

## Seedinglister NM Innedørs 2023

Denne listen består kun av distansene 400 meter og lenger, da dette er øvelsene med større avstand mellom A-heat og de resterende heatene. Du vil basert på disse kunne gjøre noen antakelser om hvilket heat som er sannsynlig at du skal løpe i.

### MERK AT ENDELIG HEATFORDELING IKKE ER KLAR FØR ETTER AVKRYSSINGSFRISTEN

#### 400m KS

Navn	Rangering
Henriette Jæger	1
Linn Oppegaard	2
Andrea Rooth	3
Line Al-saiddi	4
Nora Kollerød Wold	5
Mari Skraastad	6
Camilla Kristiansen	7
Lisa Maylen Stensøy	8
Susanne Amundsen	9
Hanna Bakke	10
Selma Alison Boesen Skisaker	11
Josefin Victoria Heier	12
Emma Skibstad Bekkevik	13
Sunniva Fjeld	14
Anna Kolstø Jensen	15
Marianne Husby	16
Maren Storaas Alsaker	17
Hedda Sandvik Kjetland	18
Kristin Haugstad	19
Ingrid Byggland	20
Vilde Fredriksen	21

#### For 400m gjelder:

- Det vil være maks 5 løpere i hvert heat.
- De høyest rangerte utøverne løper i A-heatet, de neste i B-heatet osv.
- Banefordelingen gjøres i henhold til regel RT 45.2, de to ytterste banene trekkes mellom de to høyest rangerte utøvere i heatet, de to neste baner innenfor trekkes mellom utøvere som er rangert som nummer 3 og 4, ytterligere baner trekkes mellom øvrige utøvere.

#### 400m MS

Navn	Rangering
Andreas Grimerud	1
Håvard Bentsdal Ingvaldsen	2
Bastian Elnan Aurstad	3
Fredrik Øvereng	4
Andreas Bakketun	5
Stephan Kyeremeh	6
Tobias Johansen	7
Theodore Einar Fremstad-waldron	8
Aiden Floyd Vincent	9
Sindre Strønstad-Løseth	10
Håvard Haugen	11

Sigurd Clementsen	12
Sivert Sellevold	13
Erlend Kristian Skraastad	14
Mads Hjort-larsen	15
Sondre Svarholt	16
Jonathan Hertwig-ødegaard	17
Kim Baliruno Kamanzi	18
Marcus Sebastian Svarva	19

## 800m KS

Navn	Rangering
Malin Ingeborg Nyfors	1
Sara Busic	2
Line Al-saiddi	3
Josefin Victoria Heier	4
Mari Skraastad	5
Erle Lyng	6
Selma Alison Boesen Skisaker	7
Margrete Jørgensen Baustad	8
Astrid Cecilie Berntsen	9
Ingrid Nilssen	10
Caroline Sophie Fleischer	11
Nora Jakobsen	12
Charlotte Olszak	13
Maria Straume	14
Ida Forsmo	15
Kristin Haugstad	16

### For 800m gjelder:

- 8 stk i hvert heat. Tilpasninger kan forekomme for å få det til å gå opp.
- De 8 høyest rangerte til A- heat, de 8 neste til B-heat osv.

## 800m MS

Navn	Rangering
Ole Jakob Solbu	1
Tobias Grønstad	2
Kjetil Gagnås	3
Andreas Vangsnes	4
Luca Thompson	5
Phillip Morken	6
Kristoffer Sagli	7
Håkon Moe Berg	8
Ole Sivert Røyhus	9
Sander Dybwad Mathiesen	10
Henrik Ferdinand Hanssen	11
Sondre Svarholt	12
Merih Solomon Hailemicheal	13
Markus Westhagen	14

Tobias Johansen	15
Sondre Rishøi	16
Sindre Fredriksen	17
Trym Fjøsne-Hexeberg	18
Tobias Allers-Hansen	19
Erlend Kristian Skraastad	20
Benjamin Bjørnstad	21
Andreas Kværner	22
Christian Bredesen	23
Bakr Ettayebi	24
Ole-kristian Kværner	25
Sebastian Selbekk	26
Iver Johan Andreassen-Holm	27
Tesfay Brhane	28
Adrian Stene Olsen	29
Marcus Sebastian Svarva	30
Lars Wold Møller	31
Jonas Mæland Rosholt	32
Adrian Sevaldstad	33
Adrean Tristan Holmen Bakke	34
Sigurd Tveit	

