

Waldemar K. Rossdal satte
ny klubbrekord på 200m.
Foto: Norma Moen



Tilbudene gjelder i.o.m søndag 4/6. For åpningstider se spat.no. Begrensninger på tilbudene kan forekomme. Vi tar forbehold.

Tidernes stævne i Vik

Det ble satt flere klubbrekorder under årets første kretsstevne på Sømna Stadion torsdag.
- Sannsynligvis tidenes største seriestevne i Vik og kanskje på Sør Helgeland, sier Roy Rørmark i Sømna IL.

VIK

NORMA MOEN

Under torsdagens stevne var hele fire klubber representert. Både Brønnøysund, Sandnessjøen, Hattfjelldal og Sømna hadde deltakere med i de fleste grenene. Det ble konkurrert i 60, 100, 1500 og 3000 meter, samt kule, diskos, lengde og høyde.

Rekordfall

En av de som utmerket seg var unge Waldemar Knygh Rossdal. I en alder av 12 år satte han ny klubbrekord i sin aldersklasse på 200 m.

- Jeg er fornøyd med dette løpet. Klubbrekord er selvfølgelig gøy å få med seg, men nå er det bare å trene mer slik at jeg har muligheten til å ta flere. Dette er skikkelig gøy å være med på, sier Rossdal.

På 3000 m var det ikke overraskende Lasse Blom som stakk av med seieren på tiden 8.51.

- Jeg er ikke helt fornøyd med tiden. Jeg hadde som mål å komme under 8.35, men klarte det ikke denne gangen. Årsa-

ken ligger vel kanskje i at jeg har trent hardt den siste tiden, men får ta dette som en test på formen og komme sterkere tilbake.

Mari Brox vant dameklassen og satte ny klubbrekord med tiden 10.35.

- Det var lett å løpe i dag og jeg fikk god flyt allerede fra start. I motsetning til Lasse er jeg godt fornøyd med å ha slått min egen klubbrekord, sier en smilende Brox.

Bronse i NM stafett

Arrangementet var godt representert og Hattfjelldal hadde med tre sterke utøvere. Atle Skundberg, Lars Thomas Sperrokk Larsen og Sondre Mjølkarlid hadde alle sterke tider i sine løp. Samme gruppen deltok i NM stafett og kom hjem med bronse.

- Vi hadde også Sivert Jarmund med da vi vant bronse. Egentlig hadde vi andre plasser i boks inntil siste veksling. Da gikk det galt, men det er bare å se fremover og øve mer på vekslingsene fremover, sier trioen.

Utover løp ble det arrangert både dis-

kos, kule, lengde og høyde.

I kule var familien Dale/Arnøy godt representert. Hele tre generasjoner var i ringen. Bestefar Aksel Arnøy (83), Tor Dale og sønnen Tommy Dahle.

- Det er ikke alle som kan påberope seg at hele tre generasjoner stiller til kretsstevne, men det gjør vi, ler Tommy Dale og veileder bestefar Aksel i ringen.

Diskosrekord

Diskos er ingen ny gren i Sømna, men har ligget nede en stund. I 2016 ble den nye diskosbanen innviet og interessen har økt betraktelig.

- Jeg har aldri gjort dette før, men syns det er kjempeartig. En gren som er helt ny for meg, sier Hedda Baustad og kaster et kjempekast.

- Kanskje dette er begynnelsen på noe mer, ler hun og samler vennegjengen til å prøve seg.

Brage Arumairasa satte klubbrekord i diskos for sin klasse.

