

## Swenor Cup 2015

Østfold skikrets vil også for sesongen 2015 gjennomføre Swenor cup. Det vil også i år være "ledertrøye" i hver klasse (rangeringsklasse). Alle renn som ikke er klassifisert som turrenn er med i cupen. Stafett teller kun i lagkonkurransen.



### Poengberegning

#### Individuelle renn

10 år og yngre får 5 poeng for deltagelse i individuelle renn

- 11 år og eldre:
- 1 pl 10p
- 2 pl 7 p
- 3 pl 5 p
- 4 pl 4 p
- 5 pl 3 p
- 6 pl 2p
- øvrige 1 p

#### Stafetter

10 år og Mix lag yngre får 5 poeng for hver deltager i stafetten.

**Teller kun i lagkonkurransen.**

- 11 år og eldre:
- 1 pl 30 p
- 2 pl 20 p
- 3 pl 15 p
- 4 pl 10 p
- 5 pl 7 p
- 6 pl 5 p
- øvrige 3 p

#### Premiering:

Sammenlagt premiering

Lagkonkurransen, 3 beste klubber.

#### Individuelt:

Beste resultat i 7 av 10 renn teller dersom alle renn blir gjennomført. Hvis ikke alle renn blir gjennomført, kan dette tallet justert i forhold til antall renn.

Premie til alle som er 10 år og yngre som har deltatt i minst 5 renn.

Klubb	Poeng individuell	Poeng stafetter	Total poeng
Trøsken IL	936	0	936
Spydeberg IL	558	0	558
Moss SK	409	0	409
Tistedalen FL	299	0	299
Askim IF	219	0	219
Fredrikstad SK	178	0	178
Båstad IL, Ski	132	0	132
Mysen IF	106	0	106
Rømskog IL	100	0	100
Ørje IL	76	0	76
Varteig IL	74	0	74
Trøgstad skiklubb	52	0	52
Eidsberg IL	42	0	42
Aremark IF	29	0	29
Slitu IF	20	0	20
Halden SK	20	0	20
Skiptvet IL	19	0	19
Østbygda IL	6	0	6
Hærland IL	6	0	6
Trømborg IL			0
Gimle IL	7		
<b>Sum</b>	<b>3281</b>	<b>0</b>	<b>3281</b>

Antall starter individuell	Antall starter stafett	Totalt starter
168		
114		
69		
54		
53		
46		
31		
23		
14		
26		
19		
14		
5		
8		
4		
4		
3		
2		
2		2
1		
<b>659</b>	<b>0</b>	<b>659</b>

Regler man benytter når «alt er likt» , er at man da går på enkel plasseringer.

Eks: Hvem har flest førsteplasser, flest andreplasser osv

Der hvor to utøvere har samme poengsum etter dette er det siste renn som avgjør hvem som skal ha trøya.

#### Leder trøye

Klasse	Klubb
J11	
Maren Sølvberg	Spydeberg IL
G11	
Mats Lund Sjøen	Spydeberg IL
J12	
Elise Fredheim Simonsen	Trøsken IL
G12	
Marcus Dahl-Rismyhr	Trøsken IL
J13	
Emilie Lysaker Høgne	Rømskog IL
G13	
Simen Lundem	Trøsken IL
J14	
Liv Katrine Alvim Hesleskaug	Mysen IF
G14	
Herman Storm Segtnan	Moss SK
J15	
Kristina Bergquist	Rømskog IL
G15	
Martin Lund Sjøen	Spydeberg IL
J16	
Anna Maria Østbye	Mysen IF
G16	
Sondre Try Myrmel	Spydeberg IL
K17	
Frida Kullerud	Trøsken IL
K18	
Thea Maurtvedt	Slitu IF
K19/20	
Lise Emilie Nilsen	Trøsken IL
K35-49	
Susanne Andersen	Trøsken IL
M17	
Jan-Henrik Melbø	Spydeberg IL
M18	
Mathias Lønnestad Flaaten	Moss SK
M19/20	
Marius Svendsby	Tistedal FL
M21-34 ( Senior )	
Henning Pedersen	Moss SK
M35-49	
Paul Aksel Authen	Båstad IL, Ski

