

RESULTATLISTE 2005



Jernbaneverket

JBV BIL Oslo

Nordmarka Skogsmaraton

OPPSUMMERING AV ARRANGEMENTET I 2005

Hele 359 løpere fullførte; en bra økning fra i fjor og ett av de største Skogsmaraton i dets 12-årige historie. Det var også i en økning i deltagere fra mange ulike nasjoner. Mange mosjonister startet kl. 9.00. Gratulerer alle sammen!

Dette betyr at vi også i år kanskje blir det største maratonløpet i Norge (som i 2002 og 2003)!

Været var i årets arrangement upåklagelig selv om det ble litt varmt utover dagen. Det var nærmest ideelle løpeforhold etter regnværet dagen før, og med nok væskeinntak og svamper på alle drikkestasjonene unngikk en problemene med varmen. Både funksjonærer og løpere så ut til å trives.

Det var mange drikke og drikke/mat stasjoner underveis og her ble løperne møtt av blide og serviceinnstilte funksjonærer.

Premieringen ser det ut til at løperne er fornøyde med. Det er en fjerdedels premiering i alle klasser utenom mosjonsklassene. Klassepremiene var trefat i ulike størrelser, samt trebrikker til glass, med løpets logo. Årets premie for raskeste kvinne og mann uansett klasse var i år stor krystallvase med logo og tekst. Ellers ble det trukket ut flotte gavepremier fra Nike og Den norske Turistforening (Oslo og Omegn) blant alle som fullførte. Raskeste herre og dame til Kikut fikk gavepremie med overnatting på Kikut. Her passerte Kristen Aaby først og Marianne Opsahl var alene i tet i kvinneklassen.

Deltakerpremien var som tidligere et krus med Nordmarka Skogsmaratons logo. I tillegg til vår logo er kruset påført en tegning fra et kjent sted i Nordmarka. I år var det en tegning av Bonna. Motivet varierer fra år til år, slik at det etter hvert har blitt en flott samleserie. Deltar en for 5. eller 10. gang får en tallerken med fine naturmotiv fra Nordmarka.

Det var om lag 20 løpere som fikk premie for å ha fullført løpet for 5. gang. De ble belønnet med en tallerken med Kobberhaughytta i Nordmarka som motiv. Totalt 16 fullførte sin 10. skogsmaraton og ble premiært med en tallerken med Kikutstua som motiv. Totalt 8 løpere fullførte for 11. gang. De mest "trofaste" deltakerne, hele 10 løpere, har vært med siden starten og fullførte for 12. gang.

Tilbakemeldinger fra årets deltakere har uten unntak vært bare positive. Slikt varmer. Selv er vi også fornøyd med arrangementet. Det eneste som skapte noe problem var dårlig oppfølging fra NIH's side angående leieavtalen vi hadde; vi fikk plutselig ikke bruke grusbanen, ikke noe personell fra NIH kunne låse opp bygningene til avtalt tid, kiosken ble aldri låst opp og speakeranlegget var dobbeltbooket, samt en del styr for å få tak i ting vi skulle benytte. Husk at starten kl. 09 er for de som regner med å bruke mer enn lang tid. Mat- og drikkestasjonene er ikke beregnet for å være klare for dere som kommer før skjema til 6 timer sluttid.

Oppfordring

Vi er et «non profitt» arrangement, der alle jobber gratis, og startkontingenten og alle sponsormidler går tilbake til løperne og funksjonærene. Det utføres mye frivillig arbeid og arrangementet krever mer ressurser enn de fleste aner.

Vi håper at alle dere som var fornøyde med årets arrangement også stiller opp neste år. En oppfordring til årets løpere er å utfordre "venner og bekjente" til å starte neste gang, og reklamere for arrangementet både rundt om i Norge og om mulig i utlandet. Få også med flere i kvinneklassen og den yngre generasjonen, gjerne til å fullføre sitt første maraton i mosjonsklassen.

Tusen takk til alle dere løpere som var med på å lage en kjempeflott dag i Nordmarka, og vi håper at vi kan ønske velkommen til ett nytt skogsmaraton lørdag den 17. juni 2006.

En spesiell takk til alle enkeltpersoner og bedrifter som hjelper til, både arbeidsmessig og økonomisk! Det hadde ikke blitt noe arrangement uten dere!

Se flott omtale og bilder fra løpet på internettsidene www.skogsmaraton.no og www.kondis.no.

Sportslig hilsen
Arrangementskomiteen for Nordmarka Skogsmaraton

Steinar Myrabø
(leder)

30/6-2005



Jernbane betyr reduserte utslipp av drivhusgasser

I Norge bidrar samferdselssektoren med 25 prosent av utslippene av klimagasser. Mindre enn 0,5 prosent av disse utslippene skyldes jernbane, mens veitransporten alene står for rundt 70 prosent.

Utslipet fra veitransporten har i perioden 1990–2000 økt med 19 prosent. Økningen skyldes vekst i trafikken, større og tyngre biler og økt utslipp av lystgass ved bruk av katalysatorer.

Dette viser hvor viktig det er å få flere passasjerer og mer gods over fra vei til bane.

Eksempel
Samferdsel defineres her som mobil utslipp fra veitrafikk, jernbane, luftfart, sjøtransport og noen andre mindre utslipp.

Vinnertider

Marianne Opsahl var suverent raskest av damene rundt skogsmaratonløypa på 3.22.46. Om lag 12 minutter bak fulgte Ellen Ribe med Nina Anette Hongseth rett i hælene.

Av herrerne var Kristen Aaby raskest på 2.44.08 (ca. 6 minutter bak sin egen rekord fra 2000), nesten 4 minutter foran Runar Gilberg og om lag 2 minutter bak der igjen fulgte Stirling Slingerland.

Jernbanemester ble Roger Nilsen fra JBV BIL Oslo på 3.24.54.

ÅRSTALL	BESTE KVINNE	TID	BESTE MANN	TID
1994	Signe S. Wørp	3.25.55	Ulf Rødвик	2.41.23
1995	Sigrid Renna	3.17.06	Gløer Gløerson	2.44.25
1996	Gry C. Wilhelmsen	3.17.27	Mounir Benoumma	2.42.26
1997	Gry C. Wilhelmsen	3.11.16	Mounir Benoumma	2.42.55
1998	Gry C. Wilhelmsen	3.07.48	Jan Hoel	2.48.36
1999	Gry C. Wilhelmsen	3.03.37 (r)	Jan Hoel	2.45.47
2000	Kristin S. Thagaard	3.21.31	Kristen Aaby	2.37.49 (r)
2001	Gry C. Wilhelmsen	3.17.51	Jan Hoel	2.48.34
2002	Gry C. Wilhelmsen	3.16.36	Jan Hoel	2.52.52
2003	Sharon L. Broadwell	3.17.15	Kristen Aaby	2.39.17
2004	Gry C. Wilhelmsen	3.11.48	Tommy Torgersen	2.47.10
2005	Marianne Opsahl	3.22.46	Kristen Aaby	2.44.08

10-årsjubilanter

Björg Guri Kildahl	Fet FIK	Signy Henden Rustlie	Telenor BIL
John Arild Holter	Sørbråten IL	Knut Olav Andersen	IF Tyristubben
Trond Kivijervi	Posten BIL	Jan Nygvist	Vi som springer
Reidar Matre	Conocophillips	Bjørn-Magnar Bergseng	
Jan Petter Jørgensen	Fossum IF	Ivar Nordland	
Kåre Petter Nordang		Kjell Anders Kraakmo	Nordea BIL
Erik Stoltenberg-Hanson	Norcem BIL	Ernst Magnussen	Fredrikstad IF
Svein Skinstad	Stensquist	Arne Dahlen	Hytteplan
Kjell Birkeland	IK Grane		

Fullført 10 - ganger tidligere:

Nils Haugen	Lier kommune	Åge Jensen	Romerrike Runners
Ketil Moen	Kondis	Øistein Ackenhausen	Coop Norge BIL

