

RESULTATLISTE 2006



Jernbaneverket

JBV BIL Oslo

Nordmarka Skogsmaraton

OPPSUMMERING AV ARRANGEMENTET I 2006

Hele 320 løpere fullførte årets utgave av Nordmarka Skogsmaraton; en liten nedgang fra i fjor men omtrent det samme som i 2004. Dette bør vi være fornøyd med da mange trolig uteble på grunn av det varme været (det var bare ca. 50 etteranmeldte i forhold til normalt over 100). Mange mosjonister, samt enkelte damer og herrer eldre enn hhv 60 og 70 år startet kl. 9.00. Vi gratulerer alle sammen!

Dette betyr at vi også i år, som mange år tidligere, antagelig blir det nest største maratonløpet i Norge!

Været under årets arrangement var upåklagelig for funksjonærene, men nok litt for varmt for deltakerne. Med godt over 20 grader (maksimaltemperatur på Blindern og Tryvannshøyda var hhv 25 og 21 grader) og nesten skyfri himmel, samt ca. tre uker uten regn på forhånd, var det derfor ikke ideelle løpeforhold. Men med nok væskeinntak og svamper på alle drikkestasjonene unngikk en de store problemene med varmen. De fleste brukte nok litt lenger tid enn normalt, men det var bare noen få som måtte bryte på grunn av varmen og sannsynligvis for lite væskeinntak. Både funksjonærer og løpere så ut til å trives.

Det var som vanlig 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 porselensvase 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 Harald Ringen først og Gry Wilhelmsen 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 Lørenseter. 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 21 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 10 fullførte sin 10. skogsmaraton og ble premiert med en tallerken med Kikutstua som motiv. Totalt 15 løpere fullførte for 11. gang og 9 løpere fullførte for 12. gang. De mest "trofaste" deltakerne, hele 10 løpere, har vært med siden starten og fullførte for 13. gang.

Tilbakemeldinger fra årets deltakere har uten unntak vært positive, og selv er vi også fornøyd med arrangementet. Det eneste som skapte noe problem (i år igjen) var dårlig oppfølging fra NIH's side angående leieavtalen vi hadde; ikke noe personell fra NIH kunne

låse opp bygningene til avtalt tid og kiosken ble aldri låst opp. Dette skapte en del styr og stress for å få alt ordnet for de som skulle starte kl. 9.00.

I tillegg skapte også i år noen få mosjonister, som startet kl. 9.00 og brukte mye kortere tid enn 6 timer, en del problemer for funksjonærene ute i løypa.

Vi hadde dessuten noe problemer med sabotasje av merkingen, spesielt mellom drikkestasjon Skjærstjøen og km 11 like før Bjørnholt. Kilometerskiltene fikk vi dessverre ikke gjort noe med, mens merkingen prøvde vi etter beste evne å gjenopprette, men den ble nok ikke like bra som den burde ha vært, og de i mosjonsklassen fikk nok ikke så stor glede av dette.

Håper ingen løpere ble skadelidende av denne sabotasjen.

Vi har notert en del ønsker fra deltakerne, men også mangelen på førstehjelp. Vi pleier å ha en ambulanse ute i løypa og et par-tre førstehjelpspersoner i målområdet. Dette var bestilt også i år, men de dukket aldri opp. Så dette var en stor glipp og jeg holder nå på å undersøke hvor det sviktet.

Muligens vi i fremtiden må se på om vi må ha en nødløsning i tilfelle dette kan skje igjen. Vi beklager derfor hvis noen ikke fikk den hjelpen de hadde behov for!

En 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 deltok i årets arrangement også stiller opp til 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. Vi håper at vi kan ønske velkommen til ett nytt skogsmaraton lørdag den 16. juni 2007.

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)

20/6-2006

Vinnertider

”Nordmarkadronningen” Gry C. Wilhelmsen stilte opp i år igjen, etter sitt første fravær i fjor, og var suverent raskest av damene rundt skogsmaratonløypa på 3.26.00. Om lag 13 minutter bak fulgte Nina Anette Hongseth og nesten 11 minutter bak der igjen kom Torun Dyrkorn. I herreklassen vant Runar Gilberg sin første seier i skogsmaratonløypa på 2.52.14, tett fulgt av Gjermund Sørstad og om lag 5 minutter bak der igjen fulgte Kristen Aaby.

Jernbanemester ble Trond Cato Martinsen fra Flytoget på 3.18.39.

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
2006	Gry C. Wilhelmsen	3.26.00	Runar Gilberg	2.52.14

10-årsjubilanter

Vidar Berget		Kristoffer Gythfeldt	Dnb IL
Laila Engelsen	Bøler IF	Kim Aarli Larsen	Skeid
Tom Lunne	Hosle IL	Ole Nyfløt	Koll IL
Hans Orsing	Ifk Helsingborg	Trygve Utheim Riis	Interenergi
Finn Wilhelmsen	NRK BIL	Jens Wollebæk	Ås IL

Fullført 10 - ganger tidligere:

John Arild Holter	Sørbråten IL	Trond Kivijervi	Posten BIL
Jan Nygvist	Vi som springer	Jan Petter Jørgensen	Fossum IF
Svein Skinstad	Stensquist		