**Swenor cup 2016**

Klasse	klubb	Totalt Poeng	Antall Starter	Tellende Poeng x renn	
<b>J 9 og yngre</b>					
Minna Sofie Wingstedt	Tistedalen FL	25	5	25	Premiering
Agnes Helene Høyven Andersen	Tistedalen FL	20	4	20	Premiering
Helene Bekkevard	Tistedalen FL	20	4	20	Premiering
Anna Solberg	Spydeberg IL	20	4	20	Premiering
Marie Strøm Hasselgård	Askim IF	15	3	15	
Telma Fjeld	Ørje IL	15	3	15	
Ada Brandsrud	Ørje IL - ski	10	2	10	
Amalie Hansesæter Wiig	Aremark IF	5	1	5	
Nina Bromander Falkenbo	Moss Skiklubb	5	1	5	
Johanne Bjørk Urstad	Moss Skiklubb	5	1	5	
Marie Strøm Hasselgård	Askim IF	5	1	5	
Ingrid Agnalt Hjelbak	Trøsken IL	5	1	5	
Tonje Fredheim Lystad	Trøsken IL	5	1	5	
Nora Lundem	Trøsken IL	5	1	5	
Selma Moe Sævik	Båstad IL Ski	5	1	5	
Ella Syrrist	Moss Skiklubb	5	1	5	
<b>G 9 og yngre</b>					
Simen Sølvberg	Spydeberg IL	30	6	25	Premiering
Håkon Lillegraven Langsæter	Trøsken IL	20	4	20	Premiering
Oscar Christoffersen	Askim IF	20	4	20	Premiering
Thomas Fjeld Hansen	Spydeberg IL	15	3	15	
Fredrik Hesjedal-Tronstad	Spydeberg IL	15	3	15	
Benjamin Løvgren	Spydeberg IL	15	3	15	
Aksel Dalbye	Moss SK	10	2	10	
Ville Emil Wingstedt	Halden SK	10	2	10	
Leo Nordhagen	Askim IF	10	2	10	
Ola Vikhals	Trøsken IL	10	2	10	
Eskild Levorstad	Spydeberg IL	10	2	10	
Oliver Sandbæk-skjorten	Spydeberg IL	10	2	10	
Ville Emil Wingstedt	Halden SK	10	2	10	
Oscar Christoffersen	Askim IF	10	2	10	
Anders Nicolai Buer	Ørje IL - ski	10	2	10	
William Bergland Kvisler	Mysen IF	5	1	5	
Isak Emberland Falkø	Spydeberg IL	5	1	5	
Hans Thorvald Brandstorp	Tistedalen FL	5	1	5	
Martin Haugbro	Trøgstad SK, Ski	5	1	5	
Ludvig Aarum	Trøgstad SK, Ski	5	1	5	
Henrik Furseth	Spydeberg IL	5	1	5	
Håkon Lillegraven Langsæter	Trøsken IL	5	1	5	
Jonas Krog Støten	Skiptvedt IL	5	1	5	
Sondre Ruud Hladik	Trøsken IL	5	1	5	
Felix Ekeberg	Trøgstad SK Ski	5	1	5	
Julian Høisæther	Trøsken IL	5	1	5	
Jens Halvard Larsen	Tistedal FL	5	1	5	
Magnus Gjerstad Sjødin	Trøsken IL	5	1	5	
Andreas Ruud Hladik	Trøsken IL	5	1	5	
<b>J10</b>					
Marte Lillegraven Langsæter	Trøsken IL	30	6	25	Premiering
Signe Christoffersen	Askim IF	30	6	25	Premiering
Julie Bråthen	Trøsken IL	25	5	25	Premiering
Andrea Pedersen Narmo	Moss SK	20	4	20	Premiering
Othilie Segtnan	Moss SK	20	4	20	Premiering
Oda Bromander Falkenbo	Moss SK	15	3	15	
Aurora Solberg Braathen	Moss SK	15	3	15	
Rebecka Løvgren	Spydeberg IL	10	2	10	
Malin Sørtorp Solberg	Østbygda IL	5	1	5	

Yiva Lykke Refsgaard	Trøsken IL	5	1	5
Caroline Svartedal Aasen	Trøsken IL	5	1	5
Anne Nordseth Vikhals	Moss SK	5	1	5

### G10

Knut Ole Simonsen	Trøsken IL	30	6	25	Premiering
Oskar Haakaas	Båstad IL Ski	25	5	25	Premiering
Mats Wold	Trøsken IL	20	4	20	Premiering
Sander Haakaas	Trøgstad SK-Ski	20	4	20	Premiering
Nikolai Farbrot	Trøsken IL	15	3	15	
Vegard Stærk	Trøsken IL	15	3	15	
Sondre Signebøen	Tistedalen FL	10	2	10	
Mathias Myhrer	Båstad IL, Ski	10	2	10	
Anton Buer	Ørje IL - ski	5	1	5	
Daniel Røyneberg	Trøsken IL	5	1	5	
Ane Vikhals	Trøsken IL	5	1	5	
William Haave	Trøgstad SK-Ski	5	1	5	
Tobias Repstad Andersen	Moss SK	5	1	5	
Sander Fløgstad	Moss SK	5	1	5	
Fredrik Kjær	Moss SK	5	1	5	
Mats Wold	Trøsken IL	5	1	5	

### J11

Tora Rønneberg Weng	Eidsberg IL	42	5	42	Premiering
Maren Sølvsberg	Spydeberg IL	43	6	38	Premiering
Ingrid Elise Kullerud	Trøsken IL	42	6	38	Premiering
Elma Sagli Gudim	Askim IF	16	5	16	Premiering
Sara Strøm Hasselgård	Askim IF	11	5	11	Premiering
Anna Lystad	Trøsken IL	10	5	10	Premiering
Julie Brennås	Varteig IL	10	4	10	Premiering
Kristine Riiser	Askim IF	4	4	4	Premiering
Hanna Gurine Bergland	Mysen IF	8	2	8	
Ane Jaavall Skår	Ørje IL	4	3	4	
Maren Authen	Båstad IL - ski	4	1	4	
Lovise Brandsrud	Ørje IL - ski	3	2	3	
Sara Syrrist	Moss SK	1	1	1	

