

# Kast 5-kampen

## Stevnerapport

---

Navn: Kast 5-kampen  
Sted: Heggedal Kastarena / Føyka  
Arrangør: Asker Skiklubb Friidrett  
Dato: 25.09.2016 - 25.09.2016

Kontaktp: Espen Jahren  
Telefon: 47854585  
E-Post: asker.friidrett@online.no

Kommentar: Slegge ble arrangert på Heggedal Kastarena og resten av øvelsene på Føyka. Øvelsesrekkefølge 10-14 år: Slegge, kule, diskos, slengball, spyd. 15 år og eldre: slegge, kule, diskos, spyd, vektkast. Dommere: Thomas Rosvold, Espen Jahren og Ingebjørg Rosvold

# Kast 5-kampen

## Resultatliste

25.09.2016

<b>G-10</b>		<b>Diskos</b>		<b>0,6kg</b>		
						Tyrving
21	Felix Maxmillian Skare (06)		Ski IL Friidrett	19,40	935	
kastmerker						

<b>G-10</b>		<b>Kast 5-kamp</b>				
						Tyrving
1	21	Felix Maxmillian Skare (06)	Ski IL Friidrett	4438		
	900	928	935	799	876	
	17,31	7,30	19,40	14,90	19,40	

<b>G-10</b>		<b>Kule</b>		<b>2,0kg</b>		
						Tyrving
21	Felix Maxmillian Skare (06)		Ski IL Friidrett	7,30	928	
	7,30	7,04	6,54			

<b>G-10</b>		<b>Slegge</b>		<b>2,0kg/110cm</b>		
						Tyrving
21	Felix Maxmillian Skare (06)		Ski IL Friidrett	17,31	900	
	17,31	15,10	x			

<b>G-10</b>		<b>Slengball</b>		<b>1,0kg</b>		
						Tyrving
21	Felix Maxmillian Skare (06)		Ski IL Friidrett	14,90	799	
kastmerker						

<b>G-10</b>		<b>Spyd</b>		<b>400gr</b>		
						Tyrving
21	Felix Maxmillian Skare (06)		Ski IL Friidrett	19,40	876	
kastmerker						

<b>G-12</b>		<b>Diskos</b>		<b>0,75kg</b>		
						Tyrving
1	4	Sondre Jahren (04)	Asker Sk. Friidrett	31,85	996	
2	3	Lukas Øiseth (04)	Asker Sk. Friidrett	22,42	681	
kastmerker						

<b>G-12</b>		<b>Kast 5-kamp</b>				
						Tyrving
1	4	Sondre Jahren (04)	Asker Sk. Friidrett	4085		
	727	848	996	776	695	
	27,39	8,91	31,85	24,91	26,59	

# Kast 5-kampen

## Resultatliste

25.09.2016

### G-12

#### Kast 5-kamp

2	3	Lukas Øiseth (04)	Asker Sk. Friidrett	3077	
	402	632	681	623	695
	19,25	7,11	22,42	19,86	26,58

### G-12

#### Kule

3,0kg

					Tyrving
1	4	Sondre Jahren (04)	Asker Sk. Friidrett	8,91	848
	x	8,77	8,91		
2	3	Lukas Øiseth (04)	Asker Sk. Friidrett	7,11	632
	7,11	x	x		

### G-12

#### Slegge

2,0kg/110cm

					Tyrving
1	4	Sondre Jahren (04)	Asker Sk. Friidrett	27,39	727
	x	x	27,39		
2	3	Lukas Øiseth (04)	Asker Sk. Friidrett	19,25	402
	15,68	19,25	x		

### G-12

#### Slengball

1,0kg

					Tyrving
1	4	Sondre Jahren (04)	Asker Sk. Friidrett	24,91	775
2	3	Lukas Øiseth (04)	Asker Sk. Friidrett	19,86	623

kastmerker

### G-12

#### Spyd

400gr

					Tyrving
1	4	Sondre Jahren (04)	Asker Sk. Friidrett	26,59	695
2	3	Lukas Øiseth (04)	Asker Sk. Friidrett	26,58	695

kastmerker

### G-13

#### Diskos

0,75kg

					Tyrving
1	25	Jørgen Brenna Loennechen (0)	Tyrving IL	18,06	103

kastmerker

### G-13

#### Kast 5-kamp

					Tyrving
1	25	Jørgen Brenna Loennechen (0)	Tyrving IL	2353	
	565	716	103	505	464
	22,44	9,79	18,06	21,32	27,10

