

TRENINGSGRUPPE 1		Marius Pytten			
Etternavn	Fornavn	Klubb	Klasse	E-post	Telefon
Baklid	Jenny	Konnerud IL	D16	isaheg@online.no	
Bergset	Elias	IL Vetem	H16	abergset64@gmail.com	91833101, 57875658
Dirro	Carmen	Måren OK	D16	kdb@spk.no	
Gjestvang	Håvard	OL Toten-Troll	H16	erlend.slokvik@olympiatoppen.no	
Harkinn	Morten Aleksander	Ringsaker OK	H16	jon-anders.bordal@online.no	481 73 401
Hauge	Malin	Hisøy OK	D16	malin-hauge1@hotmail.no	95368630
Jomaas	Karen Hoel	Fossum IF	D16	christian.jomaas@pareto.no	
Jørgensen	Kristoffer	Haugesund IL Orientering	H16	helge.jorgensen@westcon.no	
Kolstad	Jo Even	Freidig	H16	svein.t.kolstad@sintef.no	95482751, 72560907
Kregnes	Silje	Kristiansand OK	D16	asle.kregnes@gmail.com	41251215
Langeggen	Ingvild	Kongsberg OL	D16	ingvild.langeggen@gmail.com	90230829
Letmolie	Solveig	Eiker OL	D16	mletmolie@live.no	96019652
Løvås	Ragnhild Vrålstad	Varegg Fleridrett	D16	kristian.lovås@med.uib.no	1-0047911139
Mo	Jakob	OL Toten-Troll	H16	rolfpmo@online.no	
Monsen	Ida	Egersund OK	D16	ida.monsen@broadpark.no	47361299, 51492397
Paulsen Vie	Sigurd	Haugesund IL Orientering	H16	sigurdpv@gmail.com	47603883
Samuelson Skiri	Kaja	Bodø og Omegn IF Orientering	D16	kaja.skiri@hotmail.com	
Strand	Tale	Kongsberg OL	D16	karstrand@broadpark.no	99694284
Undeland	Johan Kristian	Sturla, IF	H16	munde@online.no	
Vestøl	Anders	Vegårshei IL	H16	anders-vestol@hotmail.com	95303673
Vik	Lars Young	Nydalens SK	H16	piayv@icloud.com	46965296, 22521710

TRENINGSGRUPPE 2		Bojan Blumenstein & Sondre Ruud Bråten			
Etternavn	Fornavn	Klubb	Klasse	E-post	Telefon
Blågestad	Eirik	Indre Østfold OK	H16	eirikblagestad@gmail.com	99446139
Brevik	Monica	Østmarka OK	D16	havarbre@gmail.com	
Bøckman	Christiane Ruud	Kristiansand OK	D16	olufbockman@gmail.com	48881343
Enerhaugen	Ida Bolette	Ringerike OL	D16	lb.mobil@online.no	
Frydenlund	Egil	Sturla, IF	H16	snorre.frydenlund@gmail.com	90142030
Gravir	Anna Øfsthus	Asker Skiklubb	D16	gjermund.gravir@dnvgl.com	90915272
Grevskott	Mari Kilskar	Frol IL	D16	mari.grevskott@gmail.com	
Haflan	Morten Krona	OL Tønsberg og omegn	H16	Mortenhaflan@gmail.com	95017077
Hammersland Garnes	Olav	Gneist, IL	H16	espen.hammersland@yahoo.no	98997058
Harvik	Nicolai	Konnerud IL	H16	lars@htsm.no	
Hermansen	Odd-Anton	Kristiansand OK	H16	oa@rhkons.no	95080640
Horpestad	Alexander	Egersund OK	H16	steinar.horpestad@dabb.no	
Morlandstø	Silje	Eiker OL	D16	kristinmorlandsto@hotmail.com	41445840
Nysæter	Andreas	Bergens TF	H16	hnyseter@online.no	
Nytrøen	Gaute Kvittum	Tynset IF	H16	martekt@fjellnett.no	94058826
Rapp	Hanne Eide	Raumar Orientering	D16	oystein.rapp@gmail.com	

Rapp	Kristine Eide	Raumar Orientering	D16	oystein.rapp@gmail.com	
Rhrich	Tonje-Malin	Konnerud IL	D16	solveig.hjelle@hotmail.com	90295339
Runde	David	Kristiansand OK	H16	davidrunde@icloud.com	+47 46 77 94 93
Skyttersæter Saugerud	Amanda	Konnerud IL	D16	toini.skyttersater@no.pwc.com	95260984, 32883971
Svingheim	Mari Landro	Konnerud IL	D16	njasvi@jdir.no	