### G11

Mats Lund Sjøen	Spydeberg IL	60	6	50	Premiering
Liam Viggo Wingstedt	Tistedalen FL	31	5	26	Premiering
Per Morten Finstad	Tistedalen FL	20	5	20	Premiering
Christian Alexander Saxegaard Klunck	Fredrikstad SK	19	5	19	Premiering
William Rusvik Engebretsen	Trøsken IL	11	6	10	Premiering
Andreas Olsen Tomta	Trøsken IL	6	4	6	Premiering
Martin Haakaas	Båstad IL, Ski	4	4	4	Premiering
Martinus Pedersen	Moss SK	18	3	18	
Håkon Johansen	Spydeberg IL	15	3	15	
Aksel Aarum	Trøgstad SK - Ski	7	3	7	
Herman Hesjedal-Tronstad	Spydeberg IL	3	3	3	
Jonas Furseth	Spydeberg IL	3	1	3	
Henrik Julian Aarbu	Varteig IL	2	1	2	
Karl Filip Bergland Kvisler	Mysen IF	1	1	1	
Karsten Buer	Ørje IL - ski	1	1	1	
Jesper Sørstrand	Trøsken IL	1	1	1	
Jacob Erøy	Hærland IL	1	1	1	
Jo Bjørge Engen	Mysen IF	1	1	1	
Ludik Staås	Mysen IF	1	1	1	
Magnus Herje Strømme	Moss SK	1	1	1	
Emre Daniel Özkan	Moss SK	1	1	1	
Harald Mathiesen	Moss SK	1	1	1	

**J12**

Elise Fredheim Simonsen	Trøsken IL	49	6	44	Premiering
Nora Bråthen	Trøsken IL	26	5	26	Premiering
Tuva Fjeld	Ørje IL	18	4	18	Premiering
Karin Dalbye	Moss SK	30	3	30	
Astrid Stigen	Fredrikstad SK	17	3	17	
Josefine Haakaas	Båstad IL, Ski	12	3	12	
Mina Jakobsen	Varteig IL	8	2	8	
Johanna Røyneberg	Trøsken IL	4	1	4	
Charlotte Svartedal Aasen	Trøsken IL	4	1	4	
Anne Toril Bjørk Kvarsnes	Moss SK	2	1	2	

**G12**

Marcus Dahl-Rismyhr	Trøsken IL	50	5	50	Premiering
Trym Lien	Spydeberg IL	36	5	36	Premiering
Anders Bekkevard	Tistedalen FL	28	5	28	Premiering
Kristoffer Andresen	Spydeberg IL	24	6	22	Premiering
Jacob Svarød	Aremark IF	23	6	21	Premiering
Håkon Melbø	Spydeberg IL	9	3	9	
Julian Teige Haakaas	Trøgstad SK - Ski	5	3	5	
Peder Gjønnes	Spydeberg IL	4	3	4	
Nicolai Mosling	Spydeberg IL	3	3	3	
Mathias Johannessen	Moss SK	5	2	5	
Jonathan Løvgren	Spydeberg IL	4	2	4	
Jesper Meistad Hermansen	Fredrikstad SK	2	2	2	
Daniel Dunlop	Trøsken IL	2	1	2	
Espen Tveten	Spydeberg IL	1	1	1	
Håkon Hansesæter Wiig	Aremark IF	1	1	1	
Martin Sørtp Solberg	Østbygda IL	1	1	1	
Mathis Buer	Ørje IL - ski	1	1	1	
Mathias Holmskau	Trøsken IL	1	1	1	
Christian Glåmseter	Fredrikstad SK	1	1	1	
Herman Holm	Askim IF	1	1	1	
Martin Aandstad	Askim IF	1	1	1	
Mads Eriksen	Trøsken IL	1	1	1	

**J13**

Emilie Lysaker Høgne	Rømskog IL	52	6	47	Premiering
Sara Christoffersen	Askim IF	46	6	41	Premiering
Sofie Eide Sulusnes	Varteig IL	30	6	27	Premiering
Ane Bakke	Varteig IL	24	6	21	Premiering
Elida Sagli Gudim	Askim IF	8	2	8	
Iben Astrid Høyven Andersen	Tistedalen FL	8	2	8	

**G13**

Simen Lundem	Trøsken IL	50	5	50	Premiering
Jonatan Skjager Sukke	Trøsken IL	45	6	38	Premiering
Marius Fjeld Hansen	Spydeberg IL	13	4	13	Premiering
Storm Bjelland	Trøsken IL	17	3	17	
Amund Stærk	Trøsken IL	10	3	10	
Vetle Try Myrmel	Spydeberg IL	6	3	6	
Hans Peder Bergland	Mysen IF	6	2	6	
Nils Oscar Buer	Ørje IL	4	2	4	
Trym Østbye	Mysen IF	2	2	2	
Sebastian Engen	Mysen IF	5	1	5	
Martin Bolstad Olsen	Mysen IF	5	1	5	
Eirik Morland	Tistedalen FL	4	1	4	
Sebastian Engen	Mysen IF	4	1	4	
Peder Aabogen Haugaard	Askim IF	1	1	1	

