

LIK-MILA 2009-10

Navn	3.11.	tid	10.11.	tid	17.11.	tid	24.11.	tid	1.12.	tid	8.12.	tid
Christian Groven	10 000	21:25	10 000	21:53	10 000	21:50	10 000	20:42	10 000	21:15	10 000	20:45
Geir I. Markussen	10 000	19:32	10 000	20:08	10 000	22:00	10 000	20:37	10 000	20:33	10 000	20:45
William Davidsen	10 000	19:17	10 000	18:55	10 000	19:57	10 000	18:18	10 000	18:30	10 000	18:30
Odd Arild Ødegaard	10 000	17:15	10 000	18:23	10 000	17:50	10 000	16:22	10 000	16:24	10 000	17:09
Birger Engen	10 000	21:17	10 000	21:53	10 000	21:44	10 000	20:20	10 000	20:30	10 000	20:45
Ivar Johnny Tvenge	10 000	17:10	10 000	17:01	10 000	17:40	10 000	16:22	10 000	16:35	10 000	17:05
Sven Otto Ringnes	10 000	21:18	10 000	21:53	10 000	21:48	10 000	20:42	10 000	20:30	10 000	20:45
Aage Håkegård	10 000	21:30	-		10 000	22:10	10 000	22:16	10 000	20:40	10 000	22:40
Arne Bertheussen	10 000	24:07	10 000	23:15	10 000	23:22	10 000	22:18	10 000	22:13	10 000	22:17
Kjetil Grøttum	-		10 000	27:58	10 000	28:00	10 000	25:07	10 000	25:34	10 000	25:32
Geir Tvenge	-		10 000	25:30	5 000		10 000	24:10	10 000	22:10	5 000	
Gunnar Birkelund	10 000	21:25	10 000	22:20	10 000	21:55	10 000	20:52	10 000	20:30	10 000	20:45
Herbert Kristoffersen	10 000	20:35	10 000	20:06	10 000	20:16	10 000	19:51	10 000	19:20	10 000	19:10
Morten Jensen	10 000	24:06	10 000	23:15	10 000	24:10	10 000	22:33	10 000	22:35	10 000	22:39
Espen Riktor	10 000	19:25	10 000	19:10	10 000	20:52	10 000	18:40	10 000	19:20	10 000	20:12
Vidar Skripeland	10 000	19:16	10 000	18:57	10 000	19:53	10 000	18:02	10 000		10 000	19:09
Kjetil Davidsen	10 000	17:09	10 000	17:24	10 000	18:20	10 000	16:22	10 000	16:20	10 000	17:09
Lars Petter Ernø	10 000	21:09	10 000	19:12	10 000	20:31	10 000	19:51	10 000	19:20	10 000	19:48
Lars Rambøl	10 000	34:00	10 000	27:25	10 000	30:30	10 000	25:07	10 000	26:20	10 000	28:13
Tore Kolstad	-		10 000	23:45	10 000	24:15	10 000	22:00	10 000	20:30	10 000	21:05
Arild Olstad	10 000		10 000	24:32	10 000	25:15	10 000	23:15	-		10 000	
Asbjørn Hildrum	10 000	17:55	-		10 000	18:00	10 000	16:59	10 000	16:36	-	
Svein Ove Bøye	-		-		-		20 000		20 000		-	
Bjørn Øyvind Bringedal	10 000	17:58	10 000	18:23	-		10 000	17:40	10 000	16:36	10 000	17:06
Jon Rike	-		-		10 000	22:10	10 000		10 000	20:30	10 000	19:55
Anders Høstad	10 000	21:06	10 000	20:41	-		10 000	19:06	-		10 000	19:07
Harald sund	10 000	19:15	10 000	19:40	10 000	19:40	10 000	20:05	10 000	19:30	10 000	
Knut Erik Tveten	-		-		-				10 000	22:23	10 000	22:39
Anders Løvøy	-		10 000	23:45	10 000	25:01	-		10 000	24:24	-	
Geir Årseth	-		10 000	22:42	10 000	21:50	10 000	20:37	10 000	20:40	-	
Tom Hagen	-		10 000	22:42	10 000	22:30	10 000	22:15	10 000	21:14	-	
Vegard Berentsen	-		10 000	24:25	10 000	24:05	10 000	22:28	10 000	24:30	-	
Rolf Bruknap	10 000	25:20			-		10 000	23:20	10 000	24:30	10 000	24:30
Vegard Svengård	10 000	19:24	10 000	18:57	-		10 000	18:03	10 000	19:20	10 000	19:10
Rune Solli	-		10 000	18:26	-		10 000	18:00	-		-	
Tor Øyvind Ødegaard	-		-		-		10 000		10 000	22:59	10 000	22:50
Marit Riktor	10 000		-		10 000		10 000		-		-	
Erik Solli	10 000	19:47	10 000	18:57	-		10 000	18:01	-		-	
Helge Rem	10 000	25:14	-		-		-		-		-	
Elisabet Asker	-		10 000		-		5 000		10 000		10 000	29:59
Brynjar Mørkved	-		-		10 000	21:49	10 000	19:51	-		10 000	20:45
Georg Espolin Johnson	-		-		-		10 000	19:50	10 000	19:20	10 000	19:47
Gerrit Middelkoot	-		-		-				-		-	