- Alt stemte i dag og vi hadde ingen tekniske problemer. Dette skjer dessverre fra tid til annen, men i dag gikk det som smurt. Om det var overskyet, så klarte værgudene å holde regnet borte under stevnet, og det er vi glade for, avslutter Rørmark og minner på HSB-lekene på lørdag.

desk@banett.no
416 89 000



Et godt hopp fra Lars Thomas Sparrok Larsen.

stret selvilliten og alt blir plutt
selig mye enklere, sier Bjørnbak.

aldri føle seg trygg på laget. Det
ligger i idrettens natur at presta-

skulle gjøre det, sier Utluk Salt-
jeg ser ingen grunn til at jeg ikke
må da jeg var yngre, så det er
Rolig med ball

Resultater fra seriestevne Sømna 25. mai 2017

1500M

- J-10**
1 Jonette Evensen Brønnøysund IL
2 Bertine Lund Brønnøysund IL

J-13

- 1 Iselin Evensen Sømna IL 5,35,12
2 Tiril Graven Sømna IL 5,45,52

J-14

- 1 Oda Baustad Sømna IL 6,21,92

KS

- 1 Berit Amundsen Brønnøysund IL
6,08,27

G-10

- 1 Amund Reinford Sømna IL

G-12

- 1 Waldemar Knygh-Rossdal Sømna IL
5,35,50

3000M

- KS** Mari Brox Sømna IL 10,36,84
G-16 Vegard Steinbakken Hattfjelldal IL
9,51,27

G-18

- 1 Eirik Johansen Brønnøysund IL
9,33,58

MS

- 1 Lasse Blom Sømna IL 08,50,75
2 Rolv Jørgen Bredesen Sømna IL
9,53,97

- 3 Lars Thomas Kapelrud Sømna IL
10,40,39

- 4 Steinar Westberg Sømna IL 10,41,23

- 5 Nils-Andre Reinford Sømna IL
10,57,00

- 6 Andreas Dahle Sømna IL 11,17,91

- 7 Martin Lillefjell Sømna IL 11,17,91

- 8 Werner Reinford Sømna IL 11,44,93

LENGDE

J-10

- 1 Bertine Lund Brønnøysund IL
2 Jonette Evensen Brønnøysund IL

J-11

- 1 Maren Sjøvik Hattfjelldal IL 3,20

J-13

- 1 Hedda Skjerve Sandnessjøen IL 3,82

- G-13**
3 Brage Arumairasa Sømna IL 1,00
1 Kajus Zilinskas Sandnessjøen IL 1,53

DISKOS

J-10 Diskos 600g

- Signe R Bredesen Sømna IL
Ingebjørg Hjelte Sømna IL
Kaisa Graven Sømna IL

J-11 Diskos 600g

- 1 Aurora Knygh Sømna IL 14,41
2 Adele Larsen Sørøng Sømna IL 9,67

J-12 Diskos 600g

- 1 Hedda Baustad Sømna IL 16,96
2 Sofie Bredesen Sømna IL 16,14
3 Emma Baustad Sømna IL 11,47

J-13 Diskos 600g

- 1 Thea Nygård Sømna IL 18,75
2 Iselin Evensen Sømna IL 16,59
3 Malin Øyen Sandnessjøen IL 12,50
Kirsten Moen Sømna IL 12,50
5 Tiril Graven Sømna IL 10,15
6 Victoria Strandås Sandnessjøen IL
9,66

J-14 Diskos 750g

- 1 Oda Baustad Sømna IL 18,76

KS Diskos 1,0kg

- 1 Ida Bjørnvolden Sømna IL 21,62
2 Inger Lise Johnsen Sømna IL 20,70
3 Stine Fagerli Sømna IL 20,09

G-10 Diskos 600g

- Jarl Amund Arumairasa Sømna IL
Snorre Baustad Sømna IL

G-12 Diskos 600g

- 1 Brage Arumairasa Sømna IL 25,30
2 Jonas Dahle Sømna IL 15,90

- 3 August Reinford Sømna IL 14,94

G-16 Diskos 1,5kg

- 1 Einar Bjørn Sømna IL 23,26

MS Diskos 2,0kg

- 1 Tommy Dale Sømna IL 31,13
2 Håvard Knygh Sømna IL 24,78
3 Andreas Dahle Sømna IL 23,39
4 Thomas Baustad Sømna IL 22,38
5 Thaya Arumairasa Sømna IL 21,97