TRENINGSGRUPPE 3 Henrik Eijsink

Etternavn	Fornavn	Klubb	Klasse	E-post	Telefon
Aasheim	Janne Tjørhom	Ganddal IL	D16	janne.tjorhom.aasheim@lyse.net	91913358
Antonsen	Kaisa	Fredrikstad SK	D16	kaisa.antonsen@gmail.com	
Ekeland	Sigrid	Oddersjaa SSK	D16	jont-e@online.no	
Hoен	Christine	Eiker OL	D16	egilhoen@online.no	
Iversen	Brage	Bergens TF	H16	Bagiv28@gmail.com	97738997
Johannessen	Kristian Juel	Hedrum OL	H16	Roa-jo8@online.no	97000557, 33110868
Krogh	Ane Sofie	Oppsal Orientering	D16	roar.peders1@gmail.com	
Lid	Mari Strømme	TIF Viking	D16	mari@stromme-lid.net	
Myhre	Eivind Berner	Fossum IF	H16	eivind.b.myhre@gmail.com	91685726
Nissen	Matias	Freidig	H16	hans-n@online.no	73922095
Normann	Vilde Wikevand	Tverlandet IL	D16	kenneth_viken@hotmail.com	90189856
Næss	Øistein Fagerli	Raumar Orientering	H16	pal.kogstad.nass@gmail.com	95157363
Os	Trygve Nummedal	Førde IL	H16	torodd.os@eninvest.net	913 95 912
Rannem	Sigrid Kinck	Fossum IF	D16	morten.rannem@hotmail.com	
Sanden	Tomine Lysaker	Eiker OL	D16	gas@oest.no	90730632
Sandstad	Lars	Freidig	H16	jo-eriki@online.no	
Stangnes	Vegard	OK Silsand	H16	b-stangn@online.no	
Thomassen	Kristian Fredrik	Varegg Fleridrett	H16	pt@lab.no	951 16 841
Vindal	Jonas	Wing OK	H16	jon-vindal@ntebb.no	
Vold	Mathias Pedersen	Lillomarka OL	H16	larsavo@online.no	99576534, 95083305
Våge	Silje Marie	Asker Skiklubb	D16	Gjermund.Vage@dnvgl.com	95287662
Wulfsberg	Ada	Nydalens SK	D16	adawulf@gmail.com	

TRENINGSGRUPPE 4 Marianne Dæhli

Etternavn	Fornavn	Klubb	Klasse	E-post	Telefon
Eikeland	Julie	OL Tønsberg og omegn	D16	perjarle@vbd.no	90890228, 33368160
Eikeland	Sigve Rygg	Bergens TF	H16	arne.rygg@gmail.com	
Eriksen	Petter Liabakk	Byåsen IL	H16	ni-liab@online.no	92294713
Graversen	Jonatan	IL BUL-Tromsø	H16	annakarlqvist@yahoo.se	
Grøstad	Tor Magnus	Østmarka OK	H16	thomas@groestad.com	94531681
Hagen	Hedda Hoff	Byåsen IL	D16	knut.hagen@ntnu.no	
Hammer	Jon William	Bergens TF	H16	ann.jorunn.hammer@gmail.com	92490984
Hjelseth	Jakob	OL Tønsberg og omegn	H16	stig.hjelseth@gmail.com	91827000
Holstad	Håkon	Freidig	H16	jon.holstad@tronderenergi.no	91662298

Horvei	Anders	Raumar Orientering	H16	andershorvei72@icloud.com	+4794859348, +4763826616
Land	Thea	Konnerud IL	D16	thea.land@ebnett.no	91515485
Larsen	Marte Karine	Kongsberg OL	D16	arild.rune.larsen@ebnett.no	
Meyer Larsson	Emma	IL Tyrving	D16	macola@online.no	40622068, 67544660
Mosfjell	Magnus	Birkenes IL	H16	mosfjellheia@gmail.com	90787005
Myhre	Annie	Stord Orientering	D16	tuva222@gmail.com	92407323, 53412445
Nymark	Tora Aasheim	TIF Viking	D16	Toraany@hotmail.com	90923009
Olaussen	Tiril	Haugesund IL Orientering	D16	magne_olaussen@hotmail.com	
Ottesen	Sondre	Fredrikstad SK	H16	elin.ottesen@gmail.com	48121726
Rognstad	Ingeborg	Hadeland OL	D16	trrognt@online.no	
Storhov	Simen Spets	Freidig	H16	jens.e.storhov@no.pwc.com	
Vangen Lunåsno	Anna	Tynset IF	D16	ivl@fjellnett.no	90012597, 62481810

TRENINGSGRUPPE 5 Markus Kjærner-Semb

Etternavn	Fornavn	Klubb	Klasse	E-post	Telefon
Aune	Jonatan	Halden SK	H16	randi.brevig.aune@gmail.com	41627715
Ausen	Elise	Porsgrunn OL	D16	dag.ausen@sintef.no	93059316, 35551829
Brynildsen	Christian	Halden SK	H16	agentgul@yahoo.no	47703076
Carlsen	Silje	Sturla, IF	D16	silje@hestogponni.no	
Daler	Frida	Stokke IL	D16	inga.daler@hotmail.com	
Gravningen	Even	Stokke IL	H16	ts-gravn@online.no	
Grønli	Jonas	Freidig	H16	vegard.gronli@gmail.com	
Halden	Halvor Tørnqvist	Nydalens SK	H16	monica.halden@pon-cat.com	92833225, 22232132
Jonsson	Isak	Nydalens SK	H16	isakjons0408@gmail.com	+4798102017
Jægtvik	Martine	Konnerud IL	D16	Martine@vasshaug.no	48267473
Kittilsen	Vegard	Freidig	H16	vegard.kittilsen@gmail.com	4795745855
Kvarme	Ingeborg	Sturla, IF	D16	jekvarme@online.no	90889910
Kverme	Sivert Sande	Fossum IF	H16	bent@kverme.net	90728682
Lome	Kamilla	Hamar OK	D16	aninelome99@gmail.com	97414743
Markhus	Tore	Verdal OK	H16	stein.markhus@ntebb.no	47017339
Møller	Marius	Steinkjer OK	H16	kaaum@statoil.com	
Punternvold	Julie	Egersund OK	D16	npunternv@online.no	99004061
Rogstad	Hanne Helmine	Nidarøst OK	D16	hannehr01@gmail.com	97402091
Skage	Mads Jørgen	Gneist, IL	H16	mjskage@gmail.com	93250750, 55135070
Øiseth Bedin	Gea	Indre Østfold OK	D16	geaoiseth@icloud.com	41174152
Åse	Celina Iversen	Egersund OK	D16	helge.ase@dabb.no	