**J14**

Liv Katrine Alvim Hesleskaug	Mysen IF	32	5	32	Premiering
Karin Selma Larsen	Tistedalen FL	24	4	24	Premiering
Mia Authen	Båstad IL Ski	30	3	30	
Elsa Dalbye	Moss SK	27	3	27	
Marthe Lysaker	Slitu IF	10	3	10	
Ingrid Høgne	Rømskog IL	9	3	9	
Sara Røyneberg	Trøsken IL	8	3	8	
Laura Sundby	Trøsken IL	6	2	6	
Martine Riiser	Askim IF	5	1	5	

**G14**

Johannes Lønnestad Flaaten	Moss SK	40	4	40	Premiering
Herman Storm Segtnan	Moss SK	45	6	38	Premiering
Ole Andreas Saxegaard Klund	Fredrikstad SK	21	5	21	Premiering
Jens Nikolai Haakaas	Båstad IL, Ski	19	5	19	Premiering
Oddvar Grepperud	Spydeberg IL	14	6	13	Premiering
Eskil Refsgaard	Trøsken IL	13	4	13	Premiering
Ole Sofus Haakaas	Båstad IL, Ski	10	5	10	Premiering
Martin Erøy Sandberg	Spydeberg IL	8	6	7	Premiering
Ola Sander Martinsen	Trøsken IL	5	4	5	Premiering
Olai Westgaard	Ørje IL	3	3	3	
Jakob Gløersen	Fredrikstad SK	15	2	15	
Erik Mjølnørød	Tistedalen FL	6	2	6	
Ole Jakob Høgaas Eide	Ørje IL	2	2	2	
Torjus Svenneby	Båstad IL ski	3	1	3	

**J15**

Kristina Bergquist	Rømskog IL	17	2	17
Martine Eldre Svendsby	Tistedalen FL	17	2	17

**G15**

Martin Lund Sjøen	Spydeberg IL	43	6	40	Premiering
Oscar Reiersen	Trøsken IL	33	5	33	Premiering
Aksel Aimar Gundersen	Moss SK	18	5	18	Premiering
Elias Røyneberg	Trøsken IL	8	4	8	Premiering
Peder Nytrøen Steimoen	Trøsken IL	24	3	24	
Petter Seland	Fredrikstad SK	6	3	6	
Andreas Bergsland	Trøsken IL	20	2	20	
Erik Stigen	Fredrikstad SK	9	2	9	
Sigvart Eugen Bergland	Mysen IF	9	2	9	
Emil Johansen	Spydeberg IL	3	1	3	
Marius Christoffersen	Askim IF	1	1	1	
Jørgen Sandhaug	Fredrikstad SK	1	1	1	

**J16**

Sirianne Carlsen Rymoen	Moss SK	27	3	27	
Anna Maria Østbye	Mysen IF	27	3	27	

**G16**

Sondre Try Myrmel	Spydeberg IL	38	6	36	Premiering
Philip Drivenes	Fredrikstad SK	20	6	19	Premiering
Erlend Gran Lunder	Trøsken IL	19	4	19	Premiering
Filip Glittenberg Holt	Tistedalen FL	17	2	17	
Asbjørn Lund Onsaker	Trøsken IL	16	3	16	
Tobias Olufsen Børud	Askim IF	16	3	16	
Johan Unneberg	Tistedalen FL	12	2	12	
Amund Korsæth	Trøsken IL	10	1	10	
Øivind Tøger Mo	Tistedalen FL	9	2	9	
Jørgen Greibesland	Askim IF	7	3	7	
Fredrik Gudheim Haraldstad	Trøsken IL	4	1	4	
Henrik Lunde Guterud	Moss SK	3	1	3	
Magnus Horgen	Tistedalen FL	1	1	1	

**K17**

Frida Kullerud	Trøsken IL	47	5	47	Premiering
Marte Bergsland	Trøsken IL	26	4	26	Premiering
Henriette Frølich-Olsen	Fredrikstad SK	15	2	15	

**K18**

Thea Maurtvedt	Slitu IF	10	1	10	
Agnes Lusti	Spydeberg IL	7	1	7	



<b>K19/20</b>					
Lise Emilie Nielsen	Trøsken IL	44	5	44	Premiering
Julie Synnøve Ensrud	Trøsken IL	20	2	20	
Johanne Lied Meyer	Askim IF	12	2	12	

### **K Senior 35-49**

#### **M17**

Jan-Henrik Melbø	Spydeberg IL	27	3	27
Mads Arnesen	Fredrikstad SK	13	3	13
Ulrik W Koren	Moss SK	10	3	10
Bendik Blom Olrud	Fredrikstad SK	9	3	9
Petter Stokkeland	Tistedalen FL	17	2	17
Thomas Strand Eidsnes	Spydeberg IL	11	2	11
Tobias Olsen	Fredrikstad SK	9	2	9
Jørgen Stigen	Fredrikstad SK	8	2	8
Herman Gløersen	Fredrikstad SK	7	2	7
Simen Meistad Hermansen	Fredrikstad SK	6	2	6