### G-13

#### Kule

3,0kg





# Kast 5-kampen

## Resultatliste

25.09.2016

### G-18/19

#### Vektkast

11,34 kg

					Tyrving
1	2	Erik Johannes Rosvold (98)	Asker Sk. Friidrett	14,94	732
		14,94 x x			
2	22	Martin Kornerud (98)	Sturla IF	14,44	703
		x x 14,44			

### J-10

#### Diskos

0,6kg

					Tyrving
7	Camilla Hellum (06)	Bækkelagets SK	14,26	883	
24	Ida Amble (06)	Tyrving IL	12,83	797	

kastmerker

### J-10

#### Kast 5-kamp

					Tyrving
24	Ida Amble (06)	Tyrving IL	3750		
	755 925 797 729 544				
	13,10 5,55 12,83 12,58 8,88				
7	Camilla Hellum (06)	Bækkelagets SK	4287		
	717 933 883 819 935				
	12,34 5,69 14,26 14,39 17,41				

### J-10

#### Kule

2,0kg

					Tyrving
7	Camilla Hellum (06)	Bækkelagets SK	5,69	933	
	5,69 5,68 5,32				
24	Ida Amble (06)	Tyrving IL	5,55	925	
	5,23 5,55 5,54				

### J-10

#### Slegge

2,0kg/110cm

					Tyrving
7	Camilla Hellum (06)	Bækkelagets SK	12,34	717	
	12,34 x 11,65				
24	Ida Amble (06)	Tyrving IL	13,10	755	
	12,14 13,10 12,20				

### J-10

#### Slengball

1,0kg

					Tyrving
24	Ida Amble (06)	Tyrving IL	12,58	729	
7	Camilla Hellum (06)	Bækkelagets SK	14,39	819	

kastmerker

### J-10

#### Spyd

400gr

					Tyrving
7	Camilla Hellum (06)	Bækkelagets SK	17,41	935	
24	Ida Amble (06)	Tyrving IL	8,88	544	

# Kast 5-kampen

## Resultatliste

25.09.2016

### J-10

#### Spyd

400gr

kastmerker

### J-11

#### Diskos

0,6kg

Tyrving

1	20	Ellevine Kathleen Skare (05)	Ski IL Friidrett	22,00	880
2	19	Elina Kjølberg (05)	Romerike Friidrett	21,35	860
3	5	Vanessa Sagen (05)	Asker Sk. Friidrett	17,95	673
4	12	Linnea-Kristine Nilsen (05)	Krødsherad IL	11,34	276

kastmerker

### J-11

#### Kast 5-kamp

Tyrving

1	20	Ellevine Kathleen Skare (05)	Ski IL Friidrett	4542
	965	999 880 611 993		
	25,63	8,79 22,00 15,63 26,74		
2	5	Vanessa Sagen (05)	Asker Sk. Friidrett	3668
	769	839 673 870 394		
	19,68	6,65 17,95 16,80 12,18		
3	19	Elina Kjølberg (05)	Romerike Friidrett	3548
	937	976 860 775 0		
	24,50	8,40 21,35 18,90 nm		
4	12	Linnea-Kristine Nilsen (05)	Krødsherad IL	2777
	449	648 276 511 544		
	13,28	5,28 11,34 13,63 15,19		

### J-11

#### Kule

2,0kg

Tyrving

1	20	Ellevine Kathleen Skare (05)	Ski IL Friidrett	8,79	999
	8,50	8,79 8,25			
2	19	Elina Kjølberg (05)	Romerike Friidrett	8,40	976
	8,40	x x			
3	5	Vanessa Sagen (05)	Asker Sk. Friidrett	6,65	839
	5,42	6,41 6,65			
4	12	Linnea-Kristine Nilsen (05)	Krødsherad IL	5,28	648
	5,28	5,26 5,27			

