 meter	61.99	Constance Løken Dahl	58,36i
		Linnea Gateman	58,58i
		Lea Trong-Johansen	58,75

		Miranda Lauvstad	59,72i
		Ida Leir	59,92
		Sigrid Alvik	60,67
800 meter	2:24.99	Sigrid Alvik	2:14.25
		Constance Løken Dahl	2:17.00
		Bertine Haneberg	2:23.40
		Astrid Bakke	2:24.25i
		Janne Alseth	2:24.63
		Anastasia Schnell	2:24.74i
1500 m	5:04.99	Sigrid Alvik	4:39.34
		Bertine Haneberg	4:51.15
		Astrid Bakke	4:54.99i
		Janne Alseth	4:55.20
		Maren Brännare-Gran	5:01.74
		Helene Haugen	5:02.43
		Annika Grenan	5:04.64i
3000 m	11:09.99	Sigrid Alvik	10:01.77
		Janne Alseth	10:29.69
		Julie Bakklund	11:03.16
		Maren Brännare-Gran	11:06.87
100 m hekk	16,49	Maria Aaberg	14,57
400 m hekk	71,50	Lea Trong Johansen	64,41
		Sigrid Alvik	69,2
Høyde	1.58	Hedvig Kallåk	1,71i
		Helena Kastelein	1,65i
		Julie von Krogh	1,65
		Anastasia Schnell	1,60i
Stav	2,70	Maren Rønnevig	2,90
Lengde	5.10	Miranda Lauvstad	5,54
		Maria Aaberg	5,47i
		Lea Trong Johansen	5,36i
		Hedvig Kallåk	5,29i
		Anastasia Schnell	5,29
Tresteg	10.40	Andrea Dammen	10,98i
		Aurora Opland	10,40
Kule	9,50	Anastasia Schnell	10,42
Spyd	35,00	Vilde Marsteinstredet	38,45

**Menn 22 (13 kvalifiserte):**

<b>Øvelser</b>	<b>Krav</b>	<b>Utøver</b>	<b>Resultater</b>
100 meter	11,59	Sebastian Perez	10,88
		Jonathan Greni Bjerkaas	10,97
		Kenneth Vik Gulbrandsen	11,04
		Iver Koppen	11,13
		Theo Halvorsen	11,44
200 meter	23,30	Jonathan Greni Bjerkaas	21,43
		Markus Berner	21,67
		Sebastian Perez	21,99i
		Kenneth Vik Gulbrandsen	22,16i
		Lars Stølen	22,18i
		Iver Koppen	22,34
		Syver Røinaas	22,39i
400 meter	51,50	Jonathan Greni Bjerkaas	47,39
		Markus Berner	48,99
		Lars Stølen	49,13
		Syver Røinaas	49,38i
		Didrik Warlo	49,63
		Jørgen Mejland Hansen	51,39
800 meter	1:58.49	Didrik Warlo	1:49.56
		Syver Røinaas	1:59.83*
1500 meter	4:07.99	Didrik Warlo	3:46.99
		Einar Melsom	4:05.66i
5000 meter	16:09.99	Einar Melsom	14:48.27
3000 m hinder	10:19.99	Einar Melsom	9:39.28
Høyde	1,88	Erik Lønskog	1,92
Spyd	50,00	Sondre Høyland	71,15

**Menn 19 (8 kvalifiserte):**

<b>Øvelser</b>	<b>Krav</b>	<b>Utøver</b>	<b>Resultater</b>
100 meter	11,75	Tobias Widjusveen	11,17
		Håkon Petersen Amble	11,53
		Sigurd Clemetsen	11,57
		Sondre Audahl Vik	11,75
200 meter	23,75	Håkon Petersen Amble	22,61i
		Peter Svoren	22,86
		Tobias Widjusveen	22,98
		Sigurd Clemetsen	23,10
400 meter	52,80	Peter Svoren	50,87

		Sigurd Clemetsen	52,64
Stav	3,50	Johannes Strømhaug	5,05i
Kule	12,00	Jørgen Loennechen	12,25
Spyd	46,00	Joakim Lunde	48,47