Fullført 11 ganger

Bjørg Guri Kildahl	Fet FIK	Signy Henden Rustlie	Telenor BIL
Knut Olav Andersen	IF Tyristubben	Ivar Nordland	
Reidar Matre	Conocophillips	Bjørn-Magnar Bergseng	
Kåre Petter Nordang		Kjell Anders Kraakmo	Nordea BIL
Erik Stoltenberg-Hanson	Norcem BIL	Arne Dahlen	Hytteplan
Nils Haugen	Lier kommune	Åge Jensen	Romerrike Runners
Ketil Moen	Kondis	Øistein Ackenhausen	Coop Norge BIL
Kjell Birkeland	IK Grane	Reidar Olsen	DNB-Oslo
Arvid Ottemo	Fønix kompetanse	Hans Rostad	DNL

Fullført 12 ganger

Ernst Magnussen
Didrik Grønvold
Tom Rune Bertelsen
Gunnar Fæhn
Arne Lundby

Fredrikstad IF
Stabæk IF
Drm Kickboxing
Loguks
Sandefjord

Nils Bay
Gry C. Wilhelmsen
Terje Frøystein
Kjell Skogvang

Bærum kommune
Sf Grei
DNM

Fullført alle 13 gangene

Jan Halland
Ole Arne Schlytter
Jan Hoel
Steinar Myrabø
Dagfinn Arntzen

Statkraft
Lørenskog FIL
SK Vidar
JBV BIL Oslo
Ellingsrud

Tom Slungaard
Jan Gausemel
Kjetil Myklebust
Erik Nafstad
Knut Erichsen

Fossum IF
Østre Slidre IL
Kystverket M.-Norge
Fet FIK
Stovnerkameratene



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.

Kilde: SSB
Samferdsel defineres her som mobile utslipp fra vei/trafikk, jernbane, luftfart, sjøtransport og noen andre mindre utslipp.

ARRANGØRER OG MEDHJELPERE

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

Arrangementskomitè i 2006

Leder:	Steinar Myrabø	JBV BIL Oslo og GeoForm
Forpleiningsansvarlig:	Tore Fagervold	JBV BIL Oslo
Funksjonæransvarlig	Thorleif Pedersen	JBV BIL Oslo
Sekretariat:	Runar Berg	JBV BIL Oslo
Kasserer:	Sigrun Nygård	JBV BIL Oslo
Løpskoordinator:	Ingeborg Gihle/Johnny Flatmo	JBV BIL Oslo
Løypeansvarlig:	Sverre Bakke	JBV BIL Oslo
Premieansvarlig:	Jon Tolgensbakk	GeoForm
Transportansvarlig:	Jan Inge Hansen	GeoForm
Salgsansvarlig:	Roger Nilsen	JBV BIL Oslo
Sponsoransvarlig:	Steinar Myrabø	JBV BIL Oslo og GeoForm
Grafisk designer:	Terje Sundberg	GeoForm
Nettsideansvarlig	Øyvind Grandum	GeoForm

Medlemmer fra bedriftsidrettslagene i 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 bl.a. PR på www.kondis.no

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

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 transportnett. 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. 130 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.

STATNETT

Statnett har ansvaret for å bringe elektrisk energi dit det er behov for den, ved å transportere elektrisitet mellom regioner og landsdeler. Det er Statnett som planlegger, bygger ut og driver hovednettet for elektrisk kraft i Norge, og som har ansvaret for utenlandsforbindelsene. Dette gjøres sammen med energiverkene og kraftselskapene slik at forbrukerne får en sikker levering av elektrisitet til en akseptabel pris.

Bedriftsidrettslaget i Statnett ble stiftet i 1992, og det har ca. 260 medlemmer. Idrettslaget har 9 ulike gruppetilbud til sine medlemmer. Dette er bowling, fotball, friidrett, jern&metall, orientering, ski, sykkel, squash og "tur og trim".

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 **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: **kondis.no**