#### **M18**

Mathias Lønnestad Flaaten	Moss SK	35	5	35	Premiering
Daniel Bergquist	Rømskog IL	22	3	22	
Kristian Fridtjof Funderud	Trøsken IL	15	3	15	
Sindre Johansen	Spydeberg IL	17	2	17	
Endre Georg Svendsen	Trøsken IL	15	2	15	
Ole Haldor Ensrud	Trøsken IL	7	1	7	

#### **M19/20**

Marius Svendsby	Tistedalen FL	20	2	20
-----------------	---------------	----	---	----

#### **M Senior**

Henning Pedersen	Moss SK	30	3	30
Håkon Fredriksen Agnalt	Trøsken IL	20	2	20
Sindre Odberg Palm	Spydeberg IL	10	1	10
Martin Thon	Skiptvet IL	7	1	7
Mads Skipanes	Trøsken IL	7	1	7
Vetle Juliussen	Lyn Ski - Ski	5	1	5
Thomas Gjestrumbakken	Spydeberg IL	4	1	4
Thorstein Molle	Spydeberg IL	3	1	3

#### **Menn V 35-49**

Paul Aksel Authen	Båstad IL	10	1	10
Ronny Bråten	Spydeberg IL	10	1	10
Jarle Thon	Skiptvet IL	7	1	7
Bredo Glomsrød	Gimle IF	7	1	7
Per Kristian Skaarer	Hærland IL	5	1	5
Frode Myrmel	Spydeberg IL	4	1	4

**Totalt poeng**

**Swenor cup 2016**

Klasse	klubb	KM Spydeberg Klassisk 16.jan	KM Ørje Fri Sprint 17.jan	Trøskenklassikeren Klassisk 23.jan	Askim IF Fri 30.jan	Båstad IL Ski	Moss Skiklubb 13.feb	Totalt Poeng	Antall Starter	Tellende Poeng 7 renn
<b>J 8 år</b>										
Amalie Hansesæter Wiig	Aremark IF	5						5	1	5
Marie Strøm Hasselgård	Askim IF	5			5		5	15	3	15
Nina Bromander Falkenbo	Moss SK						5	5	1	5
Johanne Bjørk Urstad	Moss SK						5	5	1	5
								0	0	0
<b>G 8 år</b>										
Thomas Fjeld Hansen	Spydeberg IL	5				5	5	15	3	15
William Bergland Kvisler	Mysen IF	5						5	1	5
Aksel Dalbye	Moss SK	5					5	10	2	10
Håkon Lillegraven Langsæter	Trøsken IL	5			5	5	5	20	4	20
Oscar Christoffersen	Askim IF	5			5	5	5	20	4	20
Isak Emberland Falkø	Spydeberg IL	5						5	1	5
Ville Emil Wingstedt	Halden SK	5				5		10	2	10
Hans Thorvald Brandstorp	Tistedal FL				5			5	1	5
Leo Nordhagen	Askim IF				5		5	10	2	10
Ola Vikhals	Trøsken IL				5		5	10	2	10
Martin Haugbro	Trøgstad SK, Ski					5		5	1	5
Ludvig Aarum	Trøgstad SK, Ski					5		5	1	5
								0	0	0
								0	0	0
<b>J 9 år</b>										
Agnes Helene Høyven Andersen	Tistedal FL	5	5		5	5		20	4	20
Helene Bekkevard	Tistedal FL	5	5			5	5	20	4	20
Telma Fjeld	Ørje IL	5	5	5				15	3	15
Minna Sofie Wingstedt	Tistedal FL	5	5	5		5	5	25	5	25
Anna Solberg	Spydeberg IL	5	5	5		5	5	20	4	20
Marie Strøm Hasselgård	Askim IF	5	5					5	1	5
Ada Brandsrud	Ørje IL		5			5		10	2	10
Ingrid Agnalt Hjelbak	Trøsken IL			5				5	1	5
Tonje Fredheim Lystad	Trøsken IL			5				5	1	5
Nora Lundem	Trøsken IL				5			5	1	5
Selma Moe Sævik	Båstad IL, Ski					5		5	1	5
Ella Syrrist	Moss SK						5	5	1	5
								0	0	0
								0	0	0
								0	0	0
<b>G 9 år</b>										
Eskild Levorstad	Spydeberg IL	5			5			10	2	10
Oliver Sandbæk-skjørten	Spydeberg IL	5			5			10	2	10
Fredrik Hesjedal-Tronstad	Spydeberg IL	5		5	5			15	3	15
Simen Sølberg	Spydeberg IL	5	5	5	5	5	5	30	6	30
Henrik Furseth	Spydeberg IL	5						5	1	5
Benjamin Løvgren	Spydeberg IL	5		5		5		15	3	15
Ville Emil Wingstedt	Halden SK		5	5				10	2	10
Håkon Lillegraven Langsæter	Trøsken IL		5					5	1	5
Oscar Christoffersen	Askim IF		5	5				10	2	10
Anders Nicolai Buer	Ørje IL		5		5			10	2	10
Jonas Krog Støten	Skiptvedt IL			5				5	1	5