### J-11

#### Slegge

2,0kg/110cm

Tyrving

1	20	Ellevine Kathleen Skare (05)	Ski IL Friidrett	25,63	965
	x	23,08 25,63			
2	19	Elina Kjølberg (05)	Romerike Friidrett	24,50	937
	x	x 24,50			
3	5	Vanessa Sagen (05)	Asker Sk. Friidrett	19,68	769
	19,68	17,31 16,61			
4	12	Linnea-Kristine Nilsen (05)	Krødsherad IL	13,28	449
	12,58	x 13,28			

### J-11

#### Slengball

1,0kg

# Kast 5-kampen

## Resultatliste

25.09.2016

### J-11

#### Slengball

1,0kg

Tyrving

1	19	Elina Kjølberg (05)	Romerike Friidrett	18,90	775
2	5	Vanessa Sagen (05)	Asker Sk. Friidrett	16,80	670
3	20	Ellevine Kathleen Skare (05)	Ski IL Friidrett	15,63	611
4	12	Linnea-Kristine Nilsen (05)	Krødsherad IL	13,63	511

kastmerker

### J-11

#### Spyd

400gr

Tyrving

1	20	Ellevine Kathleen Skare (05)	Ski IL Friidrett	26,74	993
2	12	Linnea-Kristine Nilsen (05)	Krødsherad IL	15,19	544
3	5	Vanessa Sagen (05)	Asker Sk. Friidrett	12,18	394
	19	Elina Kjølberg (05)	Romerike Friidrett	nm	

kastmerker

### J-13

#### Diskos

0,6kg

Tyrving

1	17	Tiril Lappegård (03)	Nittedal IL	27,12	575
2	16	Ingrid Marie Løiten Dalhus (03)	Nittedal IL	24,87	440
3	26	Ada Norum-Torgersen (03)	Ås IL	24,68	428
4	14	Ruth-Magrethe Nilsen (03)	Krødsherad IL	18,66	67

kastmerker

### J-13

#### Kast 5-kamp

Tyrving

1	16	Ingrid Marie Løiten Dalhus (03)	Nittedal IL	3475
	974	963 440 787 311		
		36,96 10,59 24,87 28,14	18,63	
2	17	Tiril Lappegård (03)	Nittedal IL	3096
	814	1005 575 530 172		
		30,59 11,37 27,12 23,00	15,84	
3	14	Ruth-Magrethe Nilsen (03)	Krødsherad IL	2939
	828	877 67 657 510		
		1,15 9,16 18,66 25,54	22,61	
4	26	Ada Norum-Torgersen (03)	Ås IL	2898
	620	812 428 596 435		
		26,60 8,58 24,68 24,32	21,11	

### J-13

#### Kule

2,0kg

Tyrving

26	Ada Norum-Torgersen (03)	Ås IL	8,58	812
	8,58 7,65 8,54			
14	Ruth-Magrethe Nilsen (03)	Krødsherad IL	9,16	877
	9,08 9,16 9,05			
16	Ingrid Marie Løiten Dalhus (03)	Nittedal IL	10,59	963
	10,59 x x			
17	Tiril Lappegård (03)	Nittedal IL	11,37	1005
	11,01 10,51 11,37			



# Kast 5-kampen

## Resultatliste

25.09.2016

### J-13

#### Slegge

2,0kg/110cm

					Tyrving
1	16	Ingrid Marie Løiten Dalhus (03)	Nittedal IL	36,96	974
		36,96 x x			
2	14	Ruth-Magrethe Nilsen (03)	Krødsherad IL	31,15	828
		x 31,15 22,81			
3	17	Tiril Lappegård (03)	Nittedal IL	30,59	814
		29,96 x 30,59			
4	26	Ada Norum-Torgersen (03)	Ås IL	26,60	620
		x 26,60 x			