TRENINGSGRUPPE 6 Idunn Haavengen

Etternavn	Fornavn	Klubb	Klasse	E-post	Telefon
Bjørnerød	Karoline	OK Moss	D16	aeb@skogoglandskap.no	41255226, 69920350
Brevik	Audun	Stokke IL	H16	ast-brev@online.no	
Danevad	Emma	Fredrikstad SK	D16	espen.danevad@gmail.com	99205831, 69318597

Eliassen	Bendik	Fredrikstad SK	H16	lie.andre.thomas@gmail.com	93007416
Gjerdahl	Oda	Berger og Svelvik OL	D16	trudehg@hotmail.com	95748407
Imrik	Eirik	Fredrikstad SK	H16	eliimr@ostfoldfk.no	98424791, 69316235
Jensen	Asgeir Reiersen	Birkenes IL	H16	pcjens@broadpark.no	48099452
Jørgensen	Mina	IL Tyrving	D16	eirjor@live.no	94011568
Kraft	Henrik	Stjørdals-Blink Orientering	H16	kyrre.kraft@gmail.com	47455023
Lindløv Jensen	Marie F.	Sarpsborg OL	D16	wlind@getmail.no	
Lund Hovden	Ingrid	IL Tyrving	D16	trond.a.lund@gmail.com	92857222
Modahl	Runar Saur	Fredrikstad SK	H16	runarmod@gmail.com	
Munkeby	Matilde	Frol IL	D16	mari.grevskott@gmail.com	
Norsted	Ole Øivind	Halden SK	H16	ole@norsted.no	94179200
Omdal	Ingrid	Sandnes IL (Rogaland)	D16	Sturle.omdal@gmail.com	
Ranvik	Anniken	Konnerud IL	D16	annemarie.ranvik@dkp.no	98820978, 32887088
Ranvik	Andrea	Konnerud IL	D16	annemarie.ranvik@dkp.no	98820978, 32887088
Ruset Alne	Tore	Haugesund IL Orientering	H16	torerusetalne@gmail.com	94130074
Skjerve	Fredrik Vehus	Verdal OK	H16	vidar.skjerve@ntebb.no	46629010, 74072495
Sundal	Halvor Fetveit	Fana IL	H16	afetveit@online.no	92833735
Øxnevad	Clemens Sundby	Ganddal IL	H16	leder@gandor.org	91527030

TRENINGSGRUPPE 7
Kjetil Mølnevik

Etternavn	Fornavn	Klubb	Klasse	E-post	Telefon
Aune	Stine	Nidarøst OK	D15	wenche.groot@gmail.com	90085927
Bakken	Marte Madslie	Nydalens SK	D15	jonibakken@gmail.com	91697299
Blom-Hagen	Vebjørn	Fossum IF	H15	blomfalk@gmail.com	92648847
Braathen	Henrik	Wing OK	H15	obra@statoil.com	99528530
Brevik	Yngvild Langedal	Nydalens SK	D15	eirik_lb@hotmail.com	95141409
Frischknecht	Eskil	Alta OL	H15	thomas@finnmarksand.no	
Haug	Rolf Trygve	Kongsberg OL	H15	c.ebner@online.no	99737365
Holmboe	Stella	IL Tyrving	D15	stellaholmboe@gmail.com	
Jacobsen-Gaski	Anna	Bardu IL	D15	ajgaski@frisurf.no	
Jensen	Emil Wilfred	Alta OL	H15	thomas@finnmarksand.no	
Jevnlid	Leif-Inge	IL Vetem	H15	abergset64@gmail.com	91833101, 57875658
Lamark	Ingrid	Ganddal IL	D15	leder@gandor.org	91527030
Madslie Steinhaug	Oskar	Varegg Fleridrett	H15	oskar.madstein@gmail.com	94009699
Melling	Jørgen Nøkleby	Ringerike OL	H15	stig@melling.no	95124632, 32159263
Rosenlund	Tage	Varegg Fleridrett	H15	helge.rosenlund@hotmail.com	41 60 30 36
Rudningen	Halvor	Hemsedal IL	H15	sissgunn@frisurf.no	
Scheele	Oda	Nydalens SK	D15	runescheele@gmail.com	
Skjærstein	Ådne	IL Tyrving	H15	are.k@online.no	
Slokvik	Åsmund	Notodden OL	H15	elin.slokvik@hotmail.no	94379726
Taksdal	Ole Kristian	Ganddal IL	H15	aud.taksdal@lyse.net	
Viken	Maren	Byåsen IL	D15	asbergsm@online.no	98623743