Navn	3.11.	tid	10.11.	tid	17.11.	tid	24.11.	tid	1.12.	tid	8.12.	tid
Olav Slinning	-		-		-				-		-	
Paul Rief	-		-		-				-		-	
Peder Tyvand	-		-		-				-		-	
Per Gunnar Stenvaag	-		10 000	18:47	-		-		-		-	
Per Halvor Svendsen	-		-		-				-		-	
Stian Kracht	-		-		-				10 000	19:30	-	
Torsten Valvik	-		-		-				-		-	
Vidar Brotnov	-		-		-				-		-	
Ørjan Tvenge	-		-		-				-		-	
Arvid Moger	-		-		-		5 000		-		-	
Kjell A. Langva	-		-		-				-		-	
Kjell.O.Sæthre	-		-		-				-		-	
Kurt Stille	-		-		-				-		-	
Per Nørgaard Sørensen			-		-				-		-	
	42		53		39		57		48		42,0	

Navn	15.12.	tid	22.12.	tid	26.12.	tid	29.12.	tid	5.1.	tid	12.1.
Ole Espen Rakkestad	-		-						10 000		10 000
Ole Støen	10 000	19:52	-						-		-
Petter Solli	10 000	21:30	10 000	21:13					10 000	21:35	-
Trond Halvorsen	10 000	19:11	-						10 000	19:20	-
Magnus Weiby	10 000	26:10	-						-		-
Pål Weiby	10 000	19:40	10 000	20:08					-		-
Værten	10 000		10 000						-		-
Håvard Myklebust	10 000	16:30	-						-		10 000
Jon Gauslaa	-		10 000	16:12					-		-
Kjetil Narum Bakken	-		10 000	16:12					-		-
Odd Oscar Bjelke	-		-						-		-
Torbjørn Sæther	-				21 000	40:30			-		-
Gunnar Ligaarden	-		-						-		-
henrik Natvig	-		-						10 000	21:37	-
Kim Halvorsen	10 000	22:16	-						-		-
Svein Øksnevad	10 000	21:40							-		10 000
Eva Sjøberg	-				21 100	54:00			-		-
Chr. Vogelsang	-								-		-
Kjell Riise	-								-		-
Lars Aaberget	-		-						-		-
Paal Engelstad	-								-		-
Petter Andersen	-								-		-
Pål Høberg	-								-		-
Svein Langholm	-								-		10 000
Vetle Markussen	-								-		-
Phan Åge Haugård	-								-		-
Arne Eika	-								10 000	21:50	-
Bendik	-								-		-
Eirik Brun	10 000	21:35							-		-
Emil Morgenlie Skei	-								-		-
Hans Kvalsøren	-								-		-
Oven Egeland	-								-		-
Paul Fitzgerald	-								-		-
Per Andersen	-								-		-
Petter Enholm	-								-		-
Ragnhild Andresen	-								-		-
Are Søndena	-								-		10 000
Fredrik Værling	-								-		-
Geir Skari	-								-		-
Gerrit Baarda	-								-		10 000
Haldor Otterlei	-								-		-
Halvor Natvig	-								-		-
Iver Johansen	-								-		-
Martin Solheim Siegler	-								-		-
Morten Henriksen	10 000	16:32							-		-