- 10,64
5 Malin Øyen Sandnessjøen IL 10,77
J-14
1 Solveig Bjørn Sømna IL 8,99
2 Oda Baustad Sømna IL 9,31

G-10

- 1 Amund Reinford Sømna IL
2 Adrian Olsen Sømna IL
3 Heine Grøttheim Sømna IL

G-11

- 1 Erling Fuser Sandnessjøen IL 10,10
2 Andrija Kostic Sandnessjøen IL 10,34
G-12
1 Waldemar Knygh Rossdal Sømna IL
9,27

- 2 Sigurd Mjølkarlid Hattfjelldal IL 9,51

- 3 Jonas Dahle Sømna IL 9,92

- 4 Gabriel Lande Norheim Hattfjelldal IL
10,00

- 5 August Reinford Sømna IL 10,11

- 6 Odne Vollen Hattfjelldal IL 10,36

- 7 Iver Vollen Hattfjelldal IL 10,67

- 8 Brage Arumairasa Sømna IL 12,60

G-13

- 1 Didrik Gartland Hattfjelldal IL 8,76
2 Kajus Zilinskas Sandnessjøen IL 8,81

G-16

- 1 Atle Skundberg Hattfjelldal IL 7,42

100M

J-15

- 1 Emma Eriksen Sandnessjøen IL 13,33

J-16

- 1 Sunniva Jægtvik Sandnessjøen IL
15,28

G-16

- 1 Atle Skundberg Hattfjelldal IL 11,78
2 Lars Thomas Sparrok Larsen Hattfjelldal IL 12,14

G-17

- 3 Einar Bjørn Sømna IL 13,08
1 August Bergh Jacobsen Sømna IL 12,77

MS

- 1 Espen Olsen Sømna IL 11,86



J-14
1 Solveig Bjøru Sømna IL 4,63
J-15
1 Emma Sofie Eriksen Sandnessjøen IL 4,65
J-16
1 Sunniva Jægtvik Sandnessjøen IL 3,76
G-10
1 Heine Grøttheim Sømna IL
G-11
1 Andrija Kostic Sandnessjøen IL 3,40
2 Erling Fuser Sandnessjøen IL 3,10
G-12
1 Waldemar Knygh-Rossdal Sømna IL 4,40
2 Sigurd Mjølkarlid Hattfjelldal IL 3,91
3 Gabriel Lande Norheim Hattfjelldal IL 3,84
4 Ådne Vollan Hattfjelldal IL 3,45
5 Iver Vollan Hattfjelldal IL 3,33
G-14
1 Didrik Gartland Hattfjelldal IL 3,96
G-16
1 Sondre Mjølkarlid Hattfjelldal IL 6,10
2 Lars Thomas Sparrok Larsen Hattfjelldal IL 5,86
MV 45-49
1 Kjell Vidar Norheim Hattfjelldal IL 5,30

HØYDE

J-10
1 Kaisa Birgitte Graven Sømna IL
2 Bertine Lund Brønnøysund IL
3 Signe Bredesen Sømna IL
4 Jonette Evensen Brønnøysund IL
J-11
1 Aurora Knygh Sømna IL 1,05
2 Adele Larsen Sørøng Sømna IL 0,80
J-12
1 Sofie Bredesen Sømna IL 1,20
J-13
1 Hedda Skjerve Sandnessjøen IL 1,35
2 Kirsten Moen Sømna IL 0,90
J-14
1 Solveig Bjøru Sømna IL 1,35
J-16
1 Sunniva Jægtvik Sandnessjøen IL 1,40
G-11
1 Jørgen Hadland Sømna IL 1,05
2 Andrija Kostic Sandnessjøen IL 1,00
3 Erling Fuser Sandnessjøen IL 0,85
G-12
1 Waldemar Knygh-Rossdal Sømna IL 1,35
2 August Reinford Sømna IL 1,20