Fullført 11 ganger

Tom Rune Bertelsen	Drøm Kickboxing	Terje Frøystein	Sf Grei
Gunnar Fæhn	Loguvs	Kjell Skogvang	DNM
Hans Rostad	DNL	Arne Lundby	Sandefjord
Nils Bay			

Fullført 11 – ganger tidligere:

Didrik Grønvold	Stabæk IF	Gry C. Wilhelmsen	Bærum kommune
Arvid Ottemo	Fønix kompetanse	Reidar Olsen	DNB-Oslo

Fullført alle 12 gangene

Jan Halland	Statkraft	Tom Slungaard	Fossum IF
Ole Arne Schlytter	Lørenskog FIL	Jan Gausemel	Østre Slidre IL
Jan Hoel	SK Vidar	Kjetil Myklebust	Kystverket M.-Norge
Steinar Myrabø	JBV BIL Oslo	Erik Nafstad	Fet FIK
Dagfinn Arntzen	Ellingsrud	Knut Erichsen	Stovnerkameratene

ARRANGØRER OG MEDHJELPERE

Nordmarka Skogsmaraton 2005 ble arrangert av medlemmer i Jernbaneverkets bedriftsidrettslag i Oslo (JBV BIL Oslo) og idrettslaget IL GeoForm (på Universitetet i Oslo).

Arrangementskomitè i 2005

Leder:	Steinar Myrabø	JBV BIL Oslo og IL GeoForm
Forpleiningsansvarlig:	Tore Fagervold	JBV BIL Oslo
Funksjonæransvarlig	Thorleif Pedersen	JBV BIL Oslo
Sekretariat:	Steinar Danielsen	JBV BIL Oslo
Kasserer:	Jianwang You	JBV BIL Oslo
Løpskoordinator:	Jan Inge Hansen	IL GeoForm
Løypeansvarlig:	Sverre Bakke	JBV BIL Oslo
Premieansvarlig:	Jon Tolgensbakk	IL GeoForm
Transportansvarlig:	Odd Magne Olsen	JBV BIL Oslo
Salgsansvarlig:	Roger Nilsen	JBV BIL Oslo
Sponsoransvarlig:	Steinar Myrabø	JBV BIL Oslo og IL GeoForm
Grafisk designer:	Terje Sundberg	IL GeoForm

Medlemmer fra bedriftsidrettslagene i NVE, Statkraft og Statnett stilte som funksjonærer under løpet sammen med tilsvarende hjelpere fra Jernbaneverket og IL GeoForm. I tillegg stilte også familie og venner av disse, samt medlemmer i Kondis.

Kondis har hjulpet til med speaker og bl.a. PR på www.kondis.no

Resultatlista er lagt ut på internettsida: www.skogsmaraton.no



Jernbane er det miljømessig beste transportalternativet

Toget har et lavere energiforbruk enn andre former for transport, og cirka 80 prosent av dagens togtilbud drives av hydroelektrisk energi med lite eller intet utslipp.

Flytrafikken bruker syv ganger så mye energi som tog drevet av hydroelektrisk energi.

Godstrafikk med lastebil bruker nesten seks ganger så mye energi som transport med godstog drevet med hydroelektrisk energi.

Også dieseldrevne tog har lavere energiforbruk og CO₂-utslipp enn både personbil, buss og lastebil.

Kilde: SSB

IL. GEOFORM

IL Geoform er et lite idrettslag med noe over 100 medlemmer. Laget ble stiftet i 1973 med utgangspunkt i geografimiljøet ved Universitetet i Oslo. Hovedaktiviteten er orientering, og det arrangeres åpne treningsløp hver uke. Av andre idrettsgrener er det friidrett - mosjonsløp og stafetter - ski og volleyball som aktiviserer flest medlemmer. Laget er medlem av Norges Orienteringsforbund og Norges Friidrettsforbund.

JERNBANEVERKET (JBV BIL Oslo)

Jernbaneverket (JBV) eier og forvalter infrastrukturen (jernbanestrekningene) i Norge. JBV er ansvarlig for drift og vedlikehold, og skal arbeide for at jernbanetransport er en sikker og konkurransedyktig transportform, integrert med det øvrige transportnettet. Nordmarka Skogsmaraton står for og jobber med de samme hovedmålene som JBV (om på en litt annen måte): Sikkerhet, økonomi og effektivitet, mennesket i organisasjonen, konkurransekraft, punktlighet og miljø.

Bedriftsidrettslaget JBV BIL Oslo (tidligere BRØBIL), ble stiftet i 1995 og har nå ca. 120 medlemmer med varierte interesser og innsats. Det er grupper som driver med løping, orientering, langrenn, fotball og innebandy. Andre former for aktiviteter er bowling, strandvolleyball, sykling, golf, aerobic, samt "tur og trim". De legger stor vekt på det sosiale for at flest mulig skal få sjansen til å delta på ulike aktiviteter.

STATKRAFT

Statkraft er Norges største og Nordens nest største kraftprodusent. Bedriften driver og har eierinteresser i en rekke kraftstasjoner som til sammen dekker nærmere en tredjepart av kraftproduksjonen i Norge. I 1992 ble Statkraft omdannet til et statsforetak som er heleid av den norske stat representert ved Nærings- og energidepartementet. Statkraft drives som et aksjeselskap med administrativ og økonomisk frihet.

Statkrafts bedriftsidrettslag har ca. 150 medlemmer. Laget består av en rekke grupper: aerobics, friidrett, ski/orientering, squash, tennis, fotball herrer (nystartet) og "tur og trim"; en gruppe for medlemmer og ikke-medlemmer, for aktive, turfolk og andre. Bedriftsidrettslaget forsøker med denne allsidigheten å trekke med seg både aktive idrettsutøvere og de som ønsker aktiviteter på et mer behagelig plan.

KONDIS

Kondis er en serviceorganisasjon for løpere på alle nivå og for alle som driver krysstrening. Våre viktigste oppgaver er:

- å utgi hele Norges løpe- og mosjonsblad KONDIS.
- å drive nettstedet www.kondis.no som har daglige nyheter og masse informasjon om mange kondisjonsidretter.
- gi individuell medlemservice. Fra vårt servicekontor får du svar på spørsmål om trening, konkurranser, utstyr, reiser osv.
- å hjelpe arrangører til å skape attraktive arrangement.
- å yte service til trenings- og løpegrupper og hjelp til oppstart av slike grupper.
- arbeide for å bedre mediedekningen av løping og andre kondisjonsidretter.
- å gi deg medlemsrabatter og medlemsfordeler