Resultater

Klassevis resultatliste

Class	Navn	Klubb	Tid	Etter	Km-tid
Kvinner aktive 18-34 år					
42,195 KM					
1	Nina Anette Hongseth	Ditt Tempo	3:38:58		05:11
2	Marthe Bakken	Sykehuset Innlandet	4:02:51	23:53	05:45
3	Victoria Salbu	NOTEAM	4:12:31	33:33	05:59
4	Hanne Høgmo	Varegg	4:44:54	1:05:56	06:45
	<i>Antall : 4</i>	<i>Påmeldte: 4</i>			
Kvinner bedrift 18-34 år					
42,195 KM					
1	Marianne Nes	Hydro Oslo BIL	4:34:11		06:29
	<i>Antall : 1</i>	<i>Påmeldte: 1</i>			
Kvinner veteran 35-39 år					
42,195 KM					
1	Gry Christine Wilhelmsen	Bærum Kommune BIL	3:26:00		04:52
2	Elisabeth Kristiansen	Bacardi-martini Norge	3:54:30	28:30	05:33
3	Merethe Moe	Høybråten og Stovner	4:16:27	50:27	06:04
4	Torgunn Wiig	Akershus BIL	4:38:12	1:12:12	06:35
5	Mette Wiig	NOTEAM	5:07:46	1:41:46	07:17
DNF	Rikke Blårud	Abil			
DNF	Anette Bjordal Wigaard	NOTEAM			
	<i>Antall : 7</i>	<i>Påmeldte: 7</i>			
Kvinner veteran 40-44 år					
42,195 KM					
1	Ragnhild Sætre	E-joggen	4:17:47		06:06
2	Grid Skogen	Fredrikstad IF	4:28:56	11:09	06:22
DNF	Ann-theres Mosberg Pedersen	Il Express			
	<i>Antall : 3</i>	<i>Påmeldte: 3</i>			
Kvinner veteran 45-49 år					
42,195 KM					
1	Torun Dyrkorn	Eiker O-lag	3:49:38		05:26
2	Laila Engelsen	Bøler IF	3:56:27	06:49	05:36
3	Åse Sandberg Hovden	NOTEAM	4:07:51	18:13	05:52
4	Kristin Matre	NOTEAM	4:15:04	25:26	06:02
5	Alvilde Dancke	Oppegård IL	4:28:00	38:22	06:21
6	Anne Goderstad Norlund	Froland II	4:35:20	45:42	06:31
7	Gry Knudsen	NOTEAM	4:56:31	1:06:53	07:01
8	Anne Brit Kristiansen	NOTEAM	4:58:45	1:09:07	07:04
	<i>Antall : 8</i>	<i>Påmeldte: 9</i>			
Kvinner veteran 50-54 år					
42,195 KM					
1	Inger-Marie Vinje	Kondis	4:34:22		06:30
2	Nina Elisabeth Wasberg	NOTEAM	4:37:28	03:06	06:34
	<i>Antall : 2</i>	<i>Påmeldte: 2</i>			
Kvinner veteran 55-59 år					
42,195 KM					
1	Bjørg Guri Kildahl	Fet FIK	4:40:36		06:39
2	Turid Malmo Knutsen	Oppegård IL	5:19:17	38:41	07:34
	<i>Antall : 2</i>	<i>Påmeldte: 2</i>			

	Kvinner veteran 60-64 år	42,195 KM			
1	Oline Yksnøy	Gyldendal	5:46:10		08:12
	<i>Antall : 1</i>	<i>Påmeldte: 1</i>			
	Kvinner veteran 65-69 år	42,195 KM			
1	Lillemor Grønntun	Bølerjoggen	5:38:30		08:01
2	Signy Henden Rustlie	Telenor BIL	5:58:24	19:54	08:29
	<i>Antall : 2</i>	<i>Påmeldte: 2</i>			
	Kvinner mosjon	42,195 KM			
	Anne Margit Bygland	NOTEAM	7:12:11		
	Ann-Marie Dolk	NOTEAM	5:22:30		
	Beate Engen	NOTEAM	6:13:38		
	Bekkie Wright	NOTEAM	5:18:00		
	Ellen Wold	Oslofjord Triatlon	5:05:26		
DNF	Eva Lundby	NOTEAM			
	Gunhild Haukeland	Haugesund IL	5:40:47		
	Julie Lunt	NOTEAM	4:57:57		
	Liv Gjernes	Ready	4:55:16		
	Maria K. Dahle	Oslofjord Triathlon	4:51:51		
	Pia Fiskvik Karfjell	Team Karfjell	6:32:01		
	<i>Antall : 11</i>	<i>Påmeldte: 12</i>			
	Menn aktive 18-34 år	42,195 KM			
1	Gjermund Sørstad	Sportsklubben Vidar	2:52:21		04:05
2	Keino Valstad	Bøler IF	3:12:20	19:59	04:33
3	Tero Markus Paivarinne	Team Wave Goodbye	3:12:51	20:30	04:34
4	Christian Aarstad Odgaard	NOTEAM	3:17:24	25:03	04:40
5	Trond Cato Martinsen	Flytoget BIL	3:18:39	26:18	04:42
6	Ronny Nordal	Trio	3:19:10	26:49	04:43
7	Joachim Thorkildsen	Sykehuset Asker Og	3:20:26	28:05	04:45
8	Geir Myhr Øien	Ås IL	3:22:07	29:46	04:47
9	Hans Christian Aarnes	NOTEAM	3:26:21	34:00	04:53
10	Andreas Egge Thorsheim	Schibsted Bil	3:28:44	36:23	04:56
11	Arne Kristian Aas	NOTEAM	3:33:51	41:30	05:04
12	Thomas Holm	NOTEAM	3:39:50	47:29	05:12
13	Åke Fagereng	Østmarka Ok	3:41:35	49:14	05:15
14	Håkon Sagberg	Oslofjord Triatlon	3:46:30	54:09	05:22
15	Vegard Sivertsen	Deloitte	3:48:56	56:35	05:25
16	Andre Berger	Pfizer Aktiv	3:53:56	1:01:35	05:32
17	Ole Martin Bollandsås	Rustad IL	3:54:13	1:01:52	05:33
18	Kim Boman	Tøyen Pojat	4:00:42	1:08:21	05:42
19	Gøran Strand Blavik	Kolvreid II	4:01:01	1:08:40	05:42
20	Vidar Berget	NOTEAM	4:02:23	1:10:02	05:44
21	Dag Dyremyhr	NOTEAM	4:03:11	1:10:50	05:45
22	Per Lund	NOTEAM	4:03:59	1:11:38	05:46
23	Håvard Ellefsen	Dreæf	4:04:30	1:12:09	05:47
24	Vidar Brotnov	Team Gnagsår	4:15:49	1:23:28	06:03
25	Henrik Natvig	Nittedal II	4:17:06	1:24:45	06:05
26	Lars Vårli	Bamble If	4:18:48	1:26:27	06:08
27	Runar Thorstensen	NOTEAM	4:28:01	1:35:40	06:21
28	Henning Lyche Christiansen	Dnb Nor	4:31:17	1:38:56	06:25
29	Øyvind Bratberg	Hammeren Løpetrupp	4:37:20	1:44:59	06:34