MV 85-89 Diskos 1,0kg
1 Aksel Arnøy Sømna IL 20,40

KULE

J-13 Kule 2,0kg
1 Victoria Strandås Sandnessjøen IL 6,34
2 Malin Øyen Sandnessjøen IL 6,21
G-10 Kule 2,0kg
Jarl Amund Arumairasa Sømna IL
G-12 Kule 2,0kg
1 Brage Arumairasa Sømna IL 9,24
2 August Reinford Sømna IL 7,23
MS Kule
1 Tommy Dale Sømna IL 11,07
MV 65-69 Kule 5,0kg
1 Tor Dale Sømna IL 11,41
MV 85-89 Kule 3,0kg
1 Aksel Arnøy Sømna IL 8,15

60M HEKK

J-13
1 Tiril Graven Sømna IL 12,19
2 Hedda Skjerve Sandnessjøen IL 12,50
G-11
1 Erling Fuser Sandnessjøen IL 14,28
2 Andrija Kostic Sandnessjøen IL 15,00
G-12
1 Gabriel Lande Norheim Hattfjelldal IL 11,50
2 Sigurd Mjølkarlid Hattfjelldal IL 11,62
3 Waldemar Knygh Rossdal Sømna IL 12,67
4 Iver Vollan Hattfjelldal IL 15,17
G-16 100m hekk
1 Sondre Mjølkarlid Hattfjelldal IL 14,60

60M

J-10
1 Kaisa Graven Sømna IL
2 Bertine Lund Brønnøysund IL
3 Ingebjørg Hjellev Sømna IL
4 Jonette Evensen Brønnøysund IL
5 Signe Bredesen Sømna IL
J-11
1 Maren Sjøvik Hattfjelldal IL 10,22
2 Aurora Knygh Sømna IL 10,57
3 Adele Larsen Sømna IL 11,35
J-12
1 Emma Baustad Sømna IL 9,79
2 Sofie Bredesen Sømna IL 10,34
J-13
1 Iselin Evensen Sømna IL 8,95
2 Tiril Graven Sømna IL 9,69
3 Kirstin Moen Sømna IL 10,27
4 Victoria Strandås Sandnessjøen IL

200M

J-10
1 Bertine Lund Brønnøysund IL
2 Jonette Evensen Brønnøysund IL
J-13
1 Iselin Evensen Sømna IL 32,47
2 Tiril Graven Sømna IL 33,98
G-10
1 Amund Reinford Sømna IL
2 Heine Grøttheim Sømna IL
G-12
1 Waldemar Knygh-Rossdal Sømna IL 31,03
2 Jonas Dahle Sømna IL 33,06

Barneidretten arrangerte 60m, lengde og liten ball. God deltakelse fra BIL og Sømna IL.

2012
Nikolas Berg Olsen
2011
Mikkel Evensen
Trym Nygaard
2009
Kari Baustad
Frøya Baustad
Dagrun E. Sund
Tor-Einar Hadland
Emil Kolsvik
Julius Evensen
2008
Iben Knygh Rossdal
Thea M. Kveinå
Alida S. Bjørnseth
Trym Bergh Jacobsen
Albin Monsen

Stevne: Kretstevne
Stevnested: Vik
Stevnedato: 25.05.2017
Arrangør: Sømna IL
Kontaktperson: Roy Rørmark
Erklæring*: J
Telefon: 99491129
Epost: roermark@online.no
Utendørs: J

Resultatliste

25.05.2017

60m hekk (68,0cm)

Heat:		Vind	
1	Gabriel Lande Norheim	2005	0,0
2	Sigurd Mjølkarlid	2005	Hattfjelldal IL 11.50
3	Iver Vollen	2005	Hattfjelldal IL 11.62
Heat:			Hattfjelldal IL 15.17
1	Erling Fusker	2006	+2,0
2	Andrija Kostic	2006	Sandnessjøen IL 14.28
3	Heine Grøttheim	2007	Sandnessjøen IL 15.00
			Sømna IL

60m hekk (76,2cm)

Heat:		Vind	
1	Waldemar Knygh Rossdal	2005	0,0
Heat:			Sømna IL 12.67
1	Tiril Graven	2004	+0,3
2	Hedda Skjerve	2004	Sømna IL 12.19
			Sandnessjøen IL 12.50