Navn	15.12.	tid	22.12.	tid	26.12.	tid	29.12.	tid	5.1.	tid	12.1.
Olav Slinning	-										10 000
Paul Rief	-										-
Peder Tyvand	-										-
Per Gunnar Stenvaag	-								-		-
Per Halvor Svendsen	-										-
Stian Kracht	-								-		-
Torsten Valvik	-										10 000
Vidar Brotnov	-								10 000	21:35	-
Ørjan Tvenge	-										-
Arvid Moger	-								-		-
Kjell A. Langva	5 000								-		-
Kjell.O.Sæthre	5 000								-		-
Kurt Stille	-										-
Per Nørgaard Sørensen	-										-
	49		32		21		12		33		31

LIK-MILA 2009-10

Navn	tid	19.1.	tid	26.1.	tid	2.2.	tid	9.2.	tid	16.2.
Christian Groven	21:11	10 000	20:54	10 000	20:40	10 000	22:00	10 000	20:28	10 000
Geir I. Markussen	20:18	10 000	18:26	10 000	18:51	10 000	22:00	10 000	19:16	10 000
William Davidsen	19:39	10 000	18:28	10 000	19:00	10 000	20:05	10 000	18:18	10 000
Odd Arild Ødegaard	17:29	10 000	17:28	10 000	17:03	10 000	17:15	10 000	17:08	10 000
Birger Engen	21:27	10 000	20:57	10 000	20:40	10 000	22:00	10 000	20:24	10 000
Ivar Johnny Tvenge	17:51	10 000	17:26	10 000	17:03	10 000	17:15	10 000	17:09	10 000
Sven Otto Ringnes	21:10	10 000	20:54	10 000	20:40	10 000	24:28	10 000	23:30	10 000
Aage Håkegård	23:04	10 000	20:54	10 000	20:40	10 000	24:28	10 000	22:14	10 000
Arne Bertheussen	21:11	10 000	20:58	10 000	20:40	10 000	22:05	10 000	20:26	10 000
Kjetil Grøttum	25:34	10 000	24:34	10 000	24:29	10 000	26:30	10 000	24:19	10 000
Geir Tvenge	23:04	10 000	20:57	10 000	21:57	10 000	23:18	10 000	22:27	10 000
Gunnar Birkelund	21:10	10 000	20:50	10 000	21:30	-		10 000	20:24	10 000
Herbert Kristoffersen		-		10 000	20:40	10 000	20:10	-		10 000
Morten Jensen	0	10 000	23:35	10 000	23:48	10 000	24:28	-		10 000
Espen Riktor		10 000	22:35	10 000	20:41	10 000	21:51	10 000	20:24	10 000
Vidar Skripeland	18:12	10 000	18:20	10 000	17:10	10 000	18:12	10 000	17:14	10 000
Kjetil Davidsen		10 000	17:27	10 000	17:02	10 000	17:15	10 000	17:08	10 000
Lars Petter Ernø	21:07	10 000	20:32	10 000	20:40	10 000	20:10	10 000	20:23	-
Lars Rambøl		10 000	28:15	10 000	28:48	10 000	29:45	10 000		10 000
Tore Kolstad	21:10	10 000	20:50	10 000	20:35	10 000	21:55	10 000	20:25	-
Arild Olstad		10 000	24:20	10 000	24:20	10 000	26:10	10 000	24:20	10 000
Asbjørn Hildrum		-		10 000	17:02	10 000	17:15	10 000	17:08	10 000
Svein Ove Bøye		20 000		-		20 000		20 000		20 000
Bjørn Øyvind Bringedal	17:30	-		10 000	18:48	-		-		10 000
Jon Rike	22:11	10 000	20:32	10 000	20:40	-		10 000	20:23	-
Anders Høstad		10 000	18:30	10 000	18:51	-		10 000	18:18	10 000
Harald sund		10 000	19:50	10 000	19:50	10 000		-		10 000
Knut Erik Tveten	21:11	10 000	20:54	10 000	20:40	10 000	22:01	10 000	20:25	10 000
Anders Løvøy		-		-		10 000	23:19	10 000	20:34	10 000
Geir Årseth		-		10 000	21:45	10 000	22:20	10 000	22:14	10 000
Tom Hagen		-		10 000	22:00	10 000	24:28	10 000	22:29	10 000
Vegard Berentsen	26:40	10 000	24:12	-		10 000	24:52	10 000		10 000
Rolf Bruknap	25:00	10 000	25:00	-		10 000	24:58	10 000		10 000
Vegard Svengård		10 000	18:30	-		-		10 000	20:09	10 000
Rune Solli		10 000	18:30	10 000	19:00	10 000	20:01	10 000	18:18	-
Tor Øyvind Ødegaard	22:15	10 000	20:57	-		10 000	23:15	-		10 000
Marit Riktor		10 000	24:35	10 000	23:46	10 000	27:00	10 000		10 000
Erik Solli		10 000	18:36	-		-		10 000	18:18	-
Helge Rem		10 000	24:12	10 000	24:20	10 000	24:50	10 000	24:18	-
Elisabet Asker	30:00	-		-		-		-		-
Brynjar Mørkved		10 000	20:54	10 000	20:40	-		10 000	20:27	-
Georg Espolin Johnson	20:43	10 000	19:19	-		10 000	20:05	-		-
Gerrit Middelkoot		10 000	24:35	10 000	23:50	10 000	23:30	10 000	21:59	10 000