### J-13

#### Slengball

					Tyrving
1	16	Ingrid Marie Løiten Dalhus (03)	Nittedal IL	28,14	787
2	14	Ruth-Magrethe Nilsen (03)	Krødsherad IL	25,54	657
3	26	Ada Norum-Torgersen (03)	Ås IL	24,32	596
4	17	Tiril Lappegård (03)	Nittedal IL	23,00	530

kastmerker

### J-13

#### Spyd

400gr

					Tyrving
1	14	Ruth-Magrethe Nilsen (03)	Krødsherad IL	22,61	510
2	26	Ada Norum-Torgersen (03)	Ås IL	21,11	435
3	16	Ingrid Marie Løiten Dalhus (03)	Nittedal IL	18,63	311
4	17	Tiril Lappegård (03)	Nittedal IL	15,84	172

kastmerker

### J-14

#### Diskos

0,75kg

					Tyrving
1	1	Elisabeth Thon Rosvold (02)	Asker Sk. Friidrett	38,58	1008
2	9	Sarah Hammergirl Mikkelsen (	Eidanger Idrettslag	31,08	792

kastmerker

### J-14

#### Kast 5-kamp

					Tyrving
1	9	Sarah Hammergirl Mikkelsen (	Eidanger Idrettslag	3840	
		1151 911 792 647 375			
		46,65 9,33 31,08 29,84 22,60			
2	1	Elisabeth Thon Rosvold (02)	Asker Sk. Friidrett	3223	
		1014 0 1008 908 352			
		35,21 nm 38,58 37,32 22,15			

### J-14

#### Kule

3,0kg

					Tyrving
1	9	Sarah Hammergirl Mikkelsen (	Eidanger Idrettslag	9,33	911
		9,33 9,27 8,74			
	1	Elisabeth Thon Rosvold (02)	Asker Sk. Friidrett	nm	
		x x x			

# Kast 5-kampen

## Resultatliste

25.09.2016

### J-14

#### Kule

3,0kg

1	9	Sarah Hammergirl Mikkelsen (	Eidanger Idrettslag	46,65	1151
	x	46,65 44,15			
2	1	Elisabeth Thon Rosvold (02)	Asker Sk. Friidrett	35,21	1014
	35,21	x x			

### J-14

#### Slegge

3,0kg/119,5cm

Tyrving

1	9	Sarah Hammergirl Mikkelsen (	Eidanger Idrettslag	46,65	1151
	x	46,65 44,15			
2	1	Elisabeth Thon Rosvold (02)	Asker Sk. Friidrett	35,21	1014
	35,21	x x			

### J-14

#### Slengball

Tyrving

1	1	Elisabeth Thon Rosvold (02)	Asker Sk. Friidrett	37,32	908
2	9	Sarah Hammergirl Mikkelsen (	Eidanger Idrettslag	29,84	647

kastmerker

### J-14

#### Spyd

400gr

Tyrving

1	9	Sarah Hammergirl Mikkelsen (	Eidanger Idrettslag	22,60	375
2	1	Elisabeth Thon Rosvold (02)	Asker Sk. Friidrett	22,15	352

kastmerker

### J-15

#### Diskos

0,75kg

Tyrving

1	15	Helle Henriksen Hvidsten (01)	Modum Friidrettsklubb	35,22	562
2	18	Sarah Samuelsen (01)	Rjukan Idrettslag	17,00	224
	10	Hera Ørlygsdottir (01)	Herkules Friidrett	nm	

kastmerker

### J-15

#### Kast 5-kamp

Tyrving

1	15	Helle Henriksen Hvidsten (01)	Modum Friidrettsklubb	3424
	967	582 562 492	821	
	51,55	10,80 35,22 30,81	15,31	
2	10	Hera Ørlygsdottir (01)	Herkules Friidrett	2326
	797	462 0 356	711	
	43,90	8,97 nm 23,62	13,55	
3	18	Sarah Samuelsen (01)	Rjukan Idrettslag	1501
	244	348 224 402	283	
	18,30	7,20 17,00 26,03	6,51	

### J-15

#### Kule

3,0kg

Tyrving

1	15	Helle Henriksen Hvidsten (01)	Modum Friidrettsklubb	10,80	582
	x	9,91 10,80			
2	10	Hera Ørlygsdottir (01)	Herkules Friidrett	8,97	462
	8,73	x 8,97			

# Kast 5-kampen

## Resultatliste

25.09.2016

### J-15

#### Kule

3,0kg

3	18	Sarah Samuelsen (01)	Rjukan Idrettslag	7,20	348
		7,20 7,03 6,80			

### J-15

#### Slegge

3,0kg/119,5cm

					Tyrving
1	15	Helle Henriksen Hvidsten (01)	Modum Friidrettsklubb	51,55	967
		51,46 51,55 49,28			
2	10	Hera Ørlygsdottir (01)	Herkules Friidrett	43,90	797
		x 43,90 x			
3	18	Sarah Samuelsen (01)	Rjukan Idrettslag	18,30	244
		18,30 17,06 18,25			