## Ungdomsmesterskapet på Jessheim 6.-8. September (63 kvalifiserte)

\* - utøverens resultat kvalifiserte i fjorårets klasse

### Jenter 15 år (12 kvalifiserte)

Øvelser	Krav	Utøver	Resultater
100 meter	13,65	Hedvig Kallåk	12,97
		Kaja Carlsen Brown	13,17
		Hannah Emilie Bergh	13,38
		Kristina Vatnar Lie	13,58
200 meter	28,20	Hedvig Kallåk	26,37i
		Kaja Carlsen Brown	26,82i
		Hanna Emilie Bergh	27,18i
		Annika Grennan	27,59i
		Linnea Klingberg	27,63
		Mille Baastad Berg	27,67i
		Kristina Vatnar Lie	27,86
800 meter	2:33.00	Helene Haugen	2:25.51
		Hedda Helgheim	2:26.91
		Annika Grenan	2:27.04i
		Milla Baastad Berg	2:30.67i
2000 meter Tyrvingkrav 7:30	Intet krav	Maren Brennare Gran	11:06.87
		Hedda Helgheim	7:11.90
80 meter hekk	13,75	Hedvig Kallåk	12,14
		Kristina Vatnar Lie	13,67
300 m hekk	53,00	Sophia Borgen	50,54
Høyde	1,46	Hedvig Kallåk	1,71i
Lengde	4,85	Hedvig Kallåk	5,29i
		Kaja Carlsen Brown	5,03
Tresteg	9,90	Kaja Carlsen Brown	10,39

		Kristina Vatnar Lie	10,23
Kule	9,50	Madeleine Large	9,56

### Jenter 16 år (15 kvalifiserte)

Øvelser	Krav	Utøver	Resultater
100 meter	13,45	Miranda Lauvstad	12,27
		Ida Leir	13,25
		Pernille Stensrud	13,33
200 meter	27,80	Miranda Lauvstad	24,95i
		Ida Leir	26,06
		Martine Ellefsen	26,43
		Pernille Stensrud	27,47i
800 meter	2:31.00	Sigrid Alvik	2:14.25
		Bertine Haneberg	2:23.40
		Janne Alseth	2:26.63
		Mia Halvorsen-Røgeberg	2:27.46
		Merete Sperstad	2:29,62
		Marthe Botterud	2:31.54*
3000 meter Tyrvingkrav 12:00	Intet krav	Sigrid Alvik	10:10.77
		Janne Alseth	10:29.69
		Eva Alfstad	11:25.08
		Merete Sperstad	11:29.04
		Marthe Botterud	7:17.53*
300 meter hekk	52,00	Ida Leir	47,22
1500 meter hinder (vurdering)	Intet krav	Sigrid Alvik	4:57.03
		Janne Alseth	5:17.82
		Merete Sperstad	5:54.33
Høyde	1,48	Aurora Opland	1,55i
		Alva Barthel Sveen	1,46*
Lengde	4,95	Miranda Lauvstad	5,54
Tresteg	10,00	Aurora Opland	10,40
Kule	10,00	Ingrid Amalie Lien	9,93i*
		Benedikte Kristoffersen	9,53i*

### Jenter 17 år (6 kvalifiserte)

Øvelser	Krav	Utøver	Resultater
100 meter	13,40	Lea Trong Johansen	13,19
		Amelia Mysiara	13,25
		Susanne Bye	13,33

		Hanne Solberg Løvteit	13,41
200 meter	27,65	Lea Trong-Johansen	25,79
		Amelia Mysiara	27,07
		Susanne Bye	27,40
		Hanne Solberg Løvteit	27,48i
400 meter	64,00	Lea Trong Johansen	58,75
800 meter	2:31.00	Astrid Bakke	2:24.25i
100 m hekk		Lea Trong Johansen	14,39
300 meter hekk	51,00	Lea Trong Johansen	46,90
		Amelia Mysiara	47,65
Stav	2,40	Maren Rønnevig	2,90
Lengde	4,95	Lea Trong Johansen	5,36i