100m hekk 91,4cm)

Heat:		Vind	
1			+1,9

Kretstevne Vik 25/5-17

G-16	Sondre Mjølkarlid	2001	Hattfjelldal IL	14.60
Heat:	60m			
1	Atle Skundberg	Vind	+1,8	
2	Didrik Gartland	2001	Hattfjelldal IL	7.42
Heat:		2004	Hattfjelldal IL	8.76
1	Erling Fusker	Vind	+0,2	
2	Andrija Kostic	2006	Sandnessjøen IL	10.10
Heat:		2006	Sandnessjøen IL	10.34
1	Amund Reinford	Vind	+1,0	
2	Adrian Olsen	2007	Sømna IL	
3	Heine Grøttheim	2007	Sømna IL	
Heat:		2007	Sømna IL	
1	Bertine Lund	Vind	-0,3	
2	Ingebjørg Hjelle	2007	Brønnøysund IL	
3	Jonette Evensen	2007	Sømna IL	
4	Signe Bredeesen	2007	Brønnøysund IL	
Heat:		2007	Sømna IL	
1	Maren Sjøvik	Vind	0,0	
2	Aurora Knygh	2006	Hattfjelldal IL	10.22
3	Kaisa Graven	2006	Sømna IL	10.57
4	Adele Larsen	2007	Sømna IL	
Heat:		2006	Sømna IL	11.35
1	Waldemar Knygh Rossdal	Vind	0,1	
2	Jonas Dahle	2005	Sømna IL	9.27
3	August Reinford	2005	Sømna IL	9.92
4	Brage Arumairasa	2005	Sømna IL	10.11
Heat:		2005	Sømna IL	12.60
1	Sigurd Mjølkarlid	Vind	+2,0	
2	Gabriel Lande Norheim	2005	Hattfjelldal IL	9.51
3	Ådne Vollan	2005	Hattfjelldal IL	10.00
4	Iver Vollan	2005	Hattfjelldal IL	10.36
		2005	Hattfjelldal IL	10.67

Heat:	8	Vind	0,0	
1	Emma Baustad	2005	Sømna IL	9.81
2	Kirstin Moen	2004	Sømna IL	10.27
3	Sofie Bredeesen	2005	Sømna IL	10.34
Heat:	9	Vind	-0,2	
1	Iselin Evensen	2004	Sømna IL	8.95
2	Tiril Graven	2004	Sømna IL	9.69
3	Victoria Strandås	2004	Sandnessjøen IL	10.64
4	Malin Øyen	2004	Sandnessjøen IL	10.77
Heat:	10	Vind	-0,7	
1	Kajus Zilinskas	2004	Hattfjelldal IL	8.81
2	Solveig Bjørø	2003	Sømna IL	8.99
3	Oda Baustad	2003	Sømna IL	9.31
4	Emma Baustad	2005	Sømna IL	9.79

Heat:	100m	Vind	1,8	
1	August Bergh Jacobsen	2000	Sømna IL	12.77
2	Einar Bjørø	2001	Sømna IL	13.08
Heat:	2	Vind	0,9	
1	Atle Skundberg	2001	Hattfjelldal IL	11.78
2	Espen Olsen	MS	Sømna IL	11.86
3	Lars Thomas Sparrok Lars	2001	Hattfjelldal IL	12.14
Heat:	3	Vind	0,2	
1	Emma Eriksen	2002	Sandnessjøen IL	13.33
2	Sunniva Jægtvik	2001	Sandnessjøen IL	15.28

Heat:	200m	Vind	1,8	
1	Amund Reinfiord	2007	Sømna IL	
2	Heine Grøttheim	2007	Sømna IL	
Heat:	2	Vind	1,4	
1	Iselin Evensen	2004	Sømna IL	32.47