### J-15

#### Spyd

500gr

					Tyrving
1	15	Helle Henriksen Hvidsten (01)	Modum Friidrettsklubb	30,81	492
2	18	Sarah Samuelsen (01)	Rjukan Idrettslag	26,03	402
3	10	Hera Ørlygsdottir (01)	Herkules Friidrett	23,62	356

kastmerker

### J-15

#### Vektkast

7,26 kg

					Tyrving
1	15	Helle Henriksen Hvidsten (01)	Modum Friidrettsklubb	15,31	821
2	10	Hera Ørlygsdottir (01)	Herkules Friidrett	13,55	711
3	18	Sarah Samuelsen (01)	Rjukan Idrettslag	6,51	283

### J-16

#### Diskos

1,0kg

					Tyrving
1	27	Agnes Rogstad Sørheim (00)	Ås IL	19,10	262

kastmerker

### J-16

#### Kast 5-kamp

					Tyrving
1	27	Agnes Rogstad Sørheim (00)	Ås IL	843	
		0 430 262 151 0			
		nm 8,47 19,10 12,50 nm			

### J-16

#### Kule

3,0kg

					Tyrving
1	27	Agnes Rogstad Sørheim (00)	Ås IL	8,47	430
		8,47 x 8,18			

### J-16

#### Slegge

3,0kg/119,5cm

# Kast 5-kampen

## Resultatliste

25.09.2016

### **J-16 Slegge 3,0kg/119,5cm**

27 Agnes Rogstad Sørheim (00) Ås IL nm Tyrving  
x x x

### **J-16 Spyd 500gr**

1 27 Agnes Rogstad Sørheim (00) Ås IL 12,50 151 Tyrving  
kastmerker

### **J-16 Vektkast 9,08 kg**

27 Agnes Rogstad Sørheim (00) Ås IL nm Tyrving  
x x x

### **J-18/19 Diskos 1,0kg**

1 11 Anette Sollien Nicolaisen (97) Horten Friidrettsklubb 27,46 415 Tyrving  
kastmerker

### **J-18/19 Kast 5-kamp**

1 11 Anette Sollien Nicolaisen (97) Horten Friidrettsklubb 2546 Tyrving  
557 537 415 451 586  
32,93 10,11 27,46 28,65 11,52

### **J-18/19 Kule 4,0kg**

1 11 Anette Sollien Nicolaisen (97) Horten Friidrettsklubb 10,11 537 Tyrving  
10,11 10,05 10,07

### **J-18/19 Slegge 4,0kg/119,5cm**

1 11 Anette Sollien Nicolaisen (97) Horten Friidrettsklubb 32,93 557 Tyrving  
x 32,93 x

### **J-18/19 Spyd 600gr**

1 11 Anette Sollien Nicolaisen (97) Horten Friidrettsklubb 28,65 451 Tyrving  
kastmerker

### **J-18/19 Vektkast 9,08 kg**



# Kast 5-kampen

## Resultatliste

25.09.2016

**MS**

### Kast 5-kamp

Tyrving

1	8	Richard Smitt-ingebretsen (71)	Bøler IF - Friidrett	1707
		273      375      436      263      360		
		25,13    8,14      28,56    27,43    8,34		

**MS**

### Kule

**7,26kg**

Tyrving

1	8	Richard Smitt-ingebretsen (71)	Bøler IF - Friidrett	8,14	375
	x	8,14      8,11			

**MS**

### Slegge

**7,26kg/121,5cm**

Tyrving

1	8	Richard Smitt-ingebretsen (71)	Bøler IF - Friidrett	25,13	273
		25,13    x      23,21			

**MS**

### Spyd

**800gr**

Tyrving

1	8	Richard Smitt-ingebretsen (71)	Bøler IF - Friidrett	27,43	263
		kastmerker			

**MS**

### Vektkast

**15,88 kg**

Tyrving

1	8	Richard Smitt-ingebretsen (71)	Bøler IF - Friidrett	8,34	360
		7,88      8,34      x			