

SMÅTEMPOER 25.JUNI 2009

Start ved ROVE

25.jun

					2,5km	5km	2,5km =	10km
NR:	Etternavn:	Fornavn:	Klubb:	Klasse:	TID:	TID:	TID:	TOTALTID
1	Oddli	Anders	Orkla CK	M 15-16	3.19	7.07	3.32	13.58
2	Ekren	Thomas	Gauldal SK	M 13-14	3.27	7.12	3.33	14.12
3	Kjøren	Brage	Orkla CK	M 40-49	3.33	7.18	3.35	14.26
4	Blekkán	Simen	Orkla CK	M 20-29	3.31	7.30	3.37	14.38
5	Bergsmyr	Johnny	Orkla CK	M 40-49	3.41	7.38	3.47	15.04
6	Eidsli	Andreas	Gauldal SK	M 15-16	3.35	7.39	3.51	15.05
7	Romundstad	Thomas	Orkla CK	M 30-39	3.40	7.38	3.50	15.08
8	Sletta	Martin	Gauldal SK	M 15-16	3.48	7.53	4.00	15.41
8	Asphaug	Thomas	Gauldal SK	M 13-14	3.45	8.00	3.58	15.43
10	Fløttum	Jan Harald	Orkla CK	M 40-49	3.49	8.02	3.59	15.50
11	Mardahl	Geir	Orkla CK	M 40-49	3.45	8.23	3.55	16.03
12	Sandvei	Eskil	Gauldal SK	M 13-14	3.52	8.20	3.57	16.09
13	Solem	Lise	Orkla CK	K 30-39	4.04	8.44	4.17	17.05
14	Oddli	Trine	Orkla CK	K 13-14	4.06	8.46	4.16	17.08
15	Overland	Olav	Orkla CK	M 30-39	4.11	8.50	4.15	17.16
16	Lund	Martin	Orkla CK	M 11-12	4.11	8.52	4.24	17.27

Første tempo ble kjørt 2,5km uten vendemål.

Andre tempo gikk fra målet tempo 1, vendemål start tempo 1, og tilbake, totalt 5km

Tredje tempo gikk 2,5km tilbake igjen uten vendemål.