Du kan melde deg inn på nettstedet: www.kondis.no

Resultater

Klassevis resultatliste

Plass	Navn	Klubb	Løp	Tid	Etter	Km-tid
Kvinner aktive 18-34 år						
1	Marianne Opsahl	Ullensaker Kisa	5	3:22:46		04:48
2	Nina Anette Hongseth		4	3:34:54	12:08	05:05
3	Kristin Kopland	OSI	2	3:39:06	16:20	05:11
4	Wendy Jane Fjellstad	NLH-BIL	3	3:44:24	21:38	05:19
5	Hanna Skjæveland Inderaak	Osberg Skilag	1	4:15:52	53:06	06:03
6	Irene Lyngstad	Rustad IL	1	4:16:35	53:49	06:04
7	Thine Wilkens Jernberg		1	4:29:14	1:06:28	06:22
8	Mona Vibeke Moe	SSB IF	1	4:39:19	1:16:33	06:37
9	Helen Kerbey		1	4:53:06	1:30:20	06:56
10	Karolina Szamalek		1	4:58:52	1:36:06	07:04
11	Randi Wærnes	Sportsklubben Vidar	1	5:03:51	1:41:05	07:12
12	Emily Fularz		1	6:19:47	2:57:01	09:00
13	Cristian Chisa		1	6:41:29	3:18:43	09:30
DNF	Aiofe Waters		1			
Antall: 14	Påmeldte: 20	Startende: 14				
Kvinner bedrift 18-34 år						
1	Marianne Nes		1	4:42:52		06:42
Antall: 1	Påmeldte: 1	Startende: 1				
Kvinner veteran 35-39 år						
1	Turid Brattebø	Bjerkreim Maratonklubb	1	4:08:49		05:53
2	Sissel Vagle Flogstad	Team Kolsås	1	4:13:53	05:04	06:01
3	Tora Fæste	Kondis	1	4:43:34	34:45	06:43
4	Mariann Landstad	Byåsen Trondheim	1	5:10:45	1:01:56	07:21
5	Dawn M. Raisanen		1	6:19:46	2:10:57	09:00
Antall: 5	Påmeldte: 6	Startende: 5				
Kvinner veteran 40-44 år						
1	Torun Dyrkorn	Toyota Bil	1	3:52:28		05:30
2	Ann-theres Mosberg Pedersen	Il Express	1	3:53:53	01:25	05:32
3	Laila Engelsen	DNL	9	4:06:26	13:58	05:50
4	Ina Holmen	Prince Albert	1	4:19:51	27:23	06:09
5	Sissel Pettersen Fuglu	Vormsund Skiklubb	1	4:41:31	49:03	06:40
6	Gry Knudsen		4	4:46:19	53:51	06:47
7	Ninni E. Nordbø	Flekkefjord	1	4:50:55	58:27	06:53
8	Ellen Engebretsen	Oslofjord Triathlon	1	4:59:49	1:07:21	07:06
Antall: 8	Påmeldte: 8	Startende: 8				
Kvinner veteran 45-49 år						
1	Åse Sandberg Hovden	Raufoss IL	7	3:39:54		05:12
2	Kristin B Matre	SIR	4	3:50:03	10:09	05:27
3	Kaia Giltvedt		1	4:31:37	51:43	06:26
4	Linni Tiller		1	4:40:25	1:00:31	06:38
5	Anne Brit Kristiansen		4	4:52:38	1:12:44	06:56
Antall: 5	Påmeldte: 5	Startende: 5				

Plass	Navn	Klubb	Løp	Tid	Etter	Km-tid
Kvinner veteran 50-54 år						
1	Ellen Ribe	Asker Skiklubb	4	3:34:36		05:05
2	Wenche Dørum	Skimilajoggen	2	3:55:15	20:39	05:34
3	Ruth Vaabenø	Ttmf	1	5:19:21	1:44:45	07:34
Antall: 3	Påmeldte: 3	Startende: 3				
Kvinner veteran 55-59 år						
1	Björg Guri Kildahl	Fet FIK	10	4:21:53		06:12
2	Turid Malmo Knutsen	Oppegård IL	8	4:51:25	29:32	06:54
3	Gunhild Haukeland	Haugesund IL	6	5:36:24	1:14:31	07:58
Antall: 3	Påmeldte: 3	Startende: 3				
Kvinner veteran 60-64 år						
1	Oline Yksnøy	Gyldendal	5	4:53:22		06:57
Antall: 1	Påmeldte: 1	Startende: 1				
Kvinner veteran 65-69 år						
1	Lillemor Grønntun	Bølerjoggen	5	5:31:38		07:51
Antall: 1	Påmeldte: 1	Startende: 1				
Kvinner mosjon						
	Kerstin Vogel		1	6:28:16		
	Kari Zimmer		1	5:34:32		
	Ann-Marie Dolk		1	4:48:10		
	Anne Margit Bygland		8	6:25:18		
	Eva Gullen	IL Jevnaker	2	4:56:13		
	Signy Henden Rustlie	Telenor BIL	10	5:20:21		
	Ellen Wold	Oslofjord Triatlon	3	5:02:44		
	Torill Skoglund	SBC-Sport	6	5:15:50		
	Tina Mjelde	OPIL	1	4:53:09		
	Liv Gjernes	Ready	1	5:02:43		
	Ane Døssland		1	5:55:20		
	Silvy Pimparé	Oslofjord Triathlon	1	4:31:27		
	Lena Munsterhjelm	Boc	1	4:05:25		
	Ida Døssland	Norsk Trekkhundsklubb	1	5:55:15		
	Rikke Blårud	Abil	1	4:10:42		
DNF	Kacie Cook		1			
Antall: 16	Påmeldte: 17	Startende: 16				
Menn aktive 18-34 år						
1	Stirling Slingerland		1	2:50:24		04:02
2	Tomas Olsen	Lyn Ski	1	2:59:11	08:47	04:14
3	Joachim Thorkildsen		3	3:03:48	13:24	04:21
4	Neil Stuart Marston		1	3:05:17	14:53	04:23
5	Even Olsen	Viddelaget	1	3:07:15	16:51	04:26
6	Reto Trondle	Norrøna Multitude	1	3:10:40	20:16	04:31
7	Joakim Aardal	Raumar o-lag	1	3:17:31	27:07	04:40
8	Ola Skage Sander	Ulanbator Beach Boys	2	3:23:33	33:09	04:49
9	Morten Inge Braut	Sandnes Sk	3	3:37:07	46:43	05:08
10	Lars Vårli	Bamble If	1	3:37:43	47:19	05:09
11	Håvard Lønaas		2	3:42:05	51:41	05:15
12	Bjarne Danielsen	Kondis	2	3:44:23	53:59	05:19
13	Kim Boman	Tøyen Pojat	2	3:49:16	58:52	05:26
14	Johnny Schmidt	Sørum Sjakklubb	1	3:51:09	1:00:45	05:28
15	Hans-G. Viehbrock		3	3:53:55	1:03:31	05:32

Plass	Navn	Klubb	Løp	Tid	Etter	Km-tid
16	Ragnar Semundseth		1	3:55:43	1:05:19	05:35
17	Martin Mølsæter		1	3:55:52	1:05:28	05:35
18	Vidar Berget		9	3:56:40	1:06:16	05:36
19	Håvard Gausemel	OSI	7	4:00:31	1:10:07	05:42
20	Dag Dyremyhr		3	4:01:08	1:10:44	05:42
21	Alan Brogan		1	4:04:12	1:13:48	05:47
22	Victor Strandberg	Ukulele	1	4:07:28	1:17:04	05:51
23	Billy Waters		1	4:10:52	1:20:28	05:56
24	Runar Thorstensen		7	4:11:48	1:21:24	05:58
25	Jan Kristian Stordrang	Flekkefjord	1	4:19:23	1:28:59	06:08
26	Ingebretsen Ståle	Exie	1	4:22:15	1:31:51	06:12
27	Per Lund		2	4:27:49	1:37:25	06:20
28	Ola Magne Liaskar	Coop Norge Bil	2	4:28:09	1:37:45	06:21
29	Ole Vemund Soug	Mge Ups	1	4:28:31	1:38:07	06:21
30	Mads-André Andersen		1	4:28:33	1:38:09	06:21
31	Jonathan Costelloe		1	4:43:41	1:53:17	06:43
32	Øyvind Bratberg	Hammeren Løpetrupp	1	4:47:56	1:57:32	06:49
33	Mark Kerbey		1	4:51:33	2:01:09	06:54
34	Christian Andersen		1	4:57:03	2:06:39	07:02
35	Arild Wærnes	Trondheim Ntn Taekwon-	1	5:03:51	2:13:27	07:12
36	Matthew Paul Brown		1	5:31:41	2:41:17	07:51
37	Rune Salte	Nærbø Il	2	5:34:34	2:44:10	07:55
DNF	Henrik Flygind	Vålerenga Ski	3			
Antall: 38	Påmeldte: 50	Startende: 38				