## 1500m KS

Navn	Rangering
Amalie Sæten	1
Malin Edland	2
Sara Busic	3
Kristine Dommersnes	4
Sigrid Alvik	5
Maiken Homlung Prøitz	6
Malin Sørtorp Solberg	7
Hedda Leirvik	8
Nora Jakobsen	9
Oda Gjerstad	10
Vilde-Sofie Torvund	11
Astrid Cecilie Berntsen	12
Linnea Låhne	13
Ida Forsmo	14
Venus Abraham Teffera	15
Dordi Forseth	16

### For 1500m gjelder:

-10 stk i hvert heat. Tilpasninger kan forekomme for å få det til å gå opp.

- De 10 høyest rangerte til A- heat, de 10 neste til B-heat osv.

## 1500m MS

Navn	Rangering
Narve Gilje Nordås	1
Ferdinand Kvan Edman	2
Even Dahl	3
Moa Bollerød	4
Bjørnar Lillefosse	5
Eivind Trym Wikshåland	6
Andreas Halvorsen	7
Kristoffer Sagli	8
Andreas Vangsnes	9
Håkon Moe Berg	10
Elmer Skalle	11
Sondre Rishøi	12
Sander Dybwad Mathiesen	13
Halvor Nymoen Winberg	14
Sondre Arne Hoff	15
Johannes Teigland	16
Ånung Viken	17
Henrik Ferdinand Hanssen	18
Theodor Jacobsen	19
Kjetil Gagnås	20
Kristian Bråthen Børve	21
Mathias Flak	22
Eldar Fagerbakke	23
Merih Solomon Hailemicheal	24
Sigurd Egeland Valseth	25
Nahom Tesfalem Tewelde	26
Daniel Jacobsen	27
Trym Fjøsne-Hexeberg	28
Didrik Jensen	29
Andreas Kværner	30
Tobias Allers-Hansen	31
Lars-olav Apold	32
Aleksander Øyen	33
Eirik Alvik	34
Sondre Martinsen	35
Ole-kristian Kværner	36
Adrian Stene Olsen	37
Lars Wold Møller	38
Ken Tony Johansen	39
Daniel Næss	40
Sigurd Tveit	

## 3000m KS

Navn	Rangering
Amalie Sæten	
Malin Edland	
Kristine Eikrem Engeset	
Ine Bakken	
Selma Engdahl	
Kristine Dommersnes	
Mari Roligheten Ruud	
Hanne Maridal	
Sigrid Alvik	
Synne Marie Engebretsen	
Hedda Leirvik	
Sigrun Gjørberg	
Nora Jakobsen	
Oda Gjerstad	
Venus Abraham Teffera	
Anzu Lovise Kvam	
Sara Svarstad	
Synne Amundsgård	

### For 3000m gjelder:

-12 stk i hvert heat. Tilpasninger kan forekomme for å få det til å gå opp.

- De 12 høyest rangerte til A- heat, de 12 neste til B-heat osv.

## 3000m MS

Navn	Rangering
Narve Gilje Nordås	1
Per Svela	2
Bjørnar Lillefosse	3
Kristoffer Sagli	4
Even Dahl	5
Mathias Flak	6
Ibrahim Buras	7
Eivind Trym Wikshåland	8
Halvor Nymoen Winberg	9
Eivind Øygard	10
Vebjørn Hovdejord	11
Jesper Andreas Lundin	12
Theodor Jacobsen	13
Philip Anders Anthelme Massacand	14
Sondre Arne Hoff	15
Erik Tangen Gundersen	16
Tord Ulset	17
Eldar Fagerbakke	18
Tore Akerlie	19
Mikkel Thomassen	20

Sigurd Egeland Valseeth	21
Mikkel Bakken	22
Rune Solli	23
Trym Halvard Tønnesen	24
Daniel Jacobsen	25
Nikolai Magnus Gundersen	26
Lars-olav Apold	27
Sindre Swan Moland	28
Sondre Martinsen	29
Haakon Berg	30
Emil Martin Ahlbäck	31
Jonas Riseth	32
Abdullahi Ali	33
Ken Tony Johansen	34
Mathias Lillehagen	35
Aleksander Øyen	36