TRENINGSGRUPPE 8		Kårhild Husby Nordstad			
Etternavn	Fornavn	Klubb	Klasse	E-post	Telefon
Arnesen	Maya	Heming Orientering	D15	kimme.arnesen@sweco.no	
Bakkejord	Lise	IL Gular	D15	j-hab@online.no	
Berge	Erlend Odd	Kristiansand OK	H15	asbjorn.odd.berge@nrk.no	40788460
Børli	Erlend	Fossum IF	H15	hakon.borli.privat@gmail.com	
Finsrud	Felix	Asker Skiklubb	H15	afinsrud@mac.com	92029928
Fosstveit	Gaute	Raumar Orientering	H15	famfosstveit@gmail.com	90547013
Frost	Gard	Alta OL	H15	thomas@finnmarksand.no	
Haavengen	Åsne	Kongsberg OL	D15	ingrid.kvistad@gmail.com	
Hoveid	Petra	Asker Skiklubb	D15	maria65.persson@gmail.com	94812812, 67791415
Hustvedt	Erling Eide	Wing OK	H15	eghu@ntebb.no	95147838
Hygen	Ingrid Marie Stubban	Østmarka OK	D15	hohygen@gmail.com	91123958
Irgens	Hedda Sofie	Bodø og Omegn IF Orientering	D15	elinirg@gmail.com	47400059
Kvaale	Eilev	Asker Skiklubb	H15	torstein.kvaale@gmail.com	48060581
Ladim	Christopher	OK Moss	H15	Ellenladim@gmail.com	93066082
Langvik	Sven Bergset	IL Veten	H15	abergset64@gmail.com	91833101, 57875658
Linløkken	Alexandra	Østmarka OK	D15	tlinlokken@gmail.com	
Lunøe	Ea	Nydalens SK	D15	ealu@online.no	
Mathisen	Vetle	OL Tønsberg og omegn	H15	Joh-mat@frisurf.no	
Olsen	Sara Nystrøm	Stavanger Orienteringsklubb	D15	tone.cecilie.nystrom@broadpark.no	
Paulsen	Tom Einar Flermoen	Alta OL	H15	thomas@finnmarksand.no	
Sæternes	Håkon	Byåsen IL	H15	hanshelmer@gmail.com	93216340

TRENINGSGRUPPE 9		Rikke Hjelseth Larsen			
Etternavn	Fornavn	Klubb	Klasse	E-post	Telefon
Angvoll	Alexandra	Fredrikstad SK	D15	angvoll@online.no	91724152
Blindheim	Ingrid	Lillomarka OL	D15	terje@biofokus.no	46815976
Bohne	Erik	Varegg Fleridrett	H15	erikbohne12@gmail.com	93287479
Breivold	Markus Andreas	Ganddal IL	H15	jbrevold@hotmail.com	
Hallan	Hallvar	OK Skøyenar	H15	tfl@levanger.kommune.no	
Haugland	Kristoffer Kjenes	Varegg Fleridrett	H15	helge.haugland@sweco.no	90527505
Hellen	Ulrik	TIF Viking	H15	torild.myrli@gmail.com	95460807
Helminsen	Kristoffer B.	Fredrikstad SK	H15	Helminsen.morten@fredfiber.net	93278333
Hjortland	Ida Sofie	Larvik OK	D15	oleedvard.hjortland@umicore.com	90151175
Holt	Mikkel	Freidig	H15	rune.holt@ntnu.no	
Jebsen	Malene	Heming Orientering	D15	jjj@jebsen.no	92281300
Kalleson	Tina	Oppsal Orientering	D15	tinak2405@osloskolen.no	41486639, 22786181
Lysaker	Birk Bell	Fana IL	H15	kly@hvl.no	55105315
Mehammer	Maria Gammelsæter	Porsgrunn OL	D15	jostein.mehammer@sf-nett.no	99298987
Renolen	Nikolai	Wing OK	H15	nrenolen@gmail.com	

Ringheim	Iver	Larvik OK	H15	ingrid.undstad@lf-nett.no	46 66 08 63, 33 11 62 14
Rogne	Anny Horge	OL Tønsberg og omegn	D15	annyrogne@hotmail.com	94174469
Schjerven	Mina	Lardal OL	D15	liv@schjerven.net	99744073
Skei	Tale Tannvik	Freidig	D15	leif.arne.skei@arkiplan.no	92697159
Øen	August Syrdal	Heming Orientering	H15	knuteoen@mac.com	92405688

TRENINGSGRUPPE 10 Mathilde Sønsterudbråten & Thea Dyrkorn

Etternavn	Fornavn	Klubb	Klasse	E-post	Telefon
Aarstad	Vegard	Ås-NMBU Orientering	H15	stineaarstad@Yahoo.no	46840001
Bjørkli	Sigurd Amundsen	Ringerike OL	H15	lb.mobil@online.no	
Bjørkli	Even Amundsen	Ringerike OL	H15	lb.mobil@online.no	
Bordal	Even	Ringsaker OK	H15	anne.marit.bordal@online.no	90987674
Espedal	Tobias	Nydalens SK	H15	kjetil.espedal@vikenfiber.no	92879262, 22151413
Flesseberg	Mathilde Sæter	Kongsberg OL	D15	lene.flesseberg@ebnett.no	
Fremming	Ferdinand	Heming Orientering	H15	nils.fremming@online.no	41299596
Gran	Marieluise Schmitt	Halden SK	D15	marieluise@schmitt-gran.net	
Hagen	Sondre Zahl	Fossum IF	H15	stein@shconsulting.no	
Haugskott	Frida	OL Trollelg	D15	frodeh65@gmail.com	
Kirkebøen	Tore Herman	Halden SK	H15	Hermanfk123@gmail.com	91522610
Kravidal	Kristine	Gjø-Vard OL	D15	torbjorn@kravidal.com	99634925, 61170510
Marcussen	Jon	Harstad OL	H15	bodilmarcussen@gmail.com	45966110
Nordstad	Eirunn Husby	Varegg Fleridrett	D15	pohusby@gmail.com	40317531, 55312444
Otterlei	John	Østmarka OK	H15	eldrid_svein@yahoo.no	
Raaij	Viljan van	Hedrum OL	H15	evanraaij@gmail.com	
Reusch	Henrik	Heming Orientering	H15	chreu@online.no	97502247
Storli	Vilde Lereim	Freidig	D15	siri.lereim@gmail.com	91792361
Sørensen	Iselin	Sturla, IF	D15	kss67@live.no	
Tveite	Nils	Ås-NMBU Orientering	H15	havard.tveite@nmbu.no	90565480, 64942218
Østvold	Live	Heming Orientering	D15	ostvold.li@gmail.com	94190184, 22496737