Menn bedrift 18-34 år

1	Pål Brennhovd	Veritas BIL	2	3:14:25		04:36
2	Tero Markus Paivarinne	Asfalt Cowboys	1	3:15:20	00:55	04:37
3	Egil Hogna	Yara Bil	1	3:25:47	11:22	04:52
4	Morten Wettergren	Abb Bil	1	3:27:50	13:25	04:55
5	Jørgen El Fakiri	Asfalt Cowboys	1	3:44:36	30:11	05:19
6	Rune Hellem	Bos BIL	2	3:45:19	30:54	05:20
7	Svein Egil Nilsen	Skattedirektoratet BIL	1	3:47:27	33:02	05:23
8	Tore Mortensen	Ravn Bil	2	3:49:39	35:14	05:26
9	Lars Strøm	Mikon	1	3:51:56	37:31	05:29
10	Torbjørn Smørgrav	Schlumberger Bil	3	3:59:07	44:42	05:40
11	Bjarte Vindenes	Dnb Nor	3	4:15:03	1:00:38	06:02
12	Magnus Grinde	Ready	1	4:35:26	1:21:01	06:31
13	Nils Einar Eliassen		1	4:42:53	1:28:28	06:42
Antall: 13	Påmeldte: 14	Startende: 13				

Menn veteran 35-39 år

1	Lars Bjarne Reed	Bærum SK	5	2:51:23		04:03
2	Gløer Gløersen	Tønsberg Friidrettsklubb	2	2:53:31	02:08	04:06
3	Erik Haslev	Norstrand	1	3:12:16	20:53	04:33
4	Tormod Seljegard		1	3:12:56	21:33	04:34
5	Pål K Lønseth	OST BIL	6	3:16:54	25:31	04:39
6	Per Jørgen Walstrøm	ANIF	3	3:17:27	26:04	04:40
7	Nils Hjelle	Skattedirektoratet BIL	6	3:22:15	30:52	04:47
8	Jørg Leupold	Vfa Endlos Dresden	1	3:23:32	32:09	04:49
9	Arne Olav Sunde	Sundal Collier Bil	1	3:23:40	32:17	04:49
10	Tore Myhrvold	Sintef Energiforskning	1	3:26:20	34:57	04:53
11	Tom-Rune Bertelsen	Drammen Kickboxing	11	3:32:28	41:05	05:02
12	Espen Wigaard		1	3:36:40	45:17	05:08
13	Christopher Ulrichsen	Heming IL	3	3:37:02	45:39	05:08
14	Eivind Karfjell	Kolbotn Il - Skigruppa	1	3:37:49	46:26	05:09

Plass	Navn	Klubb	Løp	Tid	Etter	Km-tid
15	Lars Løfaldli		5	3:44:46	53:23	05:19
16	Georg Rolandsgården	Øystre Slidre IL	1	3:45:24	54:01	05:20
17	Svein Bjerkesmoen	Bromma IL	2	3:46:43	55:20	05:22
18	Torbjørn Østland	Veritas BIL	2	3:48:07	56:44	05:24
19	Dag Spinde	OSI	1	3:48:37	57:14	05:25
20	Lars-Erik Gustafsson	Schlumberger Bil	1	3:50:09	58:46	05:27
21	Tim Grossmann	Coca-cola Drikker As	1	3:52:27	1:01:04	05:30
22	Ståle Arild Grimen		1	3:54:31	1:03:08	05:33
23	Per Ola Tennebø	Schlumberger Bil	1	3:56:04	1:04:41	05:35
24	Tor Arne Stjern	Raufoss IL	1	4:02:02	1:10:39	05:44
25	Ivar Sandstå	Il Korlevoll Odda	1	4:04:35	1:13:12	05:47
26	Kai Jodlauk	Kronberg Tigers	1	4:05:04	1:13:41	05:48
27	Jan G. Lien		2	4:05:13	1:13:50	05:48
28	Anders Tronstad	Trøsken	1	4:11:27	1:20:04	05:57
29	Erik Fossum	Space Montering As	1	4:17:41	1:26:18	06:06
30	Heine Skarlund	Blomqvist Auksjonshall	1	4:20:30	1:29:07	06:10
31	Tor Olsen	Storebrand BIL	1	4:26:30	1:35:07	06:18
32	Paul Olav Oos		1	4:31:15	1:39:52	06:25
33	Vermund Kongssund	Moelven IL	4	4:33:42	1:42:19	06:29
34	Hans Christian Lillehagen	Lo Bil	1	4:45:33	1:54:10	06:46
35	Mathijs Van Gennep		1	5:04:46	2:13:23	07:13
DNF	Inge Fredagsvik	Coop Norge Bil	7			
DNF	Frode Steinar Nilsen	Oslo	2			
Antall: 37	Påmeldte: 40	Startende: 37				

Menn veteran 40-44 år

1	Kristen Aaby	Sportsklubben Vidar	3	2:44:08		03:53
2	Runar Gilberg	Sportsklubben Vidar	3	2:47:57	03:49	03:58
3	Mounir Benoumma	Sportsklubben Vidar	4	2:50:59	06:51	04:03
4	Jan Halland	Statkraft BIL	12	2:55:39	11:31	04:09
5	Ryszard Lukaszewicz		1	3:00:45	16:37	04:17
6	Alan Sealy	Dark Peak Fell Runners	2	3:01:24	17:16	04:17
7	Geir Wenstøp	Il Express	1	3:04:55	20:47	04:22
8	Johs Gjesdal	Il Varegg	2	3:05:17	21:09	04:23
9	Kim Aarli Larsen	Skeid	9	3:13:22	29:14	04:34
10	Bjørn Olav Norbye	Nemi	2	3:14:07	29:59	04:36
11	Ketil Landmark	Fossum IF	1	3:14:13	30:05	04:36
12	Dag Eirik Vågdal	Edb	2	3:16:27	32:19	04:39
13	Steinar Lien	Oppegård IL	2	3:17:17	33:09	04:40
14	Sven Svensson	Free Runners	2	3:18:27	34:19	04:42
15	Jan Taug	Core As	6	3:20:07	35:59	04:44
16	Tor Treffen	Sjåstad V.Lier IL	6	3:21:48	37:40	04:46
17	Ole Tor Arnheim	Hadeland Glassverk	1	3:22:14	38:06	04:47
18	Tim Bennett	Sportsklubben Vidar	8	3:22:30	38:22	04:47
19	Chris Gregers	Lyn	1	3:23:03	38:55	04:48
20	Frants Mohr	Oslo Club	4	3:23:54	39:46	04:49
21	Torbjørn Ugelstad	DNM	1	3:24:10	40:02	04:50
22	Roger Nilsen	Jbv Bil Oslo	2	3:24:54	40:46	04:51
23	Ross Wakelin	Tistedal	2	3:25:09	41:01	04:51
24	Petter Thurmer	Bærum Kommune BIL	2	3:26:11	42:03	04:53
25	Jan Kristian Bredesen	Free Runners	1	3:26:16	42:08	04:53
26	Michael Long	Crusaders, Dublin	4	3:26:52	42:44	04:54
27	Trond Inge Carlsen	Rustad IL	1	3:27:08	43:00	04:54
28	Geir Y. Hermansen	NORAD BIL	2	3:27:17	43:09	04:54
29	Webjørn Remen	Kjelsås Il	3	3:30:10	46:02	04:58
30	Harald Schibbye	VMETRO BIL	4	3:30:54	46:46	04:59

Plass	Navn	Klubb	Løp	Tid	Etter	Km-tid
31	John Arild Holter	Sørbråten IL	10	3:33:33	49:25	05:03
32	Erik Stræde	Sørum IL	3	3:34:20	50:12	05:04
33	Halvor Sveen	Ready	1	3:35:29	51:21	05:06
34	Galbiati Marco		1	3:39:35	55:27	05:12
35	Stefan Bryngelsson	Tøcksfors IF	2	3:42:03	57:55	05:15
36	Halvor Johnsen	Box Delivery	1	3:45:55	1:01:47	05:21
37	Jostein Lundgaard	Nammo Raufoss Bil	2	3:48:09	1:04:01	05:24
38	Emmanuel Robinet		1	3:48:13	1:04:05	05:24
39	Tommy Oskarsson	Vi som springer	5	3:54:34	1:10:26	05:33
40	Steve Doyle		1	3:54:39	1:10:31	05:33
41	Per Olav Ørbeck Bjørkum		3	3:55:35	1:11:27	05:34
42	Haakon Risholm		1	3:57:15	1:13:07	05:37
43	Lars Mølbach		1	3:59:08	1:15:00	05:40
44	Knut Olav Andersen	IF Tyristubben	10	4:04:44	1:20:36	05:48
45	Nils Lindgren		3	4:13:15	1:29:07	06:00
46	Trond Kivijervi	Posten BIL	10	4:21:02	1:36:54	06:11
47	Rune Midtgård		1	4:26:36	1:42:28	06:19
48	Tom Slungaard	Fossum IF	12	4:31:09	1:47:01	06:25
49	Sigmund Brekka		7	4:33:11	1:49:03	06:28
50	Erik Allgot	G.M. Backe	2	4:48:05	2:03:57	06:49
51	Gunnar Nordbø	Flekkefjord Elektro BIL	4	4:50:58	2:06:50	06:53
52	Eladio Garradio		1	5:04:45	2:20:37	07:13
53	Mike Williams		1	5:09:10	2:25:02	07:19
Antall: 53	Påmeldte: 61	Startende: 53				