Sondre Ruud Hladik	Trøsken IL							5		1	5
Felix Ekeberg	Trøgstad SK, Ski							5		1	5
Julian Høisæther	Trøsken IL							5		1	5
Jens Halvard Larsen	Tistedal FL							5		1	5
Magnus Gjerstad Sjødin	Trøsken IL							5		1	5
Andreas Ruud Hladik	Trøsken IL							5		1	5
										0	0
										0	0
										0	0
										0	0

### J10

Rebecka Løvgren	Spydeberg IL	5						5		2	10
Andrea Pedersen Narmo	Moss SK	5		5				5		4	20
Malin Sørtorp Solberg	Østbygda IL	5						5		1	5
Marte Lillegraven Langsæter	Trøsken IL	5	5	5	5	5	5	30		6	30
Signe Christoffersen	Askim IF	5	5	5	5	5	5	30		6	30
Julie Bråthen	Trøsken IL		5	5	5	5	5	25		5	25
Ylva Lykke Refsgaard	Trøsken IL			5				5		1	5
Othilie Segtnan	Moss SK			5	5	5	5	20		4	20
Oda Bromander Falkenbo	Moss SK				5	5	5	15		3	15
Caroline Svartedal Aasen	Trøsken IL							5		1	5
Aurora Solberg Braathen	Moss SK				5	5	5	15		3	15
Anne Nordseth Vikhals	Moss SK						5	5		1	5
								0		0	0
								0		0	0

### G10

Knut Ole Simonsen	Trøsken IL	5	5	5	5	5	5	30		6	30
Mats Wold	Trøsken IL	5	5	5	5			20		4	20
Nikolai Farbrot	Trøsken IL	5	5	5				15		3	15
Oskar Haakaas	Båstad IL, Ski	5	5	5	5	5		25		5	25
Anton Buer	Ørje IL		5					5		1	5
Vegard Stærk	Trøsken IL		5			5	5	15		3	15
Sondre Signebøen	Tistedal FL		5			5		10		2	10
Daniel Røyneberg	Trøsken IL			5				5		1	5
Sander Haakaas	Trøgstad SK, Ski			5	5	5	5	20		4	20
Mathias Myhrer	Båstad IL, Ski			5			5	10		2	10
Ane Vikhals	Trøsken IL				5			5		1	5
William Haave	Trøgstad SK, Ski					5		5		1	5
Tobias Repstad Andersen	Moss SK						5	5		1	5
Sander Fløgstad	Moss SK						5	5		1	5
Fredrik Kjær	Moss SK						5	5		1	5
Mats Wold	Trøsken IL						5	5		1	5

### J11

Maren Sjølvberg	Spydeberg IL	7	10	7	5	7	7	43		6	43
Ingrid Elise Kullerud	Trøsken IL	5	5	10	7	10	5	42		6	42
Tora Rønneberg Weng	Eidsberg IL	10	7		10	5	10	42		5	42

Elma Sagli Gudim	Askim IF	3	3	5	2	3		16	5	16
Sara Strøm Hasselgård	Askim IF	1	1		1	4		11	5	11
Anna Lystad	Trøsken IL	1	2	4	1		2	10	5	10
Julie Brennås	Varteig IL			3	3	1	3	10	4	10
Hanna Gurine Bergland	Mysen IF	4			4			8	2	8
Maren Authen	Båstad IL, Ski		4					4	1	4
Kristine Riiser	Askim IF	1	1		1		1	4	4	4
Ane Jaavall Skår	Ørje IL	2				1	1	4	3	4
Lovise Brandsrud	Ørje IL		1				2	3	2	3
Sara Syrrist	Moss SK						1	1	1	1

### G11

Mats Lund Sjøen	Spydeberg IL	10	10	10	10	10	10	60	6	60
Liam Viggo Wingstedt	Tistedal FL	7	7	5		5	7	31	5	31
Per Morten Finstad	Tistedal FL	2	3	7		3	5	20	5	20
Christian Alexander Saxegaard Klund	Fredrikstad SK	4	4	4		4	3	19	5	19
Martinus Pedersen	Moss SK				7	7	4	18	3	18
Håkon Johansen	Spydeberg IL	5	5		5			15	3	15
William Rusvik Engebretsen	Trøsken IL	1	2	2	4	1	1	11	6	11
Aksel Aarum	Trøgstad SK, Ski				3	2	2	7	3	7
Andreas Olsen Tomta	Trøsken IL	1		3		1	1	6	4	6
Martin Haakaas	Båstad IL, Ski	1	1		1	1		4	4	4
Jonas Furseth	Spydeberg IL	3						3	1	3
Herman Hesjedal-Tronstad	Spydeberg IL	1		1	1			3	3	3
Henrik Julian Aarbu	Varteig IL				2			2	1	2
Karl Filip Bergland Kvisler	Mysen IF	1						1	1	1
Karsten Buer	Ørje IL		1					1	1	1
Jesper Sørstrand	Trøsken IL			1				1	1	1
Jacob Erøy	Hærland IL				1			1	1	1
Jo Bjørge Engen	Mysen IF					1		1	1	1
Ludik Staås	Mysen IF					1		1	1	1
Magnus Herje Strømme	Moss SK						1	1	1	1
Emre Daniel Özkan	Moss SK						1	1	1	1
Harald Mathiesen	Moss SK						1	1	1	1

