

# IronMan 2016 – lagkonkurranse

Plass	Klubb	Poeng
1	Stavanger Oilers	6000
2	Vålerenga Ishockey	5605
3	Stjernen Hockey	5415
4	Sparta Warriors	5230
5	Lillehammer Ishockeyklubb	4745
6	Frisk Asker	4090
7	Lørenskog Ishockeyklubb	3925
8	Manglerud Star	3900
9	Storhamar Hockey	3690
10	Kongsvinger Knights	2055

## Sammenlagt - individuelt

Plass	Fornavn	Etternavn	Klubb	Nasjonalitet	Sprint 40m		Spent		3000m		Knebøy		Benkpress		Brutalbenk		Chins		Kassehopp		Sum		
					Res	Poeng	Res	Poeng	Res	Poeng	Res	Poeng	Res	Poeng	Res	Poeng	Res	Poeng	Res	Poeng	Res	Poeng	Poeng
1	Martin	Laumann	Ylven	VIF	NOR	5,12	50	49,44	90	12,11	0	190	100	150	125	27	80	29	115	95	20	<b>580</b>	
2	Anders	Henriksen	OIL		NOR	4,95	95	41,32	50	12,11	0	170	60	125	75	28	85	25	95	111	100	<b>560</b>	
3	Sigbjørn	Osa	KON		NOR	4,91	105	47,06	80	12,11	0	155	30	140	105	21	50	30	120	103	60	<b>550</b>	
4	Tallak	Lyngset	VIF		NOR	4,93	100	48,03	85	12,11	0	205	115	120	65	22	55	23	85	97	30	<b>535</b>	
4	Eirik	Salsten	OIL		NOR	4,99	90	46,35	75	12,11	0	185	90	115	55	22	55	15	45	101	50	<b>460</b>	
5	Magnus	Brekke	Henriksen	LØR		NOR	4,90	110	41,82	55	12,11	0	145	15	102,5	30	30	95	22	80	106	75	<b>460</b>
6	Håkon	Imset	Stormli	SPA		NOR	4,82	130	54,16	115	12,11	0	155	30	90	5	19	40	18	60	105	70	<b>450</b>
7	Magnus	Hoff	OIL		NOR	5,04	80	42,01	55	12,11	0	165	50	110	45	26	75	19	65	105	70	<b>440</b>	
7	Elias	Bjur	LIK		SWE	5,05	75	42,32	55	12,11	0	210	120	125	75	12	5	27	105	92	5	<b>440</b>	
8	Jonas	Oppøyen	VIF		NOR	4,99	90	43,99	65	12,11	0	170	60	110	45	15	20	17	55	111	100	<b>435</b>	
8	Hampus	Gustafsson	STO		Swe	5,04	80	42,79	60	12,11	0	180	80	120	65	21	50	17	55	100	45	<b>435</b>	
9	Dan	Nygård	STJ		NOR	5,04	80	44,10	65	12,11	0	170	60	125	75	15	20	19	65	104	65	<b>430</b>	
10	Brett	Cameron	LIK		CAN	4,99	90	52,59	110	12,11	0	170	60	115	55	21	50	15	45	94	15	<b>425</b>	

**Sprint 40m**

Plass	Fornavn	Etternavn	Klubb	Nasjonalitet	Res
1	Håkon	Imset Stormli	SPA	NOR	4,82
2	Christer	Simonsen	MS	NOR	4,87
3	Anders	Gulliksen	STO	NOR	4,88
3	Henrik	Knold	SPA	NOR	4,88
3	Anders Theodor	Braavold	VIF	NOR	4,88
4	Magnus	Brekke Henriksen	LØR	NOR	4,90
4	Sebastian	Johansen	LØR	NOR	4,90
5	Sigbjørn	Osa	KON	NOR	4,91
5	Martin	Ellingsen	LIK	NOR	4,91
5	Tan	Hellerød	LØR	NOR	4,91

**Knebøy**

Plass	Fornavn	Etternavn	Klubb	Nasjonalitet	Res
1	Elias	Bjur	LIK	SWE	211
2	Marius	Johansen	VIF	NOR	210
3	Mathias	Trygg	VIF	NOR	205
3	Tallak	Lyngset	VIF	NOR	205
4	Adrian	Saxrud Danielsen	STJ	NOR	200
4	Marcus	Bjørnsland	STJ	NOR	200
4	Sebastian	Skråmo	KON	NOR	200
5	Martin Laumann	Ylven	VIF	NOR	190
5	Jesper	Kolle Nipe	STJ	NOR	190
5	Mikael	Zettergren	STO	CAN	190
5	Sander	Bjelland	OIL	NOR	190
5	Nicolay	Andresen	FRA	NOR	190