Menn veteran 45-49 år

1	Håkon Sverre Høst	Lyn Ski	2	2:53:39		04:06
2	Jan Hoel	Sportsklubben Vidar	12	3:03:41	10:02	04:21
3	Ole Arne Schlytter	Lørenskog FIL	12	3:06:08	12:29	04:24
4	Reinhard Stoewe		1	3:07:23	13:44	04:26
5	Yngve Langgaard	Dnb Nor	8	3:17:33	23:54	04:40
6	Bjarte Ellingsen	Norsk Luftambulans	2	3:20:36	26:57	04:45
7	Radice Mauricio		1	3:24:24	30:45	04:50
8	Einar Iversen	Gjerdrum	5	3:28:44	35:05	04:56
9	Stein Paulsen	Rustad IL	1	3:29:06	35:27	04:57
10	Dag Espeland	Jutul II	3	3:31:38	37:59	05:00
11	Atle Berntsen	Oslo	4	3:32:23	38:44	05:02
12	Roy Fenstad	Stabæk IF	2	3:33:40	40:01	05:03
13	Jeff Schmidt	Nokia Running Club	1	3:34:03	40:24	05:04
14	Kjetil Myklebust	Kystverket Midt-Norge	12	3:37:47	44:08	05:09
15	Øivind Sverreson		1	3:40:11	46:32	05:13
16	Johnny Ringsby	Tøcksfors IF	2	3:42:03	48:24	05:15
17	Morten Persen	Røa IL	3	3:42:20	48:41	05:16
18	Rino Ruds		1	3:43:47	50:08	05:18
19	Morten Hultin	Nera Bil	5	3:43:57	50:18	05:18
20	Bernt Lie	Rustad IL	3	3:51:52	58:13	05:29
21	Bjørn Inge Glimsdal	Nettkontroll As	6	3:54:53	1:01:14	05:33
22	Øystein Mathisen	DNL	5	3:57:07	1:03:28	05:37
23	Ketil Stølen	Fbi Sintef	4	3:58:08	1:04:29	05:38
24	Ottar Røed	Ditt Tempo	4	3:59:15	1:05:36	05:40
25	Jan Kuhnle	Ready	7	4:03:58	1:10:19	05:46
26	Steinar Myrabø	Jbv Bil Oslo	12	4:10:28	1:16:49	05:56
27	Gunnar Frydenlund	Minerva I.s.	1	4:16:18	1:22:39	06:04
28	Jon Weydahl	Drøbak Maratonklubb	6	4:18:23	1:24:44	06:07
29	Holmen	Prince Albert	1	4:19:51	1:26:12	06:09
30	Asbjørn Madsen		1	4:27:42	1:34:03	06:20

Plass	Navn	Klubb	Løp	Tid	Etter	Km-tid
31	Jan Nyqvist	Vi som springer	10	4:31:37	1:37:58	06:26
32	Torvald Spødervold	Bjerkreim Maratonklubb	1	4:33:21	1:39:42	06:28
33	Oddvar Røsten	Rye	2	4:34:49	1:41:10	06:30
34	Ragnar Petersson	Kondis	2	4:36:12	1:42:33	06:32
35	John Helge Inderdal		1	4:52:53	1:59:14	06:56
36	Gjermund Vittersø	Bærum Fjernvarme BIL	3	5:21:13	2:27:34	07:36
DNF	Malvin Nordstrand	Nks-gruppen Bil	4			
Antall: 37	Påmeldte: 40	Startende: 37				

Menn veteran 50-54 år

1	Torfinn Torp	Oppegård IL	1	2:54:50		04:08
2	Reidar Matre	Conocophillips	10	3:10:46	15:56	04:31
3	Ludvig Tennebekk	BKK BIL	2	3:14:23	19:33	04:36
4	Ole Bjørn Braathen	Sjåstad V.Lier IL	7	3:15:30	20:40	04:37
5	Harald 2 Nilsen	Flekkefjord Skilag	2	3:23:57	29:07	04:50
6	Torodd Lybeck	Fagernes	3	3:25:32	30:42	04:52
7	Lars Chr. Dørum	Gilde BIL	3	3:28:55	34:05	04:57
8	Jan Hetland	Egersund Ok	7	3:32:52	38:02	05:02
9	Terje Askildsrud	Viking Bergen	1	3:34:11	39:21	05:04
10	Rune Fossheim	DNL	7	3:38:11	43:21	05:10
11	Torbjörn Karlsson	Arvika Løparklubb	5	3:38:21	43:31	05:10
12	Michel De Paepe	Colmar Marathon Club	1	3:43:20	48:30	05:17
13	Rudolf Roovers	Røstastuken Spranglag	3	3:45:48	50:58	05:21
14	Trygve Utheim Riis	Interenergi	9	3:46:19	51:29	05:21
15	Helge Christensen	Melbu IL	2	3:49:57	55:07	05:26
16	Leo Lansbergen		2	3:51:13	56:23	05:28
17	Jan Arne Handorff	DNL	5	3:59:10	1:04:20	05:40
18	Per Agnar Eikeland	Bjerkreim Maratonklubb	2	4:02:25	1:07:35	05:44
19	Øyvind Watne	Førde Il	1	4:08:23	1:13:33	05:53
20	Erik Nossun	Kondis	1	4:08:38	1:13:48	05:53
21	Finn Kr. Landstad	Jil Trondheim	2	4:09:49	1:14:59	05:55
22	Erik Nafstad	Fet FIK	12	4:13:14	1:18:24	06:00
23	Inge Asbjørn Haugen	Hornindal IL	6	4:13:34	1:18:44	06:00
24	Gerhard Korbo	Vissebakkegård	2	4:13:47	1:18:57	06:00
25	Steinar Osland	Bjerkreim Maratonklubb	4	4:22:00	1:27:10	06:12
26	Arne Storheim	Ernst & Young BIL	2	4:25:48	1:30:58	06:17
27	Wiggo Bakken	Jevnaker	4	4:27:00	1:32:10	06:19
28	Svein Pettersen Jarsve		6	4:27:42	1:32:52	06:20
29	Yngvar Kirkerud	HSIL	3	4:36:30	1:41:40	06:33
30	Øivind Neeraas		2	4:39:33	1:44:43	06:37
31	Reidar Andreassen	Aurdal IF	2	4:41:46	1:46:56	06:40
32	Odd Erling Hagen	Asker Skiklubb	1	4:54:22	1:59:32	06:58
33	Bjørn Kristoffersen	Menigheten Guds Ord	5	4:54:32	1:59:42	06:58
34	Tom Harald Jenssen		3	5:19:29	2:24:39	07:34
35	Ivor Gareht Jones		1	5:50:45	2:55:55	08:18
DNF	Bjørn Kåre Gjerde	IL i BUL	7			
Antall: 36	Påmeldte: 40	Startende: 36				