### J12

Elise Fredheim Simonsen	Trøsken IL	5	7	10	10	10	7	49	6	49
Karin Dalbye	Moss SK	10	10				10	30	3	30
Nora Bråthen	Trøsken IL		2	7	7	5	5	26	5	26
Tuva Fjeld	Ørje IL	4	4	5			5	18	4	18
Astrid Stigen	Fredrikstad SK	7	3			7		17	3	17
Josefine Haakaas	Båstad IL, Ski	3	5			4		12	3	12
Mina Jakobsen	Varteig IL				5		3	8	2	8
Johanna Røyneberg	Trøsken IL			4				4	1	4
Charlotte Svartedal Aasen	Trøsken IL				4			4	1	4
Anne Toril Bjørk Kvarnes	Moss SK						2	2	1	2

### G12

Marcus Dahl-Rismyhr	Trøsken IL	10	10		10	10	10	50	5	50
Trym Lien	Spydeberg IL	7	7	10	5	7		36	5	36
Anders Bekkevard	Tistedal FL	5	4	7	7	5		28	5	28

Kristoffer Andresen	Spydeberg IL	2	3	4	4	4	7	24	6	24
Jacob Svarød	Aremark IF	3	5	5	2	3	5	23	6	23
Håkon Melbø	Spydeberg IL	4		2	3			9	3	9
Julian Teige Haakaas	Trøgstad SK, Ski			1		1	3	5	3	5
Mathias Johannessen	Moss SK				1		4	5	2	5
Jonathan Løvgren	Spydeberg IL	1		3				4	2	4
Peder Gjønnes	Spydeberg IL				1	1	2	4	3	4
Nicolai Mosling	Spydeberg IL	1		1	1			3	3	3
Daniel Dunlop	Trøsken IL		2					2	1	2
Jesper Meistad Hermansen	Fredrikstad SK	1			1			2	2	2
Espen Tveten	Spydeberg IL	1						1	1	1
Håkon Hansesæter Wiig	Aremark IF	1						1	1	1
Martin Søtorp Solberg	Østbygda IL	1						1	1	1
Mathis Buer	Ørje IL		1					1	1	1
Mathias Holmskau	Trøsken IL			1				1	1	1
Christian Glåmseter	Fredrikstad SK			1				1	1	1
Herman Holm	Askim IF				1			1	1	1
Martin Aandstad	Askim IF				1			1	1	1
Mads Eriksen	Trøsken IL			1				1	1	1

### J13

<b>Emilie Lysaker Høgne</b>	Rømskog IL	10	5	10	7	10	10	52	6	52
Sara Christoffersen	Askim IF	7	10	7	10	7	5	46	6	46
Sofie Eide Sulusnes	Varteig IL	3	7	5	3	5	7	30	6	30
Ane Bakke	Varteig IL	4	4	4	5	3	4	24	6	24
Elida Sagli Gudim	Askim IF	5	3					8	2	8
Iben Astrid Høyven Andersen	Tistedal FL				4	4		8	2	8
								0	0	0
								0	0	0
								0	0	0
								0	0	0
								0	0	0
								0	0	0
								0	0	0
								0	0	0

### G13

<b>Simen Lundem</b>	Trøsken IL	10	10		10	10	10	50	5	50
Jonatan Skjager Sukke	Trøsken IL	7	7		7	7	7	45	6	45
Storm Bjelland	Trøsken IL	5		10	7		5	17	3	17
Marius Fjeld Hansen	Spydeberg IL	3			3	3	4	13	4	13
Amund Stærk	Trøsken IL		5		2		3	10	3	10
Vette Try Myrnel	Spydeberg IL	4			1	1		6	3	6
Hans Peder Bergland	Mysen IF				4	2		6	2	6
Sebastian Engen	Mysen IF				5			5	1	5
Martin Bolstad Olsen	Mysen IF					5		5	1	5
Eirik Morland	Tistedal FL		4					4	1	4
Nils Oscar Buer	Ørje IL		3		1			4	2	4
Sebastian Engen	Mysen IF					4		4	1	4
Trym Østbye	Mysen IF				1	1		2	2	2
Peder Aabogen Haugaard	Askim IF					1		1	1	1