#### Jenter 18/19 år (10 kvalifiserte):

Øvelser	Krav	Utøver	Resultater
100 meter	13,35	Maria Aaberg	12,73
		Linnea Gateman	13,04
		Andrea Dammen	13,19
200 meter	27,50	Maria Aaberg	25,58i
		Linnea Gatemann	25,67i
		Andrea Dammen	26,79
		Constance Løken Dahl	27,12i
		Anastasia Schnell	27,49i
400 meter	63.00	Constance Løken Dahl	58,36i
		Linnea Gateman	58,58i
800 meter	2:31.00	Constance Løken Dahl	2:17.00i
		Anastasia Schnell	2:24.74i
3000 meter (Tyrvingkrav 12:00.00)	Intet krav	Julie Bakklund	11:03.16
		Cornelia Brummenæs	11:50.06
100 meter hekk	17.50	Maria Aaberg	14,57
Høyde	1,50	Helena Kastelein	1,65i
		Julie von Krogh	1,65
		Anastasia Schnell	1,60i

Lengde	4.95	Maria Aaberg	5,47i
		Anastasia Schnell	5,14i
		Andrea Dammen	5,10i
		Julie von Krogh	5,01i
Tresteg	10.10	Andrea Dammen	10,97
		Helena Kastelein	10,52i
Kule	9,00	Anastasia Schnell	10,42
Spyd	30,00	Vilde Marsteinstredet	38,45

#### Gutter 15 år (3 kvalifiserte)

Øvelser	Krav	Utøver	Resultater
100 meter	12.40	Sondre Audal Vik	11,75
		Hampus Åstrand	12,32
200 meter	25,35	Sondre Audal Vik	23,89
		Hampus Åstrand	24,85
2000 m kappgang	5:45.0	Hampus Åstrand	5:40.21
Høyde	1,65	Torgrim Frøystad	1,70

#### Gutter 16 år (5 kvalifiserte)

Øvelser	Krav	Utøver	Resultater
100 meter	12.15	Sigurd Clemetsen	11,57
200 meter	24,70	Sigurd Clemetsen	23,10
800 meter	2:08.00	Andreas Lerø	2:05.12
3000 meter	9:50.00	Andreas Lerø	9:46.46
300 meter hekk	47,50	Sigurd Clemetsen	45,47
Høyde	1,70	Simen Gimnes	1,70i
Tresteg	11,50	Simen Gimnes	12,45
Kule	12,00	Jørgen Loennechen	13,59i
Slegge	30,00	Jo Magnus Kleven	38,79
Spyd	39,00	Jørgen Loennechen	44,90

#### Gutter 17 år (7 kvalifiserte)

Øvelser	Krav	Utøver	Resultater
---------	------	--------	------------

100 meter	12,00	Tobias Widjusveen	11,17
		Christian Lervik	11,95
200 meter	24,20	Tobias Widjusveen	22,98
		Christian Lervik	24,27
		Lars Ådland	24,70i*
800 meter	2:05.00	Nikolai Holmboe	2:05.45*
3000 meter	9:38.00	Sebastian Helgheim	9:19.41
		Brage Buseth Hammerstad	9:22.25
		Nikolai Holmboe	9:31.68
		Aleksander Holmboe	9:39.92*

#### **Gutter 18/19 år (5 kvalifiserte)**

<b>Øvelser</b>	<b>Krav</b>	<b>Utøver</b>	<b>Resultater</b>
100 meter	11,80	Håkon Petersen Amble	11,53
200 meter	23,80	Håkon Petersen Amble	22,61i
		Peter Svoren	22,86
400 meter	53,00	Peter Svoren	50,87
		Håkon Petersen Amble	53,48*
Stav	3,20	Johannes Strømhaug	5,05i
Lengde	6,00	Johannes Strømhaug	6,09i
Tresteg	12,25	Aroran Philip	12,25i
Spyd	43,00	Joakim Lunde	48,47