Menn veteran 55-59 år

1	Helge Fuglseth	Ålesund Friidrettsklubb	2	3:17:38		04:41
2	Herbjørn Brennhovd	Hallingdal FIK	3	3:27:19	09:41	04:54
3	Kjell Winther	Vålerenga	5	3:34:39	17:01	05:05
4	Pall Baldursson	Torda Bil	4	3:37:46	20:08	05:09
5	Einar Tingvold	AF gruppen	5	3:40:36	22:58	05:13
6	Tormod Lundberg	Hamar Skikl.	4	3:43:55	26:17	05:18
7	Terje Frøystein	Sf Grei	11	3:45:34	27:56	05:20

Plass	Navn	Klubb	Løp	Tid	Etter	Km-tid
8	Olav Engen	Løpsklubben 1814	3	3:46:33	28:55	05:22
9	Bjørn-Magnar Bergseng		10	4:02:32	44:54	05:44
10	Odd Schjønnesen	DNL	3	4:03:46	46:08	05:46
11	Torstein Østevik	Klepp II	2	4:04:27	46:49	05:47
12	Jan Petter Jørgensen	Fossum IF	10	4:07:38	50:00	05:52
13	Tommy Englund	IK Grane	7	4:07:40	50:02	05:52
14	Svein Søvik	Søvik BIL	6	4:09:35	51:57	05:54
15	Øyvind Handeland	Friskis & Sveltis	4	4:10:47	53:09	05:56
16	Kjell Enok Grude	Song Networks Bil	2	4:10:50	53:12	05:56
17	Knut Erichsen	Stovnerkameratene	12	4:11:25	53:47	05:57
18	Georg Jakhelln	Fossum IF	6	4:12:25	54:47	05:58
19	Lennart Skoog	Stenungsunds OK	6	4:18:34	1:00:56	06:07
20	Bjørn Hågensen		2	4:19:50	1:02:12	06:09
21	Helge Fossheim	Skimilajoggen/cargonet	3	4:20:27	1:02:49	06:10
22	Gunnar Fæhn	Muks	11	4:20:37	1:02:59	06:10
23	Gudmund Bakke	Åskammeratene	3	4:25:50	1:08:12	06:18
24	Bård Rødde	Støren Sportsklubb	1	4:29:09	1:11:31	06:22
25	Ivar Nordland		10	4:32:05	1:14:27	06:26
26	Harald Krøvel	Ådalsnes If	5	4:37:48	1:20:10	06:35
27	Lars Hjelset	Nor-Dan BIL	8	4:40:01	1:22:23	06:38
28	Kåre Petter Nordang		10	4:47:08	1:29:30	06:48
29	Geir Grinde	Skiforeningen	2	4:56:15	1:38:37	07:01
30	Ole Nyfløt	Koll, IL	9	4:58:31	1:40:53	07:04
31	Arne Dan Fjordside	Vissebakkegård	2	5:16:41	1:59:03	07:30
Antall: 31	Påmeldte: 34	Startende: 31				

Menn veteran 60-64 år

1	Kraakmo, Kjell Anders	Nordea BIL	10	3:06:35		04:25
2	Arne Hasvoll	Horten FIK	6	3:32:05	25:30	05:01
3	Kjell Skogvang	DNM	11	3:36:26	29:51	05:07
4	Lars Aresvik	Brummundal	2	3:53:38	47:03	05:32
5	Jan Gausemel	Øystre Slidre IL	12	4:10:43	1:04:08	05:56
6	Harald Johannesen	Drøbak Maratonklubb	7	4:14:14	1:07:39	06:01
7	Hans-Jacob Berntsen	Gular-Bergen	7	4:20:37	1:14:02	06:10
8	Morten Emil Berg	Asker Skiklubb	7	4:25:40	1:19:05	06:17
9	Dagfinn Arntzen	Ellingsrud	12	4:28:39	1:22:04	06:22
10	Gunleik Høyseth	Blefjell II	3	4:34:34	1:27:59	06:30
11	Jarle Hammer	Fearnsport	4	4:39:25	1:32:50	06:37
Antall: 11	Påmeldte: 12	Startende: 11				

Menn veteran 65-69 år

1	Birger Ruud	NKL BIL	2	3:43:03		05:17
2	Bror Ivar Eggen	Hakadal IL	8	3:52:59	09:56	05:31
3	Erik Stoltenberg-Hansson	Norcem Bil	10	3:56:16	13:13	05:35
4	Vebjørn Fagernes	Lærdal II	1	4:06:50	23:47	05:50
5	Arnfinn Abusland		5	4:27:04	44:01	06:19
6	Haavard Breilid		2	4:37:16	54:13	06:34
DNF	Christian Børs-Lind	Røa IL	1			
DNF	Per Oscar Holm-Olsen		3			
Antall: 8	Påmeldte: 9	Startende: 8				

Menn veteran 70-74 år

1	Ernst Magnussen	Fredrikstad IF	11	4:20:24		06:10
Antall: 1	Påmeldte: 1	Startende: 1				

Plass	Navn	Klubb	Løp	Tid	Etter Km-tid
Menn veteran 75-79 år					
1	Hans Rostad	DNL	11	4:18:36	06:07
Antall: 1	Påmeldte: 1	Startende: 1			
Menn veteran 80 år +					
1	Kristoffer Gythfeldt		9	6:43:08	09:33
Antall: 1	Påmeldte: 1	Startende: 1			
Menn mosjon					
	Rainer Henkel		1	6:28:15	
	Knut Petter Brevig	Rustad IL	2	5:32:29	
	Birger Weydahl	felleskjøpet bil	2	5:10:43	
	Bjørn Kvitvik	Kvalbakken	1	5:30:48	
	Rolf Nordli	Kongsvinger IL	6	5:22:54	
	Terje Olsen	Kondis	3	4:32:42	
	Knut Andersen	Vbil	5	4:20:22	
	Magnus Betten		6	4:36:44	
	Arne Lundby	Sandefjord IF	11	4:32:41	
	Per Ove Nordli		1	4:53:09	
	Bengt Dolk		1	4:19:55	
	Kim Martin Kjeve		1	5:02:59	
	Arild Haug		3	5:21:16	
	Ole Alfred Solberg		3	4:17:36	
	Per Olav Danielsen		2	4:07:32	
	Fredrik Marstrander		1	4:31:05	
	Didrik Ellefsen		1	5:03:28	
	Gunnar Kvitvik		1	4:33:23	
	Rune Enger	Kondis	3	4:49:35	
	Nils Bay		11	4:05:57	
	Harald Nilsen	Laksevåg IL	8	4:09:57	
	Roar Arne Kvitvik	Stabil-Bodø	1	5:49:38	
	Morten Staude		1	4:37:17	
	Trond-Rolf Johnsen	Maratonklubben	2	5:19:48	
	Agnar Kvatningen	SBC-Sport	3	6:25:17	
	Alexander Nielsen		1	5:09:33	
	Jens Wollebæk	Kondis	9	4:41:51	
	Thor Jørgen Tangvald	Lørenskog BIL	3	5:18:14	
	Kaare Martin Grasmø	Mcdonalds Bil	1	4:08:29	
	Hans Orsing		9	7:11:22	
	Svein Skinstad	Stensquist	10	5:37:56	
	Ståle Andersen		1	4:14:41	
	Håkon M. Mersland	Bedrift Sør	4	6:20:36	
	Arne Dahlen	Hytteplan	10	5:27:51	
	Olav Olsen	IK Grane	6	5:05:50	
	Kjell Birkeland	IK Grane	10	5:05:51	
	Arne Holtan	Svene IL	1	4:49:06	
	Thomas Hagelid		1	4:48:39	
	Per Øivind Gustavsen		1	4:55:17	
	Johs Johannesen	JIL Ski	3	5:10:42	
	Gunnar Stake-Larsen	Kvale & Co Bil	2	6:56:38	
	Bjarne Brogeland	Moi IL	3	5:22:53	
	Arne Håkon Jørgensen	Sandefjord IF	1	4:35:14	
	Magne Jørgensen	Simula	1	4:29:13	
DNF	Edward T. Watson		1		
DNF	Jørn Eikemo	DNM	7		