0

<b>J14</b>										0
<b>Liv Katrine Alvim Hesleskaug</b>	Mysen IF	5	5	5	10	7	32	5	32	
Mia Authen	Båstad IL, Ski		10	10	10		30	3	30	
Elsa Dalbye	Moss SK	10	7			10	27	3	27	
Karin Selma Larsen	Tistedal FL	7	3	7	7		24	4	24	
Marthe Lysaker	Slitu IF	2	1		7		10	3	10	
Ingrid Høgne	Rømskog IL	4	1	4			9	3	9	
Sara Røyneberg	Trøsken IL	3	2	3			8	3	8	
Laura Sundby	Trøsken IL		4	2			6	2	6	
Martine Riiser	Askim IF				5		5	1	5	

<b>G14</b>										
<b>Herman Storm Segtnan</b>	Moss SK	7	7	10	7	7	7	45	6	45
Johannes Lønnestad Flaaten	Moss SK		10		10	10	10	40	4	40
Ole Andreas Saxegaard Klund	Fredrikstad SK	5	1	7	4	4		21	5	21
Jens Nikolai Haakaas	Båstad IL, Ski	4	2	5	3	5		19	5	19
Jakob Gløersen	Fredrikstad SK	10	5					15	2	15
Oddvar Grepperud	Spydeberg IL	2	1	1	2	3	5	14	6	14
Eskil Refsgaard	Trøsken IL	1	4	4			4	13	4	13
Ole Sofus Haakaas	Båstad IL, Ski	1	1	1	5	2		10	5	10
Martin Erøy Sandberg	Spydeberg IL	1	1	1	1	1	3	8	6	8
Erik Mjølnerød	Tistedal FL	3	3					6	2	6
Ola Sander Martinsen	Trøsken IL	1	1	2		1		5	4	5
Olai Westgaard	Ørje IL	1	1	1				3	3	3
Torjus Svenneby	Båstad IL, Ski			3				3	1	3
Ole Jakob Høgaas Eide	Ørje IL				1	1		2	2	2

<b>J15</b>										0
<b>Kristina Bergquist</b>	Rømskog IL	7	10				17	2	17	
Martine Eldre Svendsby	Tistedal FL	10	7				17	2	17	

<b>G15</b>										0
<b>Martin Lund Sjøen</b>	Spydeberg IL	3	3	7	10	10	10	43	6	43
Oscar Reiersen	Trøsken IL	4	5	10		7		33	5	33
Peder Nytrøen Steimoen	Trøsken IL	7	7				10	24	3	24
Andreas Bergsland	Trøsken IL	10	10					20	2	20
Aksel Aimar Gundersen	Moss SK	1	2	5		5	5	18	5	18
Erik Stigen	Fredrikstad SK	5	4					9	2	9
Sigvart Eugen Bergsland	Mysen IF	2			7			9	2	9
Elias Røyneberg	Trøsken IL	1	1	2			4	8	4	8
Petter Seland	Fredrikstad SK	1	1	4				6	3	6
Emil Johansen	Spydeberg IL			3				3	1	3



**K Veteran**0  
0  
0  
0**M17**

Jan-Henrik Melbø	Spydeberg IL	10	7	10			27	3	27
Petter Stokkeland	Tistedal FL	7	10				17	2	17
Mads Arnesen	Fredrikstad SK	2	1		10	10	13	3	13
Thomas Strand Eidsnes	Spydeberg IL		1				11	2	11
Ulrik W Koren	Moss SK	1	2	7			10	3	10
Tobias Olsen	Fredrikstad SK	5	4				9	2	9
Bendik Blom Olrud	Fredrikstad SK	1	1			7	9	3	9
Jørgen Stigen	Fredrikstad SK	3	5				8	2	8
Herman Gløersen	Fredrikstad SK	4	3				7	2	7
Simen Meistad Hermansen	Fredrikstad SK		1	5			6	2	6
							0	0	0

**M18**

Mathias Lønnestad Flaaten	Moss SK	4	4	10	7	10	35	5	35
Daniel Bergquist	Rømskog IL	7	5		10		22	3	22
Sindre Johansen	Spydeberg IL	10		7			17	2	17
Kristian Fridtjof Funderud	Trøsken IL		3		5	7	15	3	15
Endre Georg Svendsen	Trøsken IL	5	10				15	2	15
Ole Haldor Ensrud	Trøsken IL		7				7	1	7

**M19/20**

Marius Svendsby	Tistedal FL	10	10				20	2	20
							0	0	0

**Menn Senior**

Henning Pedersen	Moss SK			10	10	10	30	3	30
Håkon Fredriksen Agnalt	Trøsken IL		10	10			20	2	20
Sindre Odberg Palm	Spydeberg IL	10					10	1	10
Martin Thon	Skiptvedt IL	7					7	1	7
Mads Skipanes	Trøsken IL			7			7	1	7
Thomas Gjestrumbakken	Spydeberg IL	4					4	1	4
Thorstein Molle	Spydeberg IL	3					3	1	3
							0		

**M Veteran 35-49**

Paul Aksel Authen	Båstad IL, Ski			10			10	1	10
Ronny Bråten	Spydeberg IL	10					10	1	10
Jarle Thon	Skiptvedt IL	7					7	1	7
Bredo Glomsrød	Gimle IF			7			7	1	7
Per Kristian Skaarer	Hærland IL	5					5	1	5
Frode Myrmel	Spydeberg IL	4					4	1	4