

Resultatliste LIK's "Mandagsmila - Oslo Vest" 2021/22

Arrangement: Mosjonsløp uten offisiell tidtaking / unofficial timing

Distance: 10.000m mass start - unofficial timing

Bane: Nye Frogner Stadion

Navn	29/11	tid	06.des	tid	13.des	tid	20.des	tid	03.jan	tid	10.jan		17.jan		tot	KM
Ståle Heitmann	10000	19:49	10000	18:56	10000	19:11	10000	17:52	10 000	18:57	10 000	18:36	10 000	18:33	7	70
Tore Kolstad	10000	23:49	10000	25:36	10000	25:36	10000	23:37	10 000	24:50	10 000	23:36	10 000	23:15	7	70
Vidar Skripeland	10000	17:34	10000	18:39	10000	17:38	10000	17:23	10 000	17:22	10 000	16:53	10 000	16:50	7	70
Eric Askildsen	10000	17:37	10000	17:33	10000	17:38			10 000	17:22	10 000	16:53	10 000	16:56	6	60
Espen Riktor	10000	19:48	10000	19:16			10000	19:39	10 000	21:10	10 000	20:45	10 000	19:12	6	60
Geir Tvenge	10000	22:45	10000	24:30			10000	21:58	10 000	22:35	10 000	21:37	10 000	21:14	6	60
Gerrit Middelkoop	10000	19:44	10000	19:59	10000	19:25	10000	19:22	10 000	18:57	10 000	19:16			6	60
Herbert Kristoffersen	10000	20:38	10000	21:12	10000	23:13	10000	21:52			10 000	21:40	10 000	21:23	6	60
Per Espen Kristoffersen			10000	22:36	10000	23:13	10000	21:52	10 000	22:36	10 000	21:37	10 000	21:05	6	60
Tord Skoe Fredriksen	10000	19:48	10000	20:00			10000	19:22	10 000	18:57	10 000	19:16	10 000	19:10	6	60
Dag Eriksen	10000	19:39	0				10000	19:22	10 000	19:30	10 000	19:16	10 000	19:30	5	50
Gard Skoe Fredriksen	10000	19:05	10000	18:38	10000	19:11	10000	17:33			10 000	18:31			5	50
Morten Kolstad					10000	19:11	10000	17:23	10 000	18:57	10 000	17:03	10 000	16:49	5	50
Nils Juell	10000	19:05	10000	18:54			10000	17:41	10 000	18:35			10 000	18:25	5	50
Svein Langholm					10000	19:25	10000	19:22	10 000	18:57	10 000	19:16	10 000	19:10	5	50
Bjørn Øyvind Bringedal	10000	19:26	0		10000	19:25					10 000	19:16	10 000	19:10	4	40
Erik Kolstad					10000	23:15	10000	19:39	10 000	18:57			10 000	19:10	4	40
Maurice Velterop							10000	21:50	10 000	21:55	10 000	20:36	10 000	19:43	4	40
Ole Løland					10000	22:01	10000	20:49	10 000	19:38	10 000	19:16			4	40
Arne Bertheussen			10000	25:36			10000	21:53			10 000	21:37			3	30
Lasse Hem			10000	28:42					10 000	32:00			10 000	29:12	3	30
Ole Kjell Langmyren	10000	22:41	0								10 000	21:29	10 000	22:53	3	30
Pølsekokern									10 000		10 000		10 000		3	30
Pål Høberg			10000	21:11			10000	19:39	10 000	21:30					3	30
Rune Sundland							10000	21:49			10 000	21:37	10 000	21:05	3	30
Sivert Kalvik					10000	23:13			10 000	22:37	10 000	21:40			3	30
Snorre Kverndokk	10000	19:26	10000	18:55							10 000	17:13			3	30

Navn	29/11	tid	06.des	tid	13.des	tid	20.des	tid	03.jan	tid	10.jan		17.jan		tot	KM
Svein Erik Morkmo			10000	19:-05							10 000	18:40	10 000	17:36	3	30
Tore Gatland					10000	19:25	10000	19:22	10 000	19:25					3	30
Arne Stenhaus											10 000	18:36	10 000	16:57	2	20
Erik Veia											10 000	18:38	10 000	17:55	2	20
Espen Holm									10 000	21:29			10 000	19:17	2	20
Gaute Gunnari											10 000		10 000	23:30	2	20
Hallvard Müller									10 000	23:00			10 000	25:00	2	20
Ivar Pleym					10000	23:13	10000	21:58							2	20
Lars Jensen	10000		10000												2	20
Marit Riktor							10000		10 000						2	20
Morten Jensen			10000	26:20							10 000	26:45			2	20
Ole Martin Nodenes									10 000	21:35	10 000	19:40			2	20
Per Inge Båtnes									10 000	22:35	10 000	19:43			2	20
Sindre Nordlie	10000	20:30	10000	21:10											2	20
Stian Fredriksen			10000	23:03	10000	19:25									2	20
Terje Solberg-Hansen							10000	19:22	10 000	18:57					2	20
Bjørn Fjeldstad													10 000	21:05	1	10
Christian Groven													10 000	24:10	1	10
Einar Hammershaug											10 000	25:00			1	10
Frode Slotnes			10000	24:30											1	10
Georg Espolin Johnson			10000	22:46											1	10
Ivan									10 000	22:35					1	10
Jon Erik Dølvik											10 000	21:40			1	10
Lars Nilsen													10 000	23:15	1	10
Morten Lund	10000	23:20	0												1	10
Pål Gamme													10 000	25:05	1	10
Terje Ullereng													10 000	20:05	1	10
Therese Staal Brekke					10000	25:23									1	10
Ubbe Haavind											10 000				1	10
Totalt	18		23		18		24		28		33		31		175	1 750