30	Håvar Gausemel	OSI	4:37:47	1:45:26	06:34
31	Gunnar Nerdrum Aagaard	NOTEAM	4:39:12	1:46:51	06:37
32	Nils Kristian Tofte	NOTEAM	4:42:08	1:49:47	06:41
33	Jan Kristian Stordrange	Flekkefjord	4:49:29	1:57:08	06:51
34	Mats Åhrstrøm	Søf Bedrift	5:04:26	2:12:05	07:12
35	Ole Vemund Soug	Abb Bil	5:07:55	2:15:34	07:17
36	Hein Haraldsen	Enonic	5:27:49	2:35:28	07:46

Antall : 36

Påmeldte: 41

Menn bedrift 18-34 år

42,195 KM

1	Henning Nygård	Telenor BIL	3:12:47		04:34
2	Magnus Billing	Jbv Bil Oslo	3:40:29	27:42	05:13
3	Jørgen El Fakiri	Asfalt Cowboys	3:47:09	34:22	05:23
4	Kristian Hoel	Storebrand Sport	3:51:29	38:42	05:29
5	Kjell Anders Vada	Diplom Is As	3:51:43	38:56	05:29
6	Nicolaj Tidemand	Forsvaret	4:05:27	52:40	05:49
7	Ole-Cato Løbes	Iss Bil	4:16:31	1:03:44	06:04
8	Frode Jevne	Forsvaret	4:17:56	1:05:09	06:06
9	Jan Ivar Røed	Posten BIL	4:23:21	1:10:34	06:14
10	Nicolai Bodd	Fast	4:23:56	1:11:09	06:15
11	Nils Einar Eliassen	Gjernetrimmen	4:35:37	1:22:50	06:31
12	Espen Kronberg	Jbil Moss	5:29:52	2:17:05	07:49

Antall : 12

Påmeldte: 13

Menn veteran 35-39 år

42,195 KM

1	John Steinar Urne	ASK Friidrett	3:10:53		04:31
2	Jørg Leupold	Vfa Endlos Dresden	3:18:56	08:03	04:42
3	Olav Eide	S-Bedrift	3:22:02	11:09	04:47
4	Ronny Bjørkavåg	Vetco Aibel	3:27:13	16:20	04:54
5	Nils Hjelle	Skattedirektoratet BIL	3:27:58	17:05	04:55
6	Nils Ole Kristensen	Statnett BIL	3:30:20	19:27	04:59
7	Per Morten Rennan	NOTEAM	3:38:53	28:00	05:11
8	Lars Løfaldli	NOTEAM	3:46:47	35:54	05:22
9	Egil Hogna	Yara Bil	3:52:20	41:27	05:30
10	Ole Arne Eiksund	NOTEAM	3:52:52	41:59	05:31
11	Pål K Lønseth	OST BIL	3:53:29	42:36	05:32
12	Tim Grossmann	Kronberg Tigers	3:53:54	43:01	05:32
13	Geir Borgerås	NOTEAM	3:54:58	44:05	05:34
14	Tormod Seljegard	NOTEAM	4:11:41	1:00:48	05:57
15	Odd Axel Holten	NOTEAM	4:14:36	1:03:43	06:02
16	Sverre Larsen	Lærerne BIL	4:15:39	1:04:46	06:03
17	Jonas Jaenecke	NOTEAM	4:18:54	1:08:01	06:08
18	Kai Jodlauk	Kronberg Tigers	4:21:52	1:10:59	06:12
19	Ragnar Nygård	NOTEAM	4:29:30	1:18:37	06:23
20	Svein Wiig	Ceres / Kpmg	4:38:13	1:27:20	06:35
21	Bergsvein Byrkjeland	Koll IL	4:49:06	1:38:13	06:51

Antall : 21

Påmeldte: 23

Menn veteran 40-44 år

42,195 KM

1	Runar Gilberg	Sportsklubben Vidar	2:52:14		04:04
2	Jan Halland	Statkraft BIL	2:58:03	05:49	04:13
3	Jørgen Mæland	Bærum	3:05:15	13:01	04:23
4	Harald Ringen	Oppegård IL	3:11:04	18:50	04:31
5	Petter Thürmer	Bærum Kommune BIL	3:26:43	34:29	04:53
6	Jan Åge Moen	SUS BIL	3:28:28	36:14	04:56

