

## 10 beste utøvere pr. øvelse

Sprint 40m					
Plass	Fornavn	Etternavn	Klubb	Nasjonalitet	Res
1	Håkon	Imset Stormli	SPA	NOR	2,61
2	Tine	Klofutar	OIL	SLO	2,63
3	Henrik	Knold	SPA	NOR	2,64
4	Sebastian	Johansen	FA	NOR	2,65
5	Daniel	Sakshaug	LIK	NOR	2,68
5	Andreas	Engblom	RIN	SWE	2,68
5	Kalle	Ekelund	VIF	SWE	2,68
6	Joachim	Engesveen	RIN	NOR	2,69
6	Maximilian	Pettersson	RIN	NOR/SWE	2,69
6	Mikkel	Søgaard	SPA	NOR	2,69

Spent (svikthopp på Bosco-matte)					
Plass	Fornavn	Etternavn	Klubb	Nasjonal	Res
1	Markus	Søberg	OIL	NOR	61,33
2	Håkon	Imset Stormli	SPA	NOR	59,03
3	Tim-Robin	Johnsgård	SPA	NOR	57,80
3	Niklas	Bröms	STJ	SWE	57,07
5	Henrik	Knold	SPA	NOR	55,02
6	Christoffer Berger	Larssen	STJ	NOR	52,33
7	Mikkel	Søgaard	SPA	NOR	52,14
7	Robin	Soudsky	LIK	NOR	51,56
8	Mikael	Zettergren	SIL	NOR	51,03
8	Henrik	Medhus	OIL	NOR	50,72

3000 meter					
Plass	Fornavn	Etternavn	Klubb	Nasjonalitet	Res
1	Martin	Røymark	VIF	NOR	10,14
2	Samuel	Ward	SPA	SWE	10,22
2	Martin Laumann	Ylven	VIF	NOR	10,22
3	Eirik	Børresen	STJ	NOR	10,28
3	Brede Frettem	Csiszar	VIF	NOR	10,28
4	Cato	Cocozza	FA	NOR	10,32
5	Emil	Nyhus	LIK	NOR	10,35
6	Magnus Brekke	Henriksen	MS	NOR	10,36
6	Tord	Thoresen	MS	NOR	10,36
7	Filip	Lalande	VIF	NOR	10,37

Knebøy					
Plass	Fornavn	Etternavn	Klubb	Nasjonal	Res
1	Didrik Nøkleby	Svendsen	SPA	NOR	240
2	Martin Laumann	Ylven	VIF	NOR	220
3	Tobias	Lindstrøm	VIF	NOR	215
4	Simen	Talge	OIL	NOR	205
5	Petter	Grønstad	VIF	NOR	200
5	Henrik	Knold	SPA	NOR	200
5	Martin	Grønberg	SPA	SWE	200
5	Jacob	Legace	OIL	CAN	200
6	Colin Spaberg	Olsen	VIF	NOR	195
6	Mikkel	Søgaard	SPA	NOR	195

## 10 beste utøvere pr. øvelse

Benkpress					
Plass	Fornavn	Etternavn	Klubb	Nasjonalitet	Res
1	Martin	Rønnild	SIL	NOR	145
2	Martin Laumann	Ylven	VIF	NOR	140
3	Tim-Robin	Johnsgård	SPA	NOR	135
4	Fredrik Hagberg	Jørgensen	MS	NOR	132,5
5	Patrick	Bovim	FA	NOR	130
5	Nicolay	Andresen	FA	NOR	130
6	Simen	Talge	OIL	NOR	127,5
6	Austin	Cangelosi	LIK	USA	127,5
7	Petter	Grønstad	VIF	NOR	125
7	Jesper	Kolle Nipe	STJ	NOR	125
7	Mikkel	Søgaard	SPA	NOR	125
7	Martin	Ellingsen	LIK	NOR	125
7	Max	Krogdahl	FA	NOR	125

Brutalbenk (hengende sit-ups)					
Plass	Fornavn	Etternavn	Klubb	Nasjonal	Res
1	Dennis	Sveum	OIL	NOR	43
2	Simen	Edvardsen	SIL	NOR	41
2	Magnus	Hoff	OIL	NOR	41
3	Magnus Brekke	Henriksen	MS	NOR	38
4	Pontus	Finstad	MS	NOR	36
5	Brede Frettem	Csiszar	VIF	NOR	35
5	Johannes	Johannesen	OIL	NOR	35
6	Philip	Sundt	STJ	NOR	33
6	Niklas	Roest	SPA	NOR	33
6	Martin	Ellingsen	LIK	NOR	33
7	Jonas	Meisingset	SPA	NOR	31
7	Emil	Lilleberg	SPA	NOR	31
7	Martin	Rønnild	SIL	NOR	31
7	Christian	Bull	SIL	NOR	31
7	Markus	Vikingstad	OIL	NOR	31
7	Christian	Rødne	OIL	NOR	31
7	Mats Larsen	Mostue	OIL	NOR	31
7	Maximilian	Pettersson	RIN	NOR/SWE	31

Chins (opptrekk med overtak)					
Plass	Fornavn	Etternavn	Klubb	Nasjonalitet	Res
1	Fredrik Hagberg	Jørgensen	MS	NOR	38
2	Martin Laumann	Ylven	VIF	NOR	25
3	Marcus	Bryhnisveen	SPA	NOR	24
4	Jonas	Oppøyen	VIF	NOR	23
4	Mikkel	Søgaard	SPA	NOR	23
4	Vladislavs	Nazarovs	OIL	NOR	23
4	Maximilian	Pettersson	RIN	NOR/SWE	23
4	Anders Tangen	Henriksen	RIN	NOR	23
5	Colin Spaberg	Olsen	VIF	NOR	22
5	Sander	Rønnild	STJ	NOR	22
5	Dennis	Sveum	OIL	NOR	22
5	Eivind Eiken	Andresen	RIN	NOR	22
5	Robin	Soudsky	LIK	NOR	22
5	Magnus Brekke	Henriksen	MS	NOR	22

Kassehopp (max ant. på 90s)					
Plass	Fornavn	Etternavn	Klubb	Nasjonal	Res
1	Jonas	Oppøyen	VIF	NOR	111
2	Filip	Lalande	VIF	NOR	109
3	Hampus	Gustafsson	STJ	SWE	108
3	Henrik	Knold	SPA	NOR	108
4	Mikkel	Søgaard	SPA	NOR	107
4	Christian	Bull	SIL	NOR	107
4	Pontus	Finstad	MS	NOR	107
4	Viktor	Granholtm	FA	NOR	107
5	Daniel	Sakshaug	LIK	NOR	106
5	Marius Carho	Hansen	FA	NOR	106
6	Trym	Løkkeberg	STJ	NOR	105
6	Jesper	Kolle Nipe	STJ	NOR	105