TRENINGSGRUPPE 11 Styrk Almeland Bleie

Etternavn	Fornavn	Klubb	Klasse	E-post	Telefon
Bakke	Marius	Fossum IF	H15	mariusjbakke@gmail.com	
Drage	Vetle	Kongsberg OL	H15	dragene@ebnett.no	45478654, 32736714
Eikås	Jonas	Sandefjord OK	H15	jonas.eikaas@outlook.com	
Hallan	Hege	OK Skøyenar	D15	tfl@levanger.kommune.no	
Holst	Iris	IL Tyrving	D15	Nrskauen@gmail.com	93427653
Johannesen	Mari Fjellbirkeland	IL Gular	D15	hegefjel@broadpark.no	95044798
Katla	Mikkel	Fossum IF	H15	kkatla@online.no	95286640
Kloster	Jens Øien	Fitjar IL	H15	rolfatle.rolfsnes@haugnett.no	91513024
Kvamme	Sigurd	OL Toten-Troll	H15	haakv@online.no	90724675, 61166070
Pedersen	Nina	Sarpsborg OL	D15	Ninatannpina@gmail.com	46947375, 95249157

Ring Giske	Theo	Nydalens SK	H15	theo.ring.giske@gmail.com	46907933
Slang-Sundsetvik	Hedda Johanne	Halden SK	D15	Hedda.slang@hotmail.com	40763032
Stavrum	Martin Wold	Frol IL	H15	rwstavrum@ntebb.no	93215940
Søfting	Elisabeth Brandal	Kongsberg OL	D15	tobranda@online.no	97163741
Teslo	Berthe	Hadeland OL	D15	gunn.elin.rudi@hebb.no	41931260
Tyse	Oda Isnes	Eiker OL	D15	inger.isnes.tyse@gmail.com	97519756, 32754733
Veie	Håvard	OK Skøyнар	H15	lund-vei@online.no	
Veske	Aksel	OK Skøyнар	H15	gudrun.veske@ntebb.no	97606701
Woxholth	Ole Henrik	Asker Skiklubb	H15	marianne.arnesen@telenor.com	97746462
Ytterbø	Sondre	Asker Skiklubb	H15	sigrun.hernes.ytterbo@norconsult.no	
Øderud Vatne	Lars	Bækkelaget SK	H15	ioe@computas.com	

TRENINGSGRUPPE 12 Siri Pedersen

Etternavn	Fornavn	Klubb	Klasse	E-post	Telefon
Aamodt	Amélie	Oppsal Orientering	D15	eilert.aamodt@gmail.com	95221963, 22758183
Alstad	Tobias	Frol IL	H15	alstadtobias@gmail.com	94190675
Andersen	Hanna Eckhardt	Heming Orientering	D15	haneckand@gmail.com	45431401, 41424996
Brække	Martin	Halden SK	H15	bjornbr@halden.net	
Dolven	Olaf Halsaa	Asker Skiklubb	H15	ha-dol@online.no	
Eide	Caroline	Gjø-Vard OL	D15	arntoluf@gmail.com	
Fjære	Kristoffer	Hedrum OL	H15	fjaregard@gmail.com	
Fossum	Magnus	IK Grane Arendal Orientering	H15	egilfossum@msn.com	95900636
Gudim	Henrik	Østmarka OK	H15	Trudi.gudim@gudimgruppen.com	45514540
Herredsvela	Jenny Emilie Brenni	Østmarka OK	D15	Juneherr@gmail.com	90950951
Hilsen	Nora Småge	Konnerud IL	D15	kps@evotek.no	41645005
Isaksætre	Grunde	Grue IL	H15	olejisak@start.no	
Kriszat-Løvfald	Kornelius	Nydalens SK	H15	mons.lovfald@gmail.com	004790666079
Ronglan	Louise	OK Skøyнар	D15	erling.ronglan@gmail.com	48203370
Rødde	Tobias	Ganddal IL	H15	tore@rodde.no	41281491, 95088263
Slungaard	Silje	IL Tyrving	D15	per.slungaard@kvaerner.com	+47 90 88 80 73
Sæther	Odin	Fredrikstad SK	H15	monica.saether@fredfiber.net	92405595
Sønsterudbråten	Pernille	Raumar Orientering	D15	ostliheidi@gmail.com	94172315
Torgersen	Jakob	Halden SK	H15	ge-torg@online.no	48350480
Østby	Oliver	OL Tønsberg og omegn	H15	oliverostby@live.no	46640340
Østermann	Kristian	Heming Orientering	H15	oystein.ostermann@betonmast.no	92493314

TRENINGSGRUPPE 13 Maiken Sandberg & Inga Vestøl Stødle

Etternavn	Fornavn	Klubb	Klasse	E-post	Telefon
Blakkestad Ingesen	Adine	Sarpsborg OL	D15	ole.ingesen@hotmail.com	99272157, 69143231
Callanan	Gabriel	Wing OK	H15	Tale.baadsvik@trondheim.kommune.no	92068750
Eide	Einar	Byåsen IL	H15	goril.eide@trondheim.kommune.no	
Eide-Fredriksen	Magnus	Heming Orientering	H15	magnus@eide-fredriksen.com	46767882