7	Michael Long	Crusaders, Dublin	3:30:10	37:56	04:58
8	Kim Aarli Larsen	Skeid	3:30:28	38:14	04:59
9	Klaus Blankenberg	NOTEAM	3:33:22	41:08	05:03
10	Sven Svensson	Free Runners	3:35:35	43:21	05:06
11	Trond Inge Carlsen	Rustad IL	3:37:47	45:33	05:09
12	Jan Kristian Bredesen	Free Runners	3:42:47	50:33	05:16
13	Christopher Ulrichsen	Heming IL	3:43:56	51:42	05:18
14	Finn Tveito	Kondis	3:46:19	54:05	05:21
15	Frants Mohr	Oslo Club	3:48:22	56:08	05:24
16	Tron Ola Sjøvold	Røros II	3:49:01	56:47	05:25
17	Helge Eide	NOTEAM	3:51:37	59:23	05:29
18	Gaute Løge Pedersen	Dnb Nor Bil	3:52:19	1:00:05	05:30
19	Geir Wenstøp	Il Express	3:52:43	1:00:29	05:30
20	Stefan Bryngelsson	Tøcksfors IF	3:53:05	1:00:51	05:31
21	Jon Rørdam	Høybråten og Stovner	3:53:28	1:01:14	05:31
22	Nils Audun Karbø	Ås IL	3:55:24	1:03:10	05:34
23	Harald Borthen Singstad	NOTEAM	3:55:28	1:03:14	05:34
24	Haakon Risholm	NOTEAM	3:58:29	1:06:15	05:39
25	Steven Peter Doyle	NOTEAM	4:11:43	1:19:29	05:57
26	Sverre Solberg	NILU BIL	4:16:07	1:23:53	06:04
27	Roy Kristensen	Hk Herulf	4:17:50	1:25:36	06:06
28	Mats Arnold Brorsson	NOTEAM	4:18:55	1:26:41	06:08
29	Rune Midtgård	NOTEAM	4:21:14	1:29:00	06:11
30	Bjørn Hytjanstorp	Løpsklubben 1814	4:24:12	1:31:58	06:15
31	Tony Keshtjella	NOTEAM	4:26:15	1:34:01	06:18
32	Ola Øvstedal	Ås IL	4:31:24	1:39:10	06:25
33	Knut Olav Andersen	IF Tyristubben	4:34:09	1:41:55	06:29
34	Erik Nordgreen	NOTEAM	4:37:55	1:45:41	06:35
35	Frode Ødegårdsstuen	Synnfjell OK	4:40:50	1:48:36	06:39
36	Jakob G. Wolstad	Asker Skiklubb	4:47:27	1:55:13	06:48
37	Gunnar Nordbø	Flekkefjord Elektro BIL	4:55:28	2:03:14	07:00
38	Tom M. Pettersen	Nittedal C.K	5:01:41	2:09:27	07:08
39	Einar S. Huse	Bærums SK	5:12:12	2:19:58	07:23
40	Tom Slungaard	Fossum IF	5:12:22	2:20:08	07:24
41	Sigmund Brekka	Høvdingen	5:28:33	2:36:19	07:47
DNF	Jan Heggholmen	Kondis			
	<i>Antall : 42</i>	<i>Påmeldte: 44</i>			

Menn veteran 45-49 år

42,195 KM

1	Kristen Aaby	Sportsklubben Vidar	2:57:43		04:12
2	Vidar Nilsen	Norges Bank BIL	3:06:34	08:51	04:25
3	Ketil Landmark	Storebrand IL	3:21:31	23:48	04:46
4	Jan Hoel	Sportsklubben Vidar	3:21:39	23:56	04:46
5	Atle Berntsen	NOTEAM	3:21:53	24:10	04:47
6	Didrik Grønvold	Stabæk IF	3:28:17	30:34	04:56
7	Ole Arne Schlytter	Lørenskog FIL	3:28:21	30:38	04:56
8	Rolf Bakken	Fik Orion	3:28:23	30:40	04:56
9	Tor Treffen	Sjåstad V.Lier IL	3:33:48	36:05	05:04
10	Halvor Sveen	Ready	3:36:46	39:03	05:08
11	Anders Hansen	Krapfoss Maraton	3:45:23	47:40	05:20
12	Sjur Tømte	Fredrikstad IF	3:49:35	51:52	05:26
13	Magne Karstensen	NOTEAM	3:51:26	53:43	05:29
14	Tord Blucher	Storådalens Sk	3:52:31	54:48	05:30
15	Bernt Bratsberg	Kondis	3:53:21	55:38	05:31
16	Morten Persen	Røa IL	3:53:30	55:47	05:32