Navn	tid	19.1.	tid	26.1.	tid	2.2.	tid	9.2.	tid	16.2.
Ole Espen Rakkestad	17:29	-		-		-		-		10 000
Ole Støen		10 000	18:38	10 000	20:39	10 000	20:06	-		10 000
Petter Solli		10 000	18:30	-		-		-		-
Trond Halvorsen		10 000	18:30	-		-		-		-
Magnus Weiby		-		10 000	26:01	-		10 000	25:58	-
Pål Weiby		-		-		-		-		-
Værten		-		-		-		-		-
Håvard Myklebust	16:19	-		-		-		-		-
Jon Gauslaa		-		-		-		-		-
Kjetil Narum Bakken		-				-		-		-
Odd Oscar Bjelke		-				-		-		-
Torbjørn Sæther		-				-		-		-
Gunnar Ligaarden		-				-		-		-
henrik Natvig		-				-		-		-
Kim Halvorsen		10 000	22:33			-		-		-
Svein Øksnevad	21:15	10 000	20:57			-		-		-
Eva Sjøberg		-				-		-		-
Chr. Vogelsang		-				-		10 000	17:12	-
Kjell Riise		-				-		-		-
Lars Aaberget	0	-				-		-		-
Paal Engelstad		-				-		-		-
Petter Andersen		-				-		-		-
Pål Høberg		-				-		-		-
Svein Langholm	19:38	-				-		-		-
Vetle Markussen		-				-		-		-
Phan Åge Haugård		-				-		-		-
Arne Eika		10 000	20:55			-		-		-
Bendik		-				-		-		-
Eirik Brun		-				-		-		-
Emil Morgenlie Skei		-				-		-		-
Hans Kvalsøren		-				-		-		-
Oven Egeland		-				-		-		-
Paul Fitzgerald		-				-		10 000		-
Per Andersen		-				-		-		10 000
Petter Enholm		-				-		-		-
Ragnhild Andresen				10 000	17:03	10 000	17:15	-		-
Are Søndena	29:38	-				-		-		-
Fredrik Værling		-				-		-		-
Geir Skari		-				-		-		-
Gerrit Baarda	19:40	-				-		-		-
Haldor Otterlei		-				-		-		-
Halvor Natvig		-				-		-		-
Iver Johansen		-				-		-		-
Martin Solheim Siegler		-				-		-		-
Morten Henriksen		-				-		-		-