Plass	Navn	Klubb	Løp	Tid	Etter	Km-tid
Antall: 46	Påmeldte: 53	Startende: 46				

10 beste kvinner og menn

Plass	Navn	Klasse	Klubb	Tid	Etter	Km-tid
Kvinner						
1	Marianne Opsahl	Kvinner aktive 18-34 år	Ullensaker Kisa	3:22:46		04:48
2	Ellen Ribe	Kvinner veteran 50-54 år	Asker Skiklubb	3:34:36	11:50	05:05
3	Nina Anette Hongseth	Kvinner aktive 18-34 år		3:34:54	12:08	05:05
4	Kristin Kopland	Kvinner aktive 18-34 år	OSI	3:39:06	16:20	05:11
5	Åse Sandberg Hovden	Kvinner veteran 45-49 år	Raufoss IL	3:39:54	17:08	05:12
6	Wendy Jane Fjellstad	Kvinner aktive 18-34 år	NLH-BIL	3:44:24	21:38	05:19
7	Kristin Borgenvik Matre	Kvinner veteran 45-49 år	SIR	3:50:03	27:17	05:27
8	Torun Dyrkorn	Kvinner veteran 40-44 år	Toyota Bil	3:52:28	29:42	05:30
9	Ann-theres Mosberg Pedersen	Kvinner veteran 40-44 år	Il Express	3:53:53	31:07	05:32
10	Wenche Dørum	Kvinner veteran 50-54 år	Skimilajoggen	3:55:15	32:29	05:34
Menn						
1	Kristen Aaby	Menn veteran 40-44 år	Sportsklubben Vidar	2:44:08		03:53
2	Runar Gilberg	Menn veteran 40-44 år	Sportsklubben Vidar	2:47:57	03:49	03:58
3	Stirling Slingerland	Menn aktive 18-34 år		2:50:24	06:16	04:02
4	Mounir Benoumma	Menn veteran 40-44 år	Sportsklubben Vidar	2:50:59	06:51	04:03
5	Lars Bjarne Reed	Menn veteran 35-39 år	Bærums SK	2:51:23	07:15	04:03
6	Glører Gløersen	Menn veteran 35-39 år	Tønsberg Friidrettsklubb	2:53:31	09:23	04:06
7	Håkon Sverre Høst	Menn veteran 45-49 år	Lyn Ski	2:53:39	09:31	04:06
8	Torfinn Torp	Menn veteran 50-54 år	Oppegård IL	2:54:50	10:42	04:08
9	Jan Halland	Menn veteran 40-44 år	Statkraft BIL	2:55:39	11:31	04:09
10	Tomas Olsen	Menn aktive 18-34 år	Lyn Ski	2:59:11	15:03	04:14

Jernbanemesterskap i maraton 2005

Kl. B 5-7

1. Roger Nilsen	JBV BIL Oslo	3:24:54	Jernbanemester og NJIF pokal
2. Steinar Myrabø	JBV BIL Oslo	4:10:28	

Kl. B 8-12

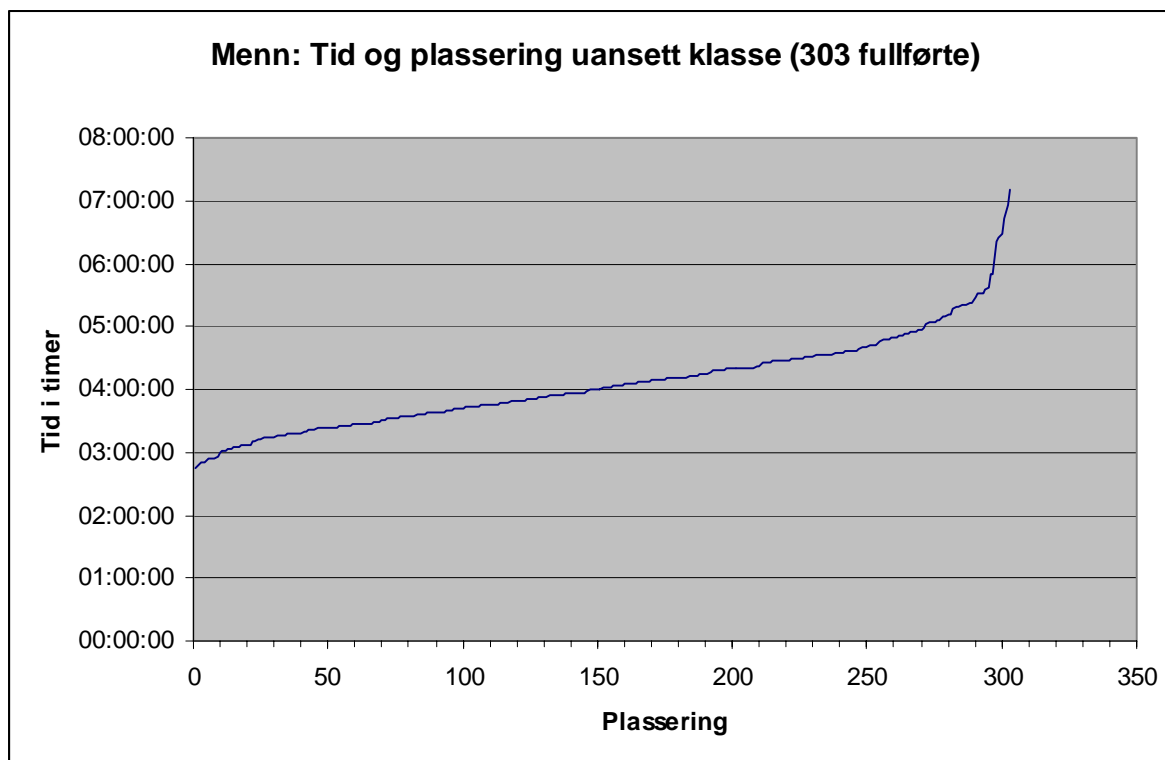
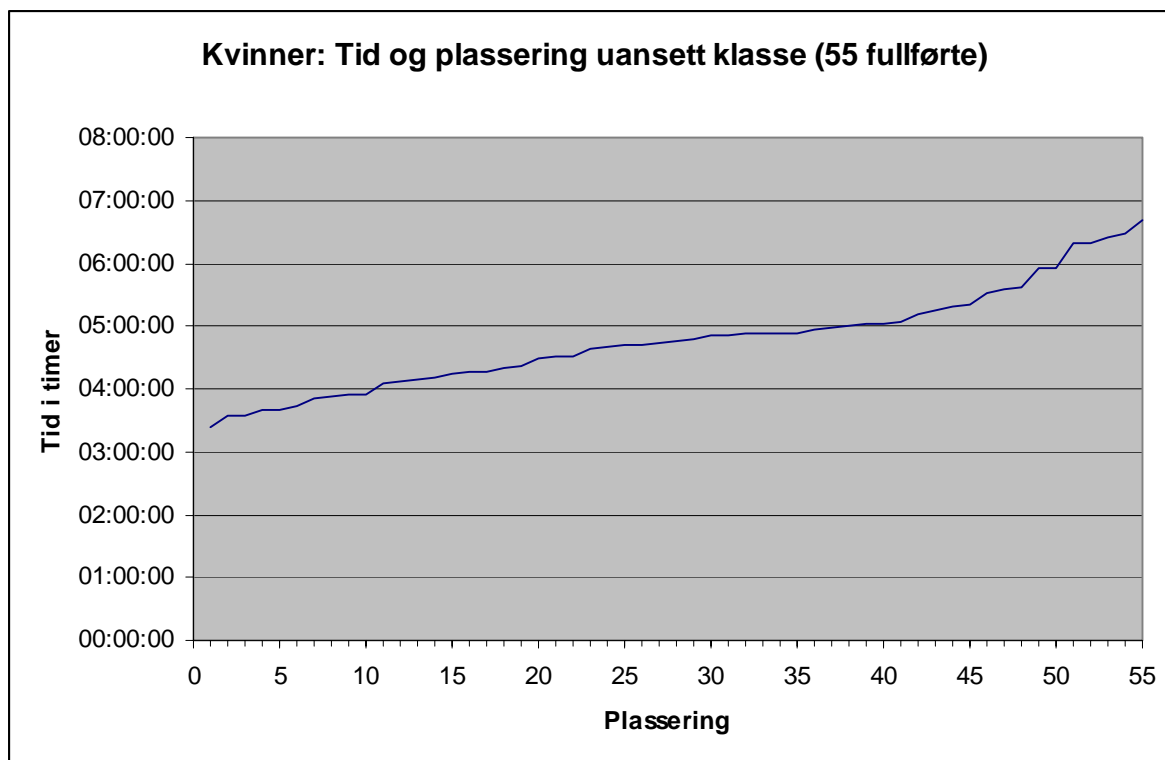
1. Finn Kr. Landstad	JIL Trondheim	4:09:49	Jernbanemester
2. Helge Fossheim	HIL-NSB	4:20:27	
3. Johs Johannessen	JIL Ski	5:10:42	