17	Johnny Ringsby	Tøcksfors IF	3:57:54	1:00:11	05:38
18	Nils Haugen	Lier kommune	3:58:49	1:01:06	05:39
19	Jon Hovden	Raufoss IL	4:07:51	1:10:08	05:52
20	Kjetil Myklebust	Kystverket Midt-Norge	4:11:13	1:13:30	05:57
21	Ketil Stølen	Fbi Sintef	4:11:38	1:13:55	05:57
22	Erling Sveta	NOTEAM	4:19:45	1:22:02	06:09
23	Nils Lindgren	NOTEAM	4:22:34	1:24:51	06:13
24	Dag Henrik Berggrav	Heming IL	4:32:42	1:34:59	06:27
25	Christer Høgberg	IF Göta	4:33:14	1:35:31	06:28
26	Dagfinn Sæther	HODR IL	4:34:32	1:36:49	06:30
27	Åge Jensen	Romerike Runners Team	4:45:47	1:48:04	06:46
28	Terje Haraldsen	Mattilsynet	4:50:35	1:52:52	06:53
29	Asbjørn Madsen	NOTEAM	4:55:22	1:57:39	07:00
30	Tore Schwatz Olsen	Null Blodsmak	5:04:05	2:06:22	07:12
31	Morten Hauge	NOTEAM	5:07:42	2:09:59	07:17
32	Lars Myhrvold	NOTEAM	5:09:28	2:11:45	07:20
33	David Acris	First Active	5:10:05	2:12:22	07:20
34	Thomas Ruud	Lommedalen II	5:14:33	2:16:50	07:27
	<i>Antall : 34</i>	<i>Påmeldte: 38</i>			

Menn veteran 50-54 år

42,195 KM

1	Håkon Sverre Høst	Lyn Ski	3:01:52		04:18
2	Bjørn Kåre Gjerde	NOTEAM	3:21:46	19:54	04:46
3	Reidar Matre	NOTEAM	3:31:00	29:08	05:00
4	Ole Bjørn Braathen	Sjåstad V.Lier IL	3:35:38	33:46	05:06
5	Yngve Langgaard	Dnb Nor	3:46:25	44:33	05:21
6	Ståle Hundsnes	Bryne II	3:48:38	46:46	05:25
7	Leif Thingsrud	Riksarkivbygningens BIL	3:49:10	47:18	05:25
8	Rudolf Roovers	Røstastuken Spranglag	3:51:05	49:13	05:28
9	Lars Chr. Dørum	Skimilajoggen	3:51:15	49:23	05:28
10	Jan Arne Handorff	DNL	3:53:01	51:09	05:31
11	Trygve Utheim Riis	Interenergi	3:53:31	51:39	05:32
12	Per Agnar Eikeland	Bjerkreim Maratonklubb	3:56:55	55:03	05:36
13	Jan Hetland	Egersund Ok	3:58:08	56:16	05:38
14	Nils Olav Fondenær	Kondis	4:02:50	1:00:58	05:45
15	Erik Nossun	Kondis	4:10:43	1:08:51	05:56
16	Rune Fossheim	Kondis	4:13:13	1:11:21	06:00
17	Torbjörn Karlsson	Arvika Løparklubb	4:16:03	1:14:11	06:04
18	Morten Stensby	Ck Valdresekspressen	4:16:36	1:14:44	06:04
19	Roger Andersson	Vi som springer	4:17:43	1:15:51	06:06
20	Geir Matthiasen	Veidekke BIL	4:19:45	1:17:53	06:09
21	Jørn Hoelstad Pettersen	Skaubygda II	4:20:31	1:18:39	06:10
22	Erik Nafstad	Fet FIK	4:31:34	1:29:42	06:26
23	Kjell Søyland	Bjerkreim Maratonklubb	4:34:07	1:32:15	06:29
24	Øivind Neeraas	NOTEAM	4:34:17	1:32:25	06:30
25	Anders Ask	Tollernes IL	4:34:21	1:32:29	06:30
26	Steinar Osland	Bjerkreim Maratonklubb	4:39:01	1:37:09	06:36
27	Ottar Arnold Eide	Romerike Runners Team	4:42:04	1:40:12	06:41
28	Yngvar Kirkerud	HSIL	4:42:56	1:41:04	06:42
29	John Fredrik Lund	Kongsvinger IL	4:43:38	1:41:46	06:43
30	Reidar Peersen	NOTEAM	4:44:53	1:43:01	06:45
31	Odd Erling Hagen	Asker Skiklubb	4:50:02	1:48:10	06:52
32	Kjell-Ove Ødegård	Jbv Bil Oslo	4:55:25	1:53:33	07:00
33	Øivind Holm	Nordea BIL	4:56:48	1:54:56	07:02
34	Hein Th. Ferre	Nittedal C.K	5:01:42	1:59:50	07:09

35	Bjarne Dalene	Posten BIL	5:03:59	2:02:07	07:12
36	Inge Asbjørn Haugen	Hornindal IL	5:06:41	2:04:49	07:16
37	Ragnar Hatlem	NOTEAM	5:12:44	2:10:52	07:24
	<i>Antall : 37</i>	<i>Påmeldte: 41</i>			