Navn	tid	19.1.	tid	26.1.	tid	2.2.	tid	9.2.	tid	16.2.
Olav Slinning	16:17	-				-		-		-
Paul Rief		-								
Peder Tyvand		-								
Per Gunnar Stenvaag		-				-		-		-
Per Halvor Svendsen		-								
Stian Kracht		-						-		-
Torsten Valvik	31:48	-						-		-
Vidar Brotnov		-						-		-
Ørjan Tvenge		-								
Arvid Moger		-						-		-
Kjell A. Langva		-						-		-
Kjell.O.Sæthre		-						-		-
Kurt Stille		-						5 000		-
Per Nørgaard Sørensen		-						5 000		-
		42		37		38		41		39

LIK-MILA 2009-10

Navn	tid	23.2.	tid	2.3.	tid	9.3.	tid	Totalt	KM
Christian Groven	21:00	10 000		10 000	20:12	10 000	20:55	20	211
Geir I. Markussen	19:59	10 000	19:45	10 000	19:35	10 000	19:23	20	211
William Davidsen	18:27	10 000	18:44	10 000	18:25	10 000	17:38	20	211
Odd Arild Ødegaard	17:02	10 000	17:16	10 000	16:35	10 000	16:11	20	200
Birger Engen	21:00	10 000	21:12	10 000	20:12	10 000	20:45	19	190
Ivar Johnny Tvenge	17:01	10 000	17:21	10 000	16:32	10 000	16:41	19	190
Sven Otto Ringnes	21:00	10 000	21:12	10 000	20:12	10 000	20:46	19	190
Aage Håkegård	22:00	10 000	22:50	10 000	21:00	10 000	20:45	17	181
Arne Bertheussen	21:00			10 000	20:14	10 000	19:37	17	181
Kjetil Grøttum	23:37	10 000	24:11	10 000	23:09	10 000	22:31	17	181
Geir Tvenge	21:00	10 000	21:15	10 000	20:14	10 000	20:45	16	171
Gunnar Birkelund	22:55			-		10 000		16	171
Herbert Kristoffersen	20:33	10 000	20:23	10 000	19:48	10 000	19:37	16	171
Morten Jensen	22:50			10 000	22:40	10 000	20:46	16	171
Espen Riktor	20:58	10 000	21:10	10 000	20:11	10 000	17:40	17	170
Vidar Skripeland	17:12			10 000	17:14	10 000	17:40	17	170
Kjetil Davidsen	17:04	10 000	17:40	10 000	17:25	-		16	160
Lars Petter Ernø				-		10 000	19:40	15	160
Lars Rambøl	29:00	10 000	28:41	10 000	28:04	10 000	28:03	16	160
Tore Kolstad				10 000	20:12	10 000	20:49	16	160
Arild Olstad	23:40	10 000	24:30	10 000	23:10	10 000	22:50	15	150
Asbjørn Hildrum	17:02	10 000	17:15	-		10 000	16:42	15	150
Svein Ove Bøye		10 000		20 000		-		8	150
Bjørn Øyvind Bringedal	17:27	10 000	17:24	10 000	17:10	10 000	16:42	13	141
Jon Rike		10 000	21:50	10 000	21:40	-		13	141
Anders Høstad	17:03	10 000	17:16	10 000	16:35	10 000		14	140
Harald sund	18:50			10 000	18:02			14	140
Knut Erik Tveten	20:59	10 000	22:58	-		10 000	19:37	13	140
Anders Løvøy	21:00	10 000	21:12	10 000	22:49	10 000		12	131
Geir Årseth	22:00	10 000	21:12	10 000	20:12	10 000	20:46	13	130
Tom Hagen	23:40	10 000	23:30	10 000		10 000		13	130
Vegard Berentsen	:23:40			10 000	22:50	10 000	22:20	13	130
Rolf Bruknap				-		10 000		12	120
Vegard Svengård	21:00			10 000	19:40	10 000	19:38	12	120
Rune Solli				10 000	17:10	10 000	17:40	11	111
Tor Øyvind Ødegaard	22:35			-				10	111
Marit Riktor	23:40	10 000		-		-		10	100
Erik Solli				10 000	19:40	-		8	91
Helge Rem		10 000	25:12	10 000	24:07	10 000	22:23	9	90
Elisabet Asker				-		10 000		9	85
Brynjar Mørkved				10 000	20:12	-		8	80
Georg Espolin Johnson				-		-		8	80
Gerrit Middelkoot	21:02	10 000	21:15	10 000	20:36	10 000	20:49	8	80