Gjessing	Kåre Peter Krohn	Heming Orientering	H15	Olapkg@gmail.com	
Haakaas	Ole Sofus	Indre Østfold OK	H15	dagarnelier@gmail.com	99504015
Holt	Henrik R	Hedrum OL	H15	and-kr-h@online.no	
Horneland	Abel Gangeskar	Molde og Omegn IF	H15	jore07@gmail.com	91366478
Jenssen	Synne Marie	Halden SK	D15	gudmund.jenssen@norskeskog.com	
Kornmo	Halvard	Porsgrunn OL	H15	halvard.kornmo@sf-nett.no	35550554
Kristiansen	Adam	OK Moss	H15	vegark@met.no	004799593753
Lier	Theodor	Indre Østfold OK	H15	dagarnelier@gmail.com	99504015
Lund	Olav Kristian	Kongsberg OL	H15	olund02@hotmail.no	+4797733576
Martini	Ina	Asker Skiklubb	D15	bmartini@live.no	95267126
Rø	Jostein	Freidig	H15	gjermundro@gmail.com	92442768
Rønning	Trym Nergård	OK Skøyenar	H15	terje.ronning@nord.no	95934613
Sanden	Alvilde Lysaker	Eiker OL	D15	gas@oest.no	90730632
Schjølberg	Jørgen	Tynset IF	H15	marigsch@yahoo.no	
Torø	Karoline	Kongsberg OL	D15	Sot@k-i.no	
Undeberget	Ingrid Solheim	Oppsal Orientering	D15	helge.solheim@hotmail.com	4801 1384
Winsvold	Inga Cathrin	Østmarka OK	D15	kwin@hotmail.no	

TRENINGSGRUPPE 14
Benedicte Pedersen

Etternavn	Fornavn	Klubb	Klasse	E-post	Telefon
Aabogen Haugaard	Peder	Indre Østfold OK	H14	aabogen@online.no	
Aarseth	Jonas	Nydalens SK	H14	liaarseth@gmail.com	
Brende	Mari	Fossum IF	D14	hanne.brende@gmail.com	91775848, 41421319
Dale	Andreas	Bergens TF	H14	jondale99@gmail.com	
Engløkk	Eivind	Haugesund IL Orientering	H14	englerik@gmail.com	99293983
Halsnes	Kristoffer	Indre Østfold OK	H14	torehalsnes@gmail.com	90593097
Holen	Tiril	Konnerud IL	D14	isaheg@online.no	
Jørgensen	Aleksander	Haugesund IL Orientering	H14	helge.jorgensen@westcon.no	
Kaupang	Mari Loftesnes	OL Tønsberg og omegn	D14	leneloft@online.no	40404282
Kjørholt Lie	Anine	Porsgrunn OL	D14	magne.w.mathisen@gmail.com	90527095
Klausen	Lukas	Sturla, IF	H14	gustaf2@online.no	91877929
Lundanes	Kristin	Emblem IL	D14	malundan@online.no	95873904, 70150618
Munkeby	June	Frol IL	D14	mari.grevskott@gmail.com	
Niklasson	Alva Marika	Kolbotn og Skimt OL	D14	pasten@broadpark.no	93417546
Nomeland	Trygve Børte	Kristiansand OK	H14	trygvenomeland@gmail.com	45803712, 38045689
Ranestad	Vegard	Hamar OK	H14	oyvind.ranestad@online.no	97098323
Reiten	Serine Skogeng	Emblem IL	D14	malundan@online.no	95873904, 70150618
Spangberg	Hedda	Konnerud IL	D14	metspa@drmk.no	41551752
Stubberud	Elias	Nydalens SK	H14	stubben@idoopen.com	
Tuset	Sindre	Steinkjer OK	H14	sisbrem1@gmail.com	92206605

TRENINGSGRUPPE 15
Ane Dyrkorn

Etternavn	Fornavn	Klubb	Klasse	E-post	Telefon
Aas	Kristian Fredriksen	Asker Skiklubb	H14	magneaas@broadpark.no	92228921
Aune	Erlend	Byåsen IL	H14	torgeir.aune@getmail.no	99389829
Batalden	Sondre	Fana IL	H14	bjorn.batalden@online.no	48157988
Berglund	Mikkel	Ringerike OL	H14	mb.mobil@online.no	
Berstad	Ella	Heming Orientering	D14	paula.berstad@live.no	93293235
Dirro-Helu	Noor	Måren OK	D14	kdb@spk.no	
Grøtli Svergja	Mari	Kvikne IL	D14	amgrotli@hotmail.com	
Hjelseth	Lita Lerke Leodine	OL Tønsberg og omegn	D14	stig.hjelseth@gmail.com	91827000
Johannesen	Vegard Holm	Kongsberg OL	H14	bjoejo2303@gmail.com	95885389, 32733843
Madslie	Birgit Kleppa	Lillehammer OK	D14	Valborg.madslie@icloud.com	95773223, 90788742
Moholth	Konstanse	Kongsberg OL	D14	hilde@moholth.com	97573440, 32770067
Norbom	Vetle Lysaker	Konnerud IL	H14	geir.norbom@drmk.no	95876396
Olsen	Øyvind Johan	Bodø og Omegn IF Orientering	H14	oyvindjohanolsen@gmail.com	47683172
Roll-Tørnqvist	Marie	Fana IL	D14	oletq64@gmail.com	48058158
Strømsvik	Lars-Børge	Meløy OK	H14	runestromsvik@hotmail.com	91866181
Sylte	Vegard Ulseth	Freidig	H14	andreas.sylte@outlook.com	+4795877791
Tofte jr	Erik	Melhus IL	H14	atle@storler.no	
Torgersen	Dina Falkenberg	Stavanger Orienteringsklubb	D14	Torgersen.tone@gmail.com	
Urset	Hans	IL BUL-Tromsø	H14	anne.urset@gmail.com	99106169
Øverby	Mari	Kongsberg OL	D14	hans.otto@overby-skog.no	95723284