Menn veteran 55-59 år

42,195 KM

1	Einar Tingvold	AF gruppen	3:30:22		04:59
2	Øivind Øiseth	Oslo Idrettslag	3:34:40	04:18	05:05
3	Finn Kr. Landstad	Jil Trondheim	4:01:47	31:25	05:43
4	Páll Baldursson	Torda Bil	4:01:55	31:33	05:43
5	Bjørn-Magnar Bergseng	NOTEAM	4:04:34	34:12	05:47
6	Herbjørn Brennhovd	Gol IL	4:07:11	36:49	05:51
7	Tom Lunne	Hosle IL	4:08:45	38:23	05:53
8	Øyvind Handeland	Friskis & Svettis	4:10:56	40:34	05:56
9	Gunnar Fæhn	DNM	4:23:30	53:08	06:14
10	Terje Frøystein	Sf Grei	4:25:43	55:21	06:17
11	Georg Jakhelln	Fossum IF	4:25:58	55:36	06:18
12	Torstein Østevik	Klepp II	4:28:44	58:22	06:22
13	Ragnar Lorentsen	Kondis	4:30:15	59:53	06:24
14	Arvid Ljosdal	Tonstad II	4:30:21	59:59	06:24
15	Geir Grinde	Skiforeningen	4:51:49	1:21:27	06:54
16	Helge Fossheim	Skimilajoggen/cargonet	4:59:02	1:28:40	07:05
17	Jens Ytereide	NOTEAM	5:06:18	1:35:56	07:15
18	Ragnar Solberg	Oppsal IF	5:08:50	1:38:28	07:19
19	Kåre Petter Nordang	NOTEAM	5:10:54	1:40:32	07:22
20	Ivar Nordland	BFG Fana	5:22:13	1:51:51	07:38
21	Svein Pettersen Jarsve	Kondis	5:22:14	1:51:52	07:38
	<i>Antall : 21</i>	<i>Påmeldte: 23</i>			

Menn veteran 60-64 år

42,195 KM

1	Kjell Anders Kraakmo	Nordea BIL	3:17:55		04:41
2	Knut Vehus	AAV Bil	3:50:11	32:16	05:27
3	Kjell Skogvang	DNM	3:51:44	33:49	05:29
4	Arne Hasvoll	Horten FIK	3:52:56	35:01	05:31
5	Hugo Liss	Storådalens Sk	4:17:25	59:30	06:06
6	Knut Erichsen	Stovnerkameratene	4:29:14	1:11:19	06:22
7	Ole Nyfløt	Koll IL	4:34:46	1:16:51	06:30
8	Lars Hjelleset	Nor-Dan BIL	4:35:03	1:17:08	06:31
9	Jan Gausemel	Øystre Slidre IL	4:40:10	1:22:15	06:38
10	Harald Johannesen	Drøbak Maratonklubb	4:43:54	1:25:59	06:43
11	Gunleik Høyseth	Blefjell IL	4:47:57	1:30:02	06:49
12	Dagfinn Arntzen	Ellingsrud	4:53:00	1:35:05	06:56
13	Georg Bull	Shell spkl	4:53:11	1:35:16	06:56
14	Gunnar Wulvik	ASK Friidrett	4:55:42	1:37:47	07:00
15	Leif Søyland	Telemark fylke BIL	5:06:17	1:48:22	07:15
16	Ola Skildheim	DNL	5:22:57	2:05:02	07:39
DNF	Sverre Mostue	Flintjoggen			
	<i>Antall : 17</i>	<i>Påmeldte: 21</i>			

Menn veteran 65-69 år

42,195 KM

1	Lars Aresvik	Brummundal	3:51:02		05:28
2	Erik Stoltenberg-Hansson	Norcem Bil	4:20:48	29:46	06:10
3	Valery Pavlovs	NOTEAM	4:32:51	41:49	06:27
4	Arnfinn Abusland	NOTEAM	4:35:35	44:33	06:31
5	Per Oscar Holm-Olsen	Løveløper	4:36:49	45:47	06:33

6	Gunnar Jensen	Sf Grei	4:47:59	56:57	06:49
7	Jens Wollebæk	Ås IL	4:53:27	1:02:25	06:57
8	Bror Ivar Eggen	Hakadal IL	5:01:44	1:10:42	07:09
9	Finn Wilhelmsen	NRK BIL	5:14:15	1:23:13	07:26
	<i>Antall : 9</i>	<i>Påmeldte: 9</i>			

	Menn veteran 70-74 år	42,195 KM			
1	Ernst Magnussen	Fredrikstad IF	4:32:11		06:27
2	Ketil Moen	Kondis	4:46:40	14:29	06:47
	<i>Antall : 2</i>	<i>Påmeldte: 2</i>			

	Menn veteran 80 år +	42,195 KM			
1	Kristoffer Gythfeldt	Dnb IL	7:41:45		10:56
	<i>Antall : 1</i>	<i>Påmeldte: 1</i>			