Navn	tid	23.2.	tid	2.3.	tid	9.3.	tid	Totalt	KM
Ole Espen Rakkestad	17:27			-		-		8	80
Ole Støen	19:50			-		-		8	80
Petter Solli				10 000	19:40	10 000	19:38	8	80
Trond Halvorsen		10 000		-		10 000	17:38	8	80
Magnus Weiby				10 000	24:47	10 000	23:53	7	70
Pål Weiby				-		-		6	60
Værten				-		-		6	60
Håvard Myklebust				-		-		5	50
Jon Gauslaa				-		-		5	50
Kjetil Narum Bakken				-		-		5	50
Odd Oscar Bjelke		10 000	19:59	-		-		5	50
Torbjørn Sæther						10 000	17:40	3	41
Gunnar Ligaarden						10 000	16:43	4	40
henrik Natvig						-		4	40
Kim Halvorsen						-		4	40
Svein Øksnevad						-		4	35
Eva Sjøberg						-		2	31
Chr. Vogelsang		10 000	17:16			-		2	30
Kjell Riise						10 000	32:00	3	30
Lars Aaberget						-		3	30
Paal Engelstad						-		3	30
Petter Andersen						10 000	15:21	3	30
Pål Høberg						-		3	30
Svein Langholm						10 000	17:40	3	30
Vetle Markussen						-		3	30
Phan Åge Haugård				5 000		-		3	25
Arne Eika						-		2	20
Bendik						-		2	20
Eirik Brun						-		2	20
Emil Morgenlie Skei						-		2	20
Hans Kvalsøren				10 000	20:12	10 000	20:45	2	20
Oven Egeland						-		2	20
Paul Fitzgerald		10 000	17:22			-		2	20
Per Andersen	23:43					-		2	20
Petter Enholm						-		2	20
Ragnhild Andresen						-		2	20
Are Søndena						-		1	10
Fredrik Værting						-		1	10
Geir Skari						10 000	20:47	1	10
Gerrit Baarda						-		1	10
Haldor Otterlei				10 000	23:14	-		1	10
Halvor Natvig						-		1	10
Iver Johansen						-		1	10
Martin Solheim Siegler				10 000	19:38			1	10
Morten Henriksen						-		1	10

Navn	tid	23.2.	tid	2.3.	tid	9.3.	tid	Totalt	KM
Olav Slinning						-		1	10
Paul Rief				10 000	19:38			1	10
Peder Tyvand				10 000	22:03	-		1	10
Per Gunnar Stenvaag						-		1	10
Per Halvor Svendsen		10 000	19:02			-		1	10
Stian Kracht						-		1	10
Torsten Valvik						-		1	10
Vidar Brotnov						-		1	10
Ørjan Tvenge						10 000	15:21	1	10
Arvid Moger						-		1	5
Kjell A. Langva						-		1	5
Kjell.O.Sæthre						-		1	5
Kurt Stille						-		1	5
Per Nørgaard Sørensen						-		1	5
		30		41		45		771	7 960