TRENINGSGRUPPE 16 Johan Eikanger

Etternavn	Fornavn	Klubb	Klasse	E-post	Telefon
Blomkvist	Thomas	Fredrikstad SK	H14	jan.edvin.blomkvist@me.com	93462224, 69342743
Christensen	Anna	Freidig	D14	kjerstichristensen@hotmail.com	
Eidsmo	Mari	Freidig	D14	Mari.eidsmo@gmail.com	
Ekra	Vetle Grønvik	Freidig	H14	tgronvik@yahoo.no	
Engehult	Emma	Notodden OL	D14	engehult@nenett.no	95980059, 35293737
Gjølsjø	Tor Erling	OK Moss	H14	krigjo@ostfoldfk.no	48245148, 69920441
Knudsen	Kasper Sæterhaug	Freidig	H14	Knutarildknudsen@gmail.com	97155759, 97155759
Lid	Magnus Strømme	TIF Viking	H14	Karianne@stromme-lid.net	
Lindaas	Mats	Elverum OK	H14	tlindaas@online.no	90604130
Longfjeld	Johanna Sofie	Modum OL	D14	jajo@jajo.no	
Malde	Oda Kjellevold	IL Gular	D14	mma@nifes.no	
Melhus	Niklas Landsem	Steinkjer OK	H14	svein.a.melhus@ntebb.no	45605601
Skotte	Gustav Andresen	Fossum IF	H14	arandre@broadpark.no	+4790898394
Solsrud	Frida	Nydalens SK	D14	jon.r.solsrud@diakonhjemmet.no	91866887
Sæbbø	Vilde Margrethe	Stavanger Orienteringsklubb	D14	wenche.saebbøe@gmail.com	
Takle	Brage	Kristiansand OK	H14	maalfrid.konst@vennesla.kommune.no	91742880, 38099804
Ulseth	Kasper Bakken	Nydalens SK	H14	anne.lene.b.ulseth@kid.oslo.kommune.no	
Urdal	Andreas Nybak	Ganddal IL	H14	ann.urdal@lyse.net	45872334, 51660139

Vasshaug Jægtvik	Mille	Konnerud IL	D14	Andre.jegtvik@kongsberg.com	90685898
Vikane	Kristine Bog	Fana IL	D14	rannveig.nordhagen@gmail.com	99432733

TRENINGSGRUPPE 17 Eyvind Kjellevold Malde & Kristian Pytten

Etternavn	Fornavn	Klubb	Klasse	E-post	Telefon
Ausen	Martin	Porsgrunn OL	H14	dag.ausen@sintef.no	93059316, 35551829
Bergersen	Emma Bangstad	Hamar OK	D14	frode.bergersen@gmail.com	97696296, 62532916
Berntzen	Julie	Fet OL	D14	raymond@berntzen.org	90645366
Eger	Johan	Kongsberg OL	H14	kristin.eger@ebnett.no	93057394
Fingarsen	Sander Tonjer	Elverum OK	H14	attonjer@gmail.com	99396702
Hauge	Elise Wærp	Nydalens SK	D14	bjhauge72@gmail.com	91675187
Hjelseth	Teodor Mo	Nydalens SK	H14	Maikenskirstadmo@gmail.com	92281089
Jermstad	Vegard	Steinkjer OK	H14	janp@bjorg.no	97659787
Kolstad	Ane Malene	Freidig	D14	svein.t.kolstad@sintef.no	95482751, 72560907
Langeeggen	Erlend	Kongsberg OL	H14	knut.langeeggen@gmail.com	90230829
Larsen	Anders Håvard	Nydalens SK	H14	dag.larsen@bring.com	
Lindaas	Gaute	Elverum OK	H14	tlindaas@online.no	90604130
Mathisen	Tobias	Porsgrunn OL	H14	magne.w.mathisen@gmail.com	90527095
Melby Jacobsen	Kristin	Lardal OL	D14	kristinmelbyjacobsen@icloud.com	47957540
Poppe	Sivert	Fredrikstad SK	H14	hilde.poppe@plantasjen.no	95075278
Rehn	Hanna	Kolbotn og Skimt OL	D14	streh@online.no	91104928
Rogndokken	Andrea H.	Fet OL	D14	rogndokken@gmail.com	99601741
Skjelsvik	Martine	Lillehammer OK	D14	gs@glb.no	
Skjerve	Martin Vehus	Verdal OK	H14	vidar.skjerve@ntebb.no	46629010, 74072495
Svads	Luciana Maria	Måren OK	D14	kdb@spk.no	

