

Fint vær, 14 °C. Lett overskyet. Ei solid regnskur rett før start! Lang periode med tørrvær – selv om det har vært noe nedbør de siste dagene - gjør at løypa er relativt lettlopt.

2 km**J 14:**

1. Ingvild Aksnes Verdal FIK 14.21

G 13:

1. Mathias Tyldum Botnan IL 15.07

G 14:

1. Mathias Skarstad Trones IL 19.05

Kort løype, 6,7 km**G 16:**

1. Mattis Amundsen Namsen FIF 37,27

2. Martin Løkkemo Gullvikmoen IL 52,31

G 18-19:

1. Finn Moe Namsen FIF 45,20

H 60-64:

1. Arne Ramdal Frol IL 48,20

H 65-69:

1. Kjell Hopen Elvalandet IL 45,57

2. Arvid Bergum Botnan IL 1.04,15

Trim med tid:

Ida Karoline Vannebo Spillum IL 47,43

Per Hammerstrøm Vemundvik IL 42,24

Lang løype, 13,4 km**D 20-34:**

1. Mari Riseth Guin Frol IL 1.19,20

D 35-39:

1. Marit Brøndbo Namdal løpeklubb 1.41,38

H 20-35:

1. Tomas Sandvik Namdal løpeklubb 1.12,11

2. Lars Erik Mjønes Namsos løpeklubb 1.50,34

H 35-39:

1. Morten Skarstad Namdal løpeklubb 1.01,58

2. Vidar Nufsfjord Namdal løpeklubb 1.16,02

H 40-44:

1. Andreas Vannebo Overhalla IL 1.20,30

H 45-49:

1. Arne Ugseth Elvalandet IL 1.16,12

H 50-54:

1. Ola Berget Ogndal IL 1.10,43

H 55-59:

1. Torkild Bruun Botnan IL 1.33,32

Resultater

Trim med tid:

Stig Atle Viken	Overhalla IL	1.45,30
-----------------	--------------	---------

Trim, 2 km

Erik Lilleøen	Overhalla IL
Anne Sofie Vannebo	Spillum IL
Kathrine Hovd	Spillum IL

Trim, kort 6,7

Åse Marie Foss Bruun	Botnan IL
Marit Ugseth	Botnan IL
Ola Norvald Myrvold	Namsos
Eva Myrvold	Namsos
John Magnus Foss Bruun	Botnan IL
John Ove Bruun	Botnan IL
Jan Arne Haugen	Grong IL
Håkon Dalby	Harran IL
Karin Bruun	Botnan IL
Randi Martinsen	Botnan IL
Steinar Martinsen	Botnan IL
Erik Aakervik	Botnan IL
Maja Sitter Mjøen	Namsos
Mette Mjøen	Namsos
Selma Sitter Mjøen	Namsos
Kormassa Brooks	Namsos
Dordi Helene Bruun	Botnan IL
Jan Erik Mortensen	Botnan IL
Janne Birgitte O. Strand	Overhalla IL
Sunniva Kjelbotn	Botnan IL
Inge Kjelbotn	Botnan IL
Kjell Lien	Botnan IL
Mari Ugseth	Elvalandet IL
Lasse Tyldum	Botnan IL
Ragnhild Tyldum	Botnan IL
Oda Tyldum	Botnan IL
Hedda Tyldum	Botnan IL

Trim lang 13,4

Knut Arne Kjelbotn	Botnan IL
Kristian Foss	Botnan IL
Ingvold Evertsen	Namsos
Per Sandvik	Otterøy IL
Terje Husvik	Otterøy IL

Det ble nye løyperekorder på langløypa både i herre- og dameklassen, ved henholdsvis Morten Skarstad og Mari Riseth Guin.

Det ble kåret i alt 15 kretsmestere.

Totalt 57 deltagere.