2		Tiril Graven	2004	Sømna IL	33.98
Heat:	3	Vind		1,0	
1		Bertine Lund	2007	Brønnøysund IL	
2		Jonette Evensen	2007	Brønnøysund IL	
Heat	4	Vind		0,3	
1		Waldemar Knyg-Rossdal	2005	Sømna IL	31.03
2		Jonas Dahle	2005	Sømna IL	33.06
		1500m			
J-10					
1		Jonette Evensen	2007	Brønnøysund IL	
2		Bertine Lund	2007	Brønnøysund IL	
J-13					
1		Iselin Evensen	2004	Sømna IL	5,35.12
2		Tiril Graven	2004	Sømna IL	5,45.52
J-14					
1		Oda Baustad	2003	Sømna IL	6,21.92
KS					
1		Berit Amundsen	1974	Brønnøysund IL	6,08.27
G-10					
1		Amund Reinfjord	2007	Sømna IL	
G-12					
1		Waldemar Knygh-Rossdal	2005	Sømna IL	5,35.50
KS		3000m			
		Mari Brox	1986	Sømna IL	10,36.84
G-16					
		Vegard Steinbakken	2001	Hattfjelldal IL	9,51.27
G-18					
		Eirik Johansen	1999	Brønnøysund IL	9,33.58
MS					
1		Lasse Blom	1983	Sømna IL	08,50.75

2	Rolv Jørgen Bredeesen	1973	Sømna IL	9,53.97
3	Lars Thomas Kapelrud	1978	Sømna IL	10,40.39
4	Steinar Westerberg	1969	Sømna IL	10,41.23
5	Nils-Andre Reinfjord	1972	Sømna IL	10,57.00
6	Andreas Dahle	1989	Sømna IL	11,17.91
7	Martin Lillefjell	1987	Sømna IL	11,17.91
8	Werner Reinfjord	1965	Sømna IL	11,44.93

Lengde

J-10				
1	Bertine Lund	2007	Brønnøysund IL	
2	Jonette Evensen	2007	Brønnøysund IL	
J-11				
1	Maren Sjøvik	2006	Hattfjelldal IL	3,20 ok
J-13				
1	Hedda Skjerve	2004	Sandnessjøen IL	3,82 ok
J-14				
1	Solveig Bjørø	2003	Sømna IL	4,63 ok
J-15				
1	Emma Sofie Eriksen	2002	Sandnessjøen IL	4,65 ok
J-16				
1	Sunniva Jægtvik	2001	Sandnessjøen IL	3,76 ok
G-10				
1	Heine Grøttheim	2007	Sømna IL	
G-11				
1	Andrija Kostic	2006	Sandnessjøen IL	3,40 ok
2	Erling Fuser	2006	Sandnessjøen IL	3,10 ok
G-12				
1	Waldemar Knygh-Rossdal	2005	Sømna IL	4,40 ok
2	Sigurd Mjølkarlid	2005	Hattfjelldal IL	3,91 ok
3	Gabriel Lande Norheim	2005	Hattfjelldal IL	3,84 ok
4	Ådne Vollen	2005	Hattfjelldal IL	3,45 ok
5	Iver Vollen	2005	Hattfjelldal IL	3,33 ok

G-14

1 Didrik Gartland 2003 Hattfjelldal IL 3,96 ok

G-16

1 Sondre Mjølkarlid 2001 Hattfjelldal IL 6,10 ok
 2 Lars Thomas Sparrok Lars 2001 Hattfjelldal IL 5,86 ok

MV45-49

1 Kjell Vidar Norheim 1969 Hattfjelldal IL 5,30 ok

Høyde**J-10**

1 Kaisa Birgitte Graven 2007 Sømna IL
 2 Bertine Lund 2007 Brønnøysund IL
 3 Signe Bredeesen 2007 Sømna IL
 4 Jonette Evensen 2007 Brønnøysund IL