**Spentst (svikthopp på Bosco-matte)**

Plass	Fornavn	Etternavn	Klubb	Nasjonalitet	Res
1	Markus	Søberg	OIL	NOR	56,79
2	Håkon	Imset Stormli	SPA	NOR	54,16
3	Daniel	Trnavsky	KON	NOR	53,89
4	Brett	Cameron	LIK	CAN	52,59
5	Nick	Jones	STJ	USA	51,75
6	Adrian	Saxrud Danielsen	STJ	NOR	51,66
7	Niklas	Brøms	STJ	SWE	51,11
8	Robin André	Soudsky	LIK	NOR	50,16
9	Marius	Hagberg	SPA	NOR	50,14
10	Tim	Kunes	OIL	USA	49,77

**Benkpress**

Plass	Fornavn	Etternavn	Klubb	Nasjonalitet	Res
1	Martin Laumann	Ylven	VIF	NOR	150
2	Marcus	Bjørnsland	STJ	NOR	140
3	Martin	Rønnild	STO	NOR	140
3	Sigbjørn	Osa	KON	NOR	140
4	Tobias	Lindstrøm	VIF	SWE	135
4	Anders	Pedersen	STJ	NOR	135
5	Rasmus	Juell	VIF	NOR	130
5	Jacob	Ciger	STJ	SVK	130
5	Mikkel	Søgaard	STO	NOR	130
5	Max	Ponomarenko	LØR	LAT	130
5	Peter	Messa	LØR	SWE	130

**Chins (opptrekk med overtak)**

Plass	Fornavn	Etternavn	Klubb	Nasjonalitet	Res
1	Fredrik Hagberg	Jørgensen	MS	NOR	38
2	Sigbjørn	Osa	KON	NOR	30
3	Martin Laumann	Ylven	VIF	NOR	29
4	Magnus	Lindahl	STJ	NOR	28
5	Marcus	Bryhnilsveen	STJ	NOR	27
5	Elias	Bjur	LIK	SWE	27
6	Dennis	Sveum	OIL	NOR	25
6	Ruben	Smith	OIL	NOR	25
6	Anders	Henriksen	OIL	NOR	25
6	Svein Petter	Falk-Larssen	OIL	NOR	25
6	Theodor	Hestnes	MS	NOR	25

**Kassehopp (max ant. på 90s)**

Plass	Fornavn	Etternavn	Klubb	Nasjonalitet	Res
1	Jonas	Oppøyen	VIF	NOR	111
1	Anders	Henriksen	OIL	NOR	111
2	Thomas	Olsen	VIF	NOR	109
3	Even	Baklid	MS	NOR	108
3	Fredrik Lystad	Jacobsen	FRA	NOR	108
4	Espen Fanøy	Salo	VIF	NOR	106
4	Olai	Johannessen	LØR	USA	106
4	Magnus	Brekke Henriksen	LØR	NOR	106
5	Håkon	Imset Stormli	SPA	NOR	105
5	Magnus	Hoff	OIL	NOR	105
5	Fredrik	Johansson	LIK	NOR	105

**Brutalbenk (hengende sit-ups)**

Plass	Fornavn	Etternavn	Klubb	Nasjonalitet	Res
1	Brede Frettem	Csiszar	VIF	NOR	35
2	Dennis	Sveum	OIL	NOR	34
3	Emil	Lyngstad Sæteraas	STO	NOR	32
3	Christer	Rudi	LIK	NOR	32
4	Niklas	Roest	SPA	NOR	31
4	Svein Petter	Falk-Larssen	OIL	NOR	31
5	Sander	Andreassen	SPA	NOR	30
5	Magnus	Brekke Henriksen	LØR	NOR	30
6	Marius	Hagberg	SPA	NOR	28
6	Lars	Løkken Østli	STO	NOR	28
6	Daniel	Rokseth	OIL	NOR	28
6	Mats	Larsen Mostue	OIL	NOR	28
6	Anders	Henriksen	OIL	NOR	28
6	Fredrik	Johansson	LIK	NOR	28
6	Per Kristian	Person	MS	NOR	28