

# Treningsløp Finland 04.09.2018

Løypelegger: Arild Bjørkenes

## LANG LØYPE

1.	Ola Sløgedal	40:12	<b>2:07-1</b> 0:00 0:00	<b>3:40-1</b> 0:00 0:00	2:38-2 0:14 0:00	<b>4:15-1</b> 0:00 0:00	4:16-2 0:06 1:41	4:28-7 0:00 0:00	<b>3:43-1</b> 0:00 0:00	<b>2:10-1</b> 0:00 0:00	<b>4:59-1</b> 0:00 0:00	6:13-9 2:21 0:01	1:09-2 0:01 0:01	0:34-2 0:01 0:01
2.	Reidar Heivoll	41:09	2:24-3 0:17 0:17	4:17-2 0:37 0:54	<b>2:24-1</b> 0:00 0:40	5:12-3 0:57 1:37	<b>4:10-1</b> 0:00 1:31	<b>2:47-1</b> 0:00 0:00	4:30-3 0:47 0:37	2:29-3 0:19 0:56	6:50-7 1:26 2:47	4:08-3 0:16 0:42	1:19-3 0:11 0:52	0:39-4 0:06 0:57
3.	Kjetil Aukland	45:41	2:20-2 0:13 0:13	4:41-5 1:01 1:14	4:32-9 2:08 3:08	5:09-2 0:54 4:02	5:55-7 1:45 5:41	4:04-6 1:17 5:27	4:06-2 0:00 5:40	2:24-2 0:14 5:54	6:25-5 1:25 7:20	4:24-4 0:32 5:31	<b>1:08-1</b> 0:00 5:30	<b>0:33-1</b> 0:00 5:29
4.	BRIKKE 188950	45:56	2:25-4 0:18 0:18	5:08-6 1:28 1:46	3:30-6 1:06 2:38	5:28-6 1:13 3:51	4:40-4 0:30 4:15	3:25-4 0:38 3:22	5:08-5 1:25 4:37	2:46-5 0:36 5:13	6:24-4 1:25 6:38	4:30-5 0:38 4:55	1:52-9 0:44 5:38	0:40-6 0:07 5:44
5.	Kari Christensen	46:48	2:34-6 0:27 0:27	4:37-4 0:57 7:11-5	3:23-4 0:59 2:09	5:21-4 1:15 3:15	5:25-5 1:12 4:24	3:59-5 1:12 4:05	5:33-6 1:50 5:45	3:37-8 1:27 7:12	6:08-2 1:09 8:21	4:04-2 0:12 6:12	1:27-5 0:19 6:30	0:40-6 0:07 6:36
6.	Øyvind Udø	48:01	2:27-5 0:20 0:20	7:02-9 3:22 9:29-9	2:51-3 0:27 12:20-8	8:26-8 4:11 20:46-8	4:18-3 0:08 25:04-7	3:22-3 0:35 28:26-7	4:37-4 1:50 33:03-7	2:44-4 0:34 35:47-7	6:16-3 1:17 42:03-6	<b>3:52-1</b> 0:00 45:55-6	1:30-6 0:22 47:25-6	0:36-3 0:03 48:01-6
7.	Lars Peder Vaaje	48:55	2:39-8 0:32 0:32	4:27-3 0:47 7:06-4	3:55-8 1:31 11:01-4	5:21-4 1:06 16:22-4	5:30-6 1:20 21:52-5	3:20-2 0:33 25:12-4	5:43-7 2:00 30:55-6	3:02-6 0:52 33:57-5	8:25-9 3:26 42:22-7	4:30-5 0:38 46:52-7	1:24-4 0:16 48:16-7	0:39-4 0:06 48:55-7
8.	Arvid Andersen	58:57	2:37-7 0:30 0:30	5:27-7 1:47 8:04-7	3:29-5 1:05 11:33-6	9:56-9 5:41 21:29-9	7:20-8 3:10 28:49-8	5:10-8 2:23 33:59-8	5:48-8 2:05 39:47-8	3:23-7 1:13 43:10-8	8:02-8 3:03 51:12-8	5:28-7 1:36 56:40-8	1:37-7 0:29 58:17-8	0:40-6 0:07 58:57-8
9.	Kristen Bue	80:36	2:57-9 0:50 0:50	6:14-8 2:34 9:11-8	3:49-7 1:25 13:00-9	7:37-7 3:22 20:37-7	25:54-9 21:44 46:31-9	7:19-9 4:32 53:50-9	6:40-9 2:57 60:30-9	5:27-9 3:17 65:57-9	6:35-6 1:36 72:32-9	5:41-8 1:49 78:13-9	1:41-8 0:33 79:54-9	0:42-9 0:09 80:36-9
	Oscar Kaaløy	DSQ	3:08 135	7:48 130	5:41 133	10:02 137	11:42 136	6:14 134	9:00 144	12:04 145	8:56 129	5:51 132	2:17 164	

## MELLOMLØYPE

1.	Øyvind Andersen	52:30	<b>3:42-1</b> 0:00 0:00	<b>17:47-1</b> 0:00 0:00	<b>11:48-1</b> 0:00 0:00	<b>4:53-1</b> 0:00 0:00	<b>7:11-1</b> 0:00 0:00	<b>4:14-1</b> 0:00 0:00	<b>2:03-1</b> 0:00 0:00	<b>0:52-1</b> 0:00 0:00
			<b>3:42-1</b> 0:00	<b>21:29-1</b> 0:00	<b>33:17-1</b> 0:00	<b>38:10-1</b> 0:00	<b>45:21-1</b> 0:00	<b>49:35-1</b> 0:00	<b>51:38-1</b> 0:00	<b>52:30-1</b> 0:00