Gjesteklasse

1. Mariann Landstad	JIL Trondheim	5:10:45	
---------------------	---------------	---------	--

Statistikk

Tidsfordeling 2005



Deltakerfordeling 2005

Klasse	Påmeldt	Startet	Brutt	Fullført
K1: Kvinner aktive 18-34 år	20	14	1	13
K2: Kvinner bedrift 18-34 år	1	1	0	1
K3: Kvinner veteran 35-39 år	6	5	0	5
K4: Kvinner veteran 40-44 år	8	8	0	8
K5: Kvinner veteran 45-49 år	5	5	0	5
K6: Kvinner veteran 50-54 år	3	3	0	3
K7: Kvinner veteran 55-59 år	3	3	0	3
K8: Kvinner veteran 60-64 år	1	1	0	1
K9: Kvinner veteran 65-69 år	1	1	0	1
K10: Kvinner veteran 70 år +	0	0	0	0
K11: Kvinner mosjon 18 år +	17	16	1	15
Kvinner	65	57	2	55
M1: Menn aktive 18-34 år	50	38	1	37
M2: Menn bedrift 18-34 år	14	13	0	13
M3: Menn veteran 35-39 år	40	37	2	35
M4: Menn veteran 40-44 år	61	53	0	53
M5: Menn veteran 45-49 år	40	37	1	36
M6: Menn veteran 50-54 år	40	36	1	35
M7: Menn veteran 55-59 år	34	31	0	31
M8: Menn veteran 60-64 år	12	11	0	11
M9: Menn veteran 65-69 år	9	8	2	6
M10: Menn veteran 70-74 år	1	1	0	1
M11: Menn mosjon 18 år +	53	46	2	44
M12: Menn veteran 80 år +	1	1	0	1
M13: Menn veteran 74-79 år	1	1	0	1
Menn	356	313	9	304
Totalt	421	370	11	359



Selv ett tog gir effekt

Ett godstog kan transportere samme godsmengde som **24 fulllastede vogntog**. Med dagens jernbanenett og trafikkstruktur, er det realistisk å se for seg at det kan kjøres ett godstog mer tur/retur hvert døgn på strekningene Oslo-Trondheim, Oslo-Bergen og Oslo-Stavanger.

Ett godstog mer hvert døgn, tur/retur på disse strekningene, tilsvarer 52 500 færre vogntogtransporter på veiene hvert år.

Ekilde: CargoNet

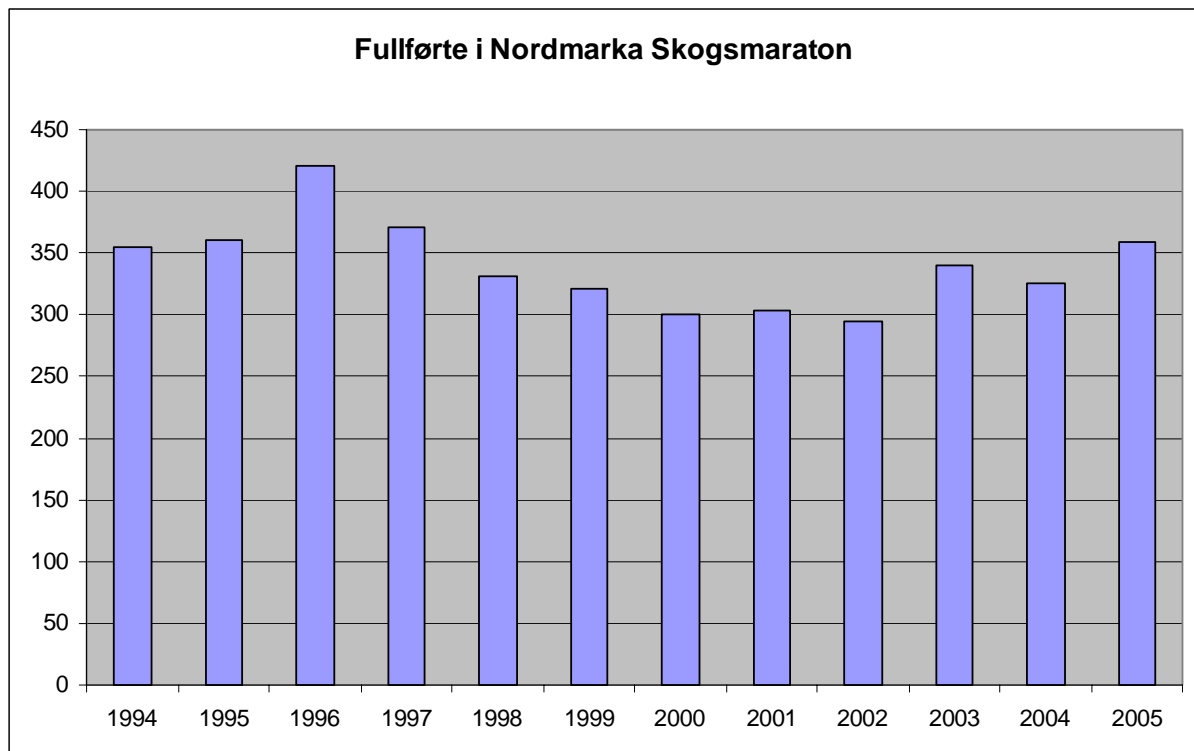
Adelskalender alle år

Nr	Navn	Klubb	Tid	År
1	Wilhelmsen Gry Christine	Bærum kommune	3:03:37	1995
2	Sjøstedt Turid	Sportsklubben Vidar	3:16:10	1998
3	Renna Sigrid	VOSSAR	3:17:06	1995
4	Broadwell Sharon Lynn	Royal Sk Friidrett	3:17:15	2003
5	Thagaard Kristin Sem	Ullevål BIL	3:21:31	2000
6	Fiskevoll Camilla		3:22:00	1996
7	Ljones Lise	Sportsklubben Vidar	3:22:13	1996
8	Tobiassen Kamilla Kleive		3:22:36	1999
9	Aamodt Grethe Foss	Ekebergjoggen	3:23:00	1995
10	Wærp Signe Strømme	Oppegård IL	3:25:29	1994

Nr	Navn	Klubb	Tid	År
1	Aaby Kristen	Sportsklubben Vidar	2:37:49	2000
2	Gilberg Runar	Sportsklubben Vidar	2:39:49	2000
3	Rødvik Ulf	Sportsklubben Vidar	2:41:23	1994
4	Benoumma Mounir	Sportsklubben Vidar	2:42:26	1996
5	Hoel Jan	Sportsklubben Vidar	2:42:29	2000
6	Hole Terje	Åndalsnes	2:43:05	2003
7	Uren Lars Olav	Lørenskog FIL	2:43:12	1996
8	Gløersen Gløer	IL Driv	2:44:25	1995
9	Rypdal Magnor	Isfjorden IL	2:44:37	1996
10	Bergane Jostein	Follo	2:45:05	1994

Tidene er justert for kortere løype i 1994.

Løperutvikling alle år



**Vi takker følgende for støtte til
vårt arrangement:**



Jernbaneverket