TRENINGSGRUPPE 18 Linn Mei Waaler & Ingunn Torød Buset

Etternavn	Fornavn	Klubb	Klasse	E-post	Telefon
Berg	Rolf Andreas	Nydalens SK	H14	annedahl0110@gmail.com	4741477147, 41477147
Bergan	Gaute	Nydalens SK	H14	gaute.bergan@gmail.com	93658200
Doppelhofer Ervik	Jon Erik	Varegg Fleridrett	H14	aoervik@gmail.com	48298365
Feragen	Sebastian Rød	Tynset IF	H14	oveferagen@hotmail.com	95109395
Helmersen	Ragnhild Mathea	Fet OL	D14	oyvind.helmersen@no.abb.com	
Hunstad	Johanna Lovise	Bodø og Omegn IF Orientering	D14	annikhu@online.no	
Jystad	Magnus	Østmarka OK	H14	Siv-jys@online.no	92068656
Markhus	Trude	Verdal OK	D14	stein.markhus@ntebb.no	47017339
Maske	August	Freidig	H14	nelly.maske@gmail.com	90138380
Mikkelsen	Ine	IK Grane Arendal Orientering	D14	christine.mikkelsen@grimstad.kommune.no	
Mikkelsen	Lise	IK Grane Arendal Orientering	D14	christine.mikkelsen@grimstad.kommune.no	
Møller	Fredrik	Steinkjer OK	H14	kaaum@statoil.com	
Reichenbach	Anselm	Oppsal Orientering	H14	am.reichenbach@gmail.com	47285877, 23220077
Schärer	Emilie	Kvikne IL	D14	con-scha@online.no	90555765

Simones	Mina Borgejordet	Notodden OL	D14	elin.slokvik@hotmail.no	94379726
Sætnan	Birk Felland	Fossum IF	H14	kjznan@gmail.com	99286416
Sølvberg	Tord	IL Vetem	H14	abergset64@gmail.com	91833101, 57875658
Tellesbø	Janna Sofie	Østmarka OK	D14	odin.tellesbo@gmail.com	91134173
Vik	Pia Young	Nydalens SK	D14	piayv@icloud.com	46965296, 22521710
Wiig Nystad	Vegard	Haugesund IL Orientering	H14	mwiig12@hotmail.com	93299815

TRENINGSGRUPPE 19 Frida Bakken Ulseth

Etternavn	Fornavn	Klubb	Klasse	E-post	Telefon
Bar-Nathan	Netta	Lillomarka OL	D14	assaftn@gmail.com	
Bedin	Amund Øiseth	Indre Østfold OK	H14	thomasbedin@hotmail.com	
Enerhaugen	Nora Marie	Ringerike OL	D14	lb.mobil@online.no	
Evensen	Sondre	OL Tønsberg og omegn	H14	trond.evensen@hoegh.com	
Flågen	Ida Marie	Heming Orientering	D14	aflaagen@online.no	95805876, 23082055
Gudim	Elida Sagli	Indre Østfold OK	D14	hildegunnsagli@gmail.com	
Kihle	Tiril	Konnerud IL	D14	isaheg@online.no	
Lona	Petter Andreas	Wing OK	H14	Eivindlona@gmail.com	
Lund	Iver Gjedrem	Verdal OK	H14	einar.lund@idrettsforbundet.no	
Mobrårthen	Ingrid	Botne SK	D14	yingve.mobrathen@sf-nett.no	4815 2071
Myhr	Jonas	Asker Skiklubb	H14	gunhild.myhr@pgs.com	90114681
Næss	Daniel Azagra	Nydalens SK	H14	kristiannaess0@gmail.com	90052643
Petterson	Sindre Skeie	Egersund OK	H14	gunnar@sfp.no	40432603, 52498028
Solberg	Marie Nielsen	Stjørdals-Blink Orientering	D14	bardsolb67@gmail.com	
Uglemsmo	Lars Erik	Selbu OK	H14	elisa.selbu@gmail.com	
Wøllo	Atle Nikolai	Kongsberg OL	H14	atlenikolai.woello@hotmail.com	92249296
Øvretveit	Embla	Fredrikstad SK	D14	sovret@gmail.com	

TRENINGSGRUPPE 20 Ida Aabogen Haugaard & Eli Fjellbirkeland Johannesen

Etternavn	Fornavn	Klubb	Klasse	E-post	Telefon
Borchsenius	Fredrik Berning	Heming Orientering	H14	borchsenius@combitel.no	97906220, 98092593
Brevik	Hallgeir	Stokke IL	H14	ast-brev@online.no	
Eikeland	Ingeborg Rygg	Bergens TF	D14	arne.rygg@gmail.com	
Gulbrandsen	Signe Strand	Fredrikstad SK	D14	dyre.martin.gulbrandsen@hotmail.com	91655640
Holm Undhjem	Johan Daniel	Steinkjer OK	H14	nedrelein@ntebb.no	45515370
Holtermann	Une	Porsgrunn OL	D14	cathrine_naess@hotmail.com	
Melheim	Olav	Sturla, IF	H14	e-melhei@hotmail.com	95039035
Munkeby	Linnea	Frol IL	D14	mari.grevskott@gmail.com	
Mølsvik	Vemund	Freidig	H14	mona.j.molnsvik@sintef.no	
Nissen	Silje Marie	Freidig	D14	hans-n@online.no	73922095
Rognstad	Astrid	Hadeland OL	D14	trrognst@online.no	
Rosenvold	Anders L.	Porsgrunn OL	H14	hilde.rosenvold@gmail.com	90924076
Sandvik	Sigurd Saxe	Halden SK	H14	tores@halden.net	

Schjerven	Eline	Lardal OL	D14	liv@schjerven.net	99744073
Slungaard	Paul Johan	Heming Orientering	H14	Runner9.58@gmail.com	92808008
Solli	Ida	Mo OK	D14	Lars.solli@icloud.com	46814690
Storler	Oskar	Melhus IL	H14	atle@storler.no	
Strand	Henning	IL BUL-Tromsø	H14	liv@svingen12.net	97133773
Ulsaker	Sindre	Hemsedal IL	H14	eulsaker@online.no	