J-11

1 Aurora Knygh 2006 Sømna IL 1,05
 2 Adele Larsen Søreng 2006 Sømna IL 0,80

J-12

1 Sofie Bredeesen 2005 Sømna IL 1,20

J-13

1 Hedda Skjerve 2004 Sandnessjøen IL 1,35
 2 Kirsten Moen 2004 Sømna IL 0,90

J-14

1 Solveig Bjøru 2003 Sømna IL 1,35

J-16

1 Sunniva Jægtvik 2001 Sandnessjøen IL 1,40

G-11

1 Jørgen Hadland 2006 Sømna IL 1,05
 2 Andrija Kostic 2006 Sandnessjøen IL 1,00
 3 Erling Fuser 2006 Sandnessjøen IL 0,85

G-12

1 Waldemar Knygh-Rossdal 2005 Sømna IL 1,35
 2 August Reinford 2005 Sømna IL 1,20

3	Brage Arumairasa	2005	Sømna IL	1,00
G-13				
1	Kajus Zilinskas	2004	Sandnessjøen IL	1,53
J-10	Diskos 600g			
	Signe R Bredesen	2007	Sømna IL	
	Ingebjørg Hjelle	2007	Sømna IL	
	Kaisa Graven	2007	Sømna IL	
J-11	Diskos 600g			
1	Aurora Knygh	2006	Sømna IL	14,41
2	Adele Larsen Sørensen	2006	Sømna IL	9,67
J-12	Diskos 600g			
1	Hedda Baustad	2005	Sømna IL	16,96
2	Sofie Bredesen	2005	Sømna IL	16,14
3	Emma Baustad	2005	Sømna IL	11,47
J-13	Diskos 600g			
1	Thea Nygård	2004	Sømna IL	18,75
2	Iselin Evensen	2004	Sømna IL	16,59
3	Malin Øyen	2004	Sandnessjøen IL	12,50
	Kirsten Moen	2004	Sømna IL	12,50
5	Tiril Graven	2004	Sømna IL	10,15
6	Victoria Strandås	2004	Sandnessjøen IL	9,66
J-14	Diskos 750g			
1	Oda Baustad	2003	Sømna IL	18,76
KS	Diskos 1,0kg			
1	Ida Bjørnvolden	1979	Sømna IL	21,62
2	Inger Lise Johnsen	1976	Sømna IL	20,70
3	Stine Fagerli	1990	Sømna IL	20,09
G-10	Diskos 600g			
	Jarl Amund Arumairasa	2007	Sømna IL	
	Snorre Baustad	2007	Sømna IL	
G-12	Diskos 600g			
1	Brage Arumairasa	2005	Sømna IL	25,30

2	Jonas Dahle	2005	Sømna IL	15,90
3	August Reinfjord	2005	Sømna IL	14,94
G-16	Diskos 1,5kg			
1	Einar Bjørø	2001	Sømna IL	23,26
MS	Diskos 2,0kg			
1	Tommy Dale	1971	Sømna IL	31,13
2	Håvard Knygh	1975	Sømna IL	24,78
3	Andreas Dahle	1989	Sømna IL	23,39
4	Thomas Baustad	1974	Sømna IL	22,38
5	Thaya Arumairasa	1967	Sømna IL	21,97
MV 85-89	Diskos 1,0kg			
1	Aksel Arnøy	1930	Sømna IL	20,40
J-13	Kule 2,0kg			
1	Victoria Strandås	2004	Sandnessjøen IL	6,34
2	Malin Øyen	2004	Sandnessjøen IL	6,21
G-10	Kule 2,0kg			
	Jarl Amund Arumairasa	2007	Sømna IL	
G-12	Kule 2,0kg			
1	Brage Arumairasa	2005	Sømna IL	9,24
2	August Reinfjord	2005	Sømna IL	7,23
MS	Kule			
1	Tommy Dale	1971	Sømna IL	11,07
MV 65-69	Kule 5,0kg			
1	Tor Dale	1948	Sømna IL	11,41
MV 85-89	Kule 3,0kg			
1	Aksel Arnøy	1930	Sømna IL	8,15
	60m hekk			
J-13				
1	Tiril Graven	2004	Sømna IL	12.19
2	Hedda Skjerve	2004	Sandnessjøen IL	12.50
G-11				

