

							
			ØSTFOLD FRIDRETTSKRETS				
	Klubb :		Fredrikstad IF				
			Lagserie gutter og jenter 11-19 år	2023			
			(Tyrvingtabellen legges til grunn)				
	Gruppe	Alder	Utøver	Øvelse	Resultat	Sted/dato	Poeng
	Løp	17	Dina Rosenvinge Aasen	60m	7,49	Tyrvinglekene, 11.02.2023	1137
		15	Carl Henrik Breigan	100m	11,44	Fana UM2023, 08.09.2023	1086
		15	Carl Henrik Breigan	200m	23,06	Jessheim, 11.08.2023	1079
		17	Dina Rosenvinge Aasen	200m	24,95	Tyrvinglekene, 12.02.2023	1074
	Hopp	19	Ida Andrea Breigan	Lengde	6,30	Bislett, 23.07.2023	1126
		17	Dina Rosenvinge Aasen	Lengde u.t.	2,73	Bærum NM, 19.02.2023	1066
		18	Jamila Isman	Høyde u.t.	1,41	Bærum NM, 18.02.2023	1038
		19	Ida Andrea Breigan	Lengde u.t.	2,70	Bærum NM, 19.02.2023	1024
	Kast	18	Jamila Isman	Kule 4,0 kg	11,63	Jerusalem EM, 07.08.2023	1006
		14	Henrik Elias Karlsen	Spyd 600 gram	38,34	Rjukan, 03.09.2023	846
		18	Jamila Isman	Spyd 600 gram	35,56	Jerusalem EM, 07.08.2023	839
		13	Nora Heiberg-Auberg	Kule 2,0 kg	8,17	Sarpsborg, 19.08.2023	770
	Valgfritt	19	Ida Andrea Breigan	200m	24,73	Tyrvinglekene, 16.06.2023	1063
		19	Ida Andrea Breigan	60m	7,67	Ullsteinvik UM, 04.03.2023	1062
		18	Jamila Isman	200m	24,92	Jerusalem EM, 07.08.2023	1060
		18	Jamila Isman	100m hekk	14,37	Jessheim NM, 08.07.2023	1053
		18	Jamila Isman	400m hekk	61,34	Sandnes NMjr, 26.08.2023	1052
		14	Thor Adam Morados Alfheim	100m	12,05	Tønsberg, 13.05.2023	1051
		14	Thor Adam Morados Alfheim	60m	7,56	Bærum, 25.11.2023	1051
		18	Jamila Isman	400m	56,20	Fana UM2023, 08.09.2023	1049
			Totalt	20 øvelser			20532
	Dato:		20.01.2024				
	Utfylt av:		Egil Holme/Ulf Reffsgaard				

[illegible]