	Menn mosjon	42,195 KM			
	Arild Haug	NOTEAM	5:30:50		
	Arne Dahlen	Hytteplan	5:45:13		
	Arne Holtan	Svene IL	4:26:20		
	Arne Lundby	Sandefjord IF	4:55:43		
	Asbjørn Nordal	Ekebergjoggen	5:35:53		
	Bengt Dolk	NOTEAM	4:22:04		
	Bjørn Asle Aspelien	Modum F.I.K.	5:19:20		
	Christian Andersen	NOTEAM	5:46:35		
	Dag Krogs vold	NOTEAM	4:04:24		
	Dag Sture Eine Friis	Innovasjon Norge	6:05:03		
	Edmund Holtkamp	NOTEAM	3:57:33		
	Eivind Karfjell	Asker Skiklubb	6:32:01		
	Fredrik Weberg-Larsen	Fredrikstad Skiklubb	4:07:15		
	Hans Orsing	lfk Helsingborg	7:56:39		
	Håkon M. Mersland	Bedrift Sør	6:23:55		
	Jan Kinn	JIL Oslo S	7:13:17		
	Jay Seashore	NOTEAM	6:13:05		
	Joakim M. Hovet	NOTEAM	5:30:49		
	Joseph Poliquin	NOTEAM	5:18:02		
	Karl Vidar Smith	NOTEAM	7:23:51		
	Kjell Birkeland	IK Grane	5:31:04		
	Kjell Ålstrøm	Kolarmora II	4:55:39		
	Knut Anderssen	NOTEAM	4:59:50		
	Lars Erik Marstein	NOTEAM	4:35:18		
	Mads-André Andersen	Team Andersen	4:59:53		
	Magnus Betten	NOTEAM	5:05:26		
	Michael Bodd	NOTEAM	3:10:41		
	Morten Kristiansen	Bjerkvik If	4:54:40		
	Nils Bay	NOTEAM	4:12:49		
	Oddbjørn Gjertsen	NOTEAM	4:31:53		
	Roger Eidstad	NOTEAM	4:44:58		
	Rudiger Neumann	Drøbak Maratonklubb	6:09:55		
	Rune Enger	Kondis	5:11:09		
	Rune Olsen	Fossum IF	4:37:09		
	Sigbjørn Eidsnes	Dnb Nor Bil	4:44:18		
	Steinar Høsoien	Draka Norsk kabel	5:39:39		
	Steinar Myrabø	Jbv Bil Oslo	7:13:18		
	Svein Danielsen	NOTEAM	5:48:18		
	Svein Vidar Olsen	Oslo Gangklubb	5:11:34		

Thomas Kristiansen	NOTEAM	5:03:40
Tom-Erik Jægersborg	Kondis	5:16:08
Tom-Rune Bertelsen	Drammen Kickboxing	4:59:19
Trond Christensen	NOTEAM	5:30:54
Trond-Rolf Johnsen	Maratonklubben	6:10:09
Wiggo Bakken	Jevnaker	4:56:48
Øistein Ackenhausen	Coop Norge Bil	6:42:54
Øistein Schmidt Galaaen	NOTEAM	3:57:55
<i>Antall : 47</i>	<i>Påmeldte: 55</i>	



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

17

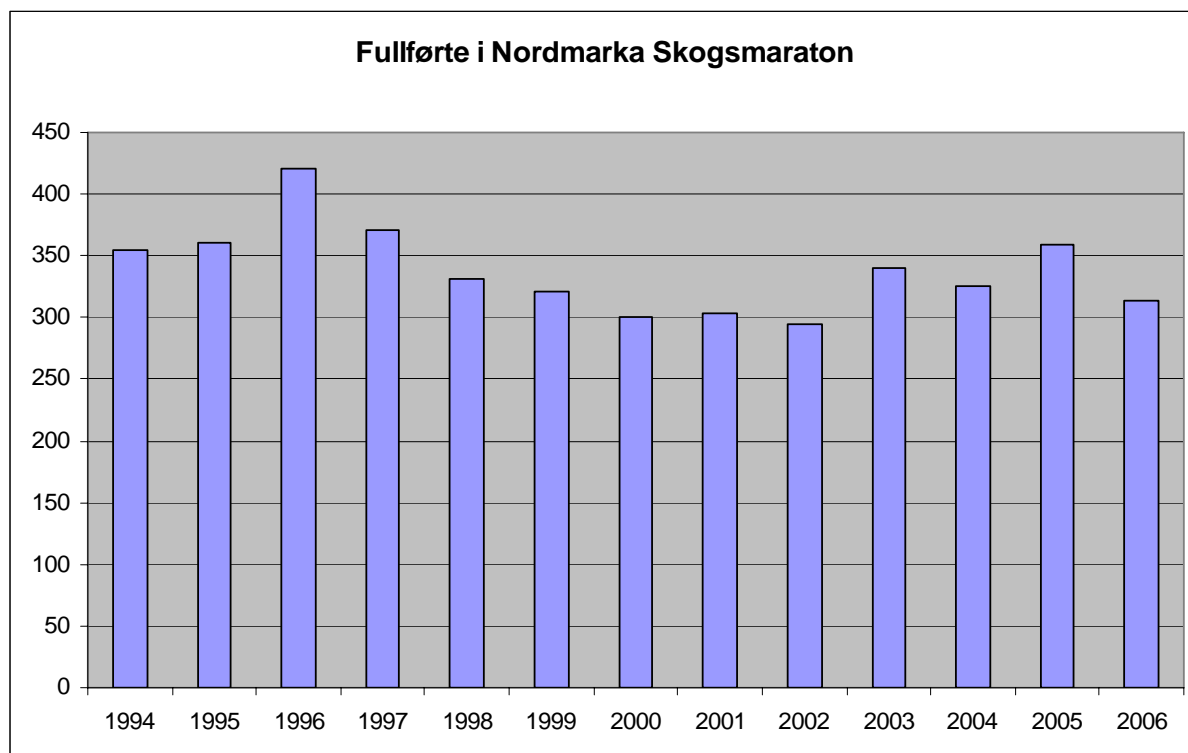
Adelskalender alle år

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



◀ **Kom deg ut**

Meld deg inn ▶