1	Erling Fuser	2006	Sandnessjøen IL	14.28
2	Andrija Kostic	2006	Sandnessjøen IL	15.00
G-12				
1	Gabriel Lande Norheim	2005	Hattfjelldal IL	11.50
2	Sigurd Mjølkarlid	2005	Hattfjelldal IL	11.62
3	Waldemar Knygh Rossdal	2005	Sømna IL	12.67
4	Iver Vollan	2005	Hattfjelldal IL	15.17
G-16				
1	100m hekk			
	Sondre Mjølkarlid	2001	Hattfjelldal IL	14.60
	60m			
J-10				
1	Kaisa Graven	2007	Sømna IL	
2	Bertine Lund	2007	Brønnøysund IL	
3	Ingebjørg Hjelle	2007	Sømna IL	
4	Jonette Evensen	2007	Brønnøysund IL	
5	Signe Bredesen	2007	Sømna IL	
J-11				
1	Maren Sjøvik	2006	Hattfjelldal IL	10.22
2	Aurora Knygh	2006	Sømna IL	10.57
3	Adele Larsen	2006	Sømna IL	11.35
J-12				
1	Emma Baustad	2005	Sømna IL	9.79
2	Sofie Bredesen	2005	Sømna IL	10.34
J-13				
1	Iselin Evensen	2004	Sømna IL	8.95
2	Tiril Graven	2004	Sømna IL	9.69
3	Kirstin Moen	2004	Sømna IL	10.27
4	Victoria Strandås	2004	Sandnessjøen IL	10.64
5	Malin Øyen	2004	Sandnessjøen IL	10.77
J-14				
1	Solveig Bjørø	2003	Sømna IL	8.99

2		Oda Baustad	2003	Sømna IL	9.31
G-10					
1		Amund Reinfiord	2007	Sømna IL	
2		Adrian Olsen	2007	Sømna IL	
3		Heine Grøttheim	2007	Sømna IL	
G-11					
1		Erling Fusker	2006	Sandnessjøen IL	10.10
2		Andrija Kostic	2006	Sandnessjøen IL	10.34
G-12					
1		Waldemar Knygh Rossdal	2005	Sømna IL	9.27
2		Sigurd Mjølkarlid	2005	Hattfjelldal IL	9.51
3		Jonas Dahle	2005	Sømna IL	9.92
4		Gabriel Lande Norheim	2005	Hattfjelldal IL	10.00
5		August Reinfiord	2005	Sømna IL	10.11
6		Odne Vollan	2005	Hattfjelldal IL	10.36
7		Iver Vollan	2005	Hattfjelldal IL	10.67
8		Brage Arumairasa	2005	Sømna IL	12.60
G-13					
1		Didrik Gartland	2004	Hattfjelldal IL	8.76
2		Kajus Zilinskas	2004	Hattfjelldal IL	8.81
G-16					
1		Atle Skundberg	2001	Hattfjelldal IL	7.42
100m					
J-15					
1		Emma Eriksen	2002	Sandnessjøen IL	13.33
J-16					
1		Sunniva Jægtvik	2001	Sandnessjøen IL	15.28
G-16					
1		Atle Skundberg	2001	Hattfjelldal IL	11.78
2		Lars Thomas Sparrok Lars	2001	Hattfjelldal IL	12.14
3		Einar Bjøru	2001	Sømna IL	13.08
G-17					

1	August Bergh Jacobsen	2000	Sømna IL	12.77
MS				
1	Espen Olsen	MS	Sømna IL	11.86
	200m			
J-10				
1	Bertine Lund	2007	Brønnøysund IL	
2	Jonette Evensen	2007	Brønnøysund IL	
J-13				
1	Iselin Evensen	2004	Sømna IL	32.47
2	Tiril Graven	2004	Sømna IL	33.98
G-10				
1	Amund Reinfiord	2007	Sømna IL	
2	Heine Grøttheim	2007	Sømna IL	
G-12				
1	Waldemar Knygh-Rossdal	2005	Sømna IL	31.03
2	Jonas Dahle	2005	Sømna IL	33.06