

# Resultat 1. etappe

Trones - Flåtådal (4,6km)



Elva/Namsskogan IL  
Skorovas IL  
Trones IL  
Røyrvik IF

## Klasse 1 Damer/Herrer

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	44	Dadafo	Namdal Løpeklubb	00:14:14	00:00:00	03:06

## Klasse 3 Damer/Herrer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	47	Johan Hundseth	Ytre Namdal Løpelag	00:16:30	00:00:00	03:35
2	45	Lasse Skarpengland	Sømna IL	00:17:33	00:01:03	03:49
3	56	Tomsas Sandviki/Martin Hoddø	Otterøy L	00:17:44	00:01:14	03:51
4	61	Jogeir Bjørhusdal	Shabby Gubba	00:17:49	00:01:19	03:52
5	55	Tor Gunnar F. Brembu	IL Hållingen	00:18:08	00:01:38	03:57
6	60	Stig-Henry Solum/Thomas Gartland	Harran IL	00:18:09	00:01:39	03:57
6	51	Andreas og Anne Sofie Vannebo	Fossbrenna Aktivitetslag	00:18:09	00:01:39	03:57
7	48	Øyvind/Isak/Bendik/Ingeborg Skarstad	Trones IL	00:18:09	00:01:39	03:57
9	59	Ola Jansen	Spillum IL	00:18:10	00:01:40	03:57
10	52	Martin Skage	Røyrvik Idrettsforening	00:18:38	00:02:08	04:03
11	57	Mathias Flått	Overhalla IL - Lag 1	00:19:19	00:02:49	04:12
12	49	Jonas Riseth	Team Sørenget - Lag 1	00:19:20	00:02:50	04:12
13	53	Håkon Henriksen	Namsos Vannpoloklubb	00:21:08	00:04:38	04:36
14	50	Lars Jørvik	Team Sørenget - Lag 2	00:21:16	00:04:46	04:37
15	58	Roar Lorvik	Overhalla IL - Lag 2	00:21:39	00:05:09	04:42
16	46	Martin Lysberg, Anita Stene	Team Stygghaugen	00:21:49	00:05:19	04:45
17	54	Signe Arvasli	Sørli IL	00:22:25	00:05:55	04:52

## Klasse 4 Damer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	62	Ane Stenseth	Grongtausin	00:21:18	00:00:00	04:38

# Resultat 2. etappe

Flåtådal - Brekkvasselv (11,5km)



Elva/Namsskogan IL  
Skorovas IL  
Trones IL  
Røyrvik IF

## Klasse 1 Damer/Herrer

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	44	Dadafo	Namdal Løpeklubb	00:37:05	00:00:00	03:13

## Klasse 3 Damer/Herrer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	46	Roar Brøndbo	Team Stygghaugen	00:42:44	00:00:00	03:43
2	45	R-J.Bredesen/B.Amundsen/Roy Rørm	Sømna IL	00:45:06	00:02:22	03:55
3	54	Leo Lyngstad	Sørli IL	00:45:49	00:03:05	03:59
4	47	Trond Hestvik/Leif Arve Sve	Ytre Namdal Løpelag	00:47:23	00:04:39	04:07
5	52	Lars Emil H/Paul G/Trond Otto Devik	Røyrvik Idrettsforening	00:48:44	00:06:00	04:14
6	60	Maren Kristine og Jon Håvard Solum/L	Harran IL	00:48:59	00:06:15	04:16
7	59	Knut Lian	Spillum IL	00:49:19	00:06:35	04:17
8	51	Hild S.V/Svein Tog Anita G.Hovd/Espe	Fossbrenna Aktivitetslag	00:50:20	00:07:36	04:23
9	61	Peder/Andreas/Sondre//Kai Roger/Bjør	Shabby Gubba	00:50:51	00:08:07	04:25
10	57	Jon Heir/Per Augustin Løkholm	Overhalla IL - Lag 1	00:53:00	00:10:16	04:37
11	53	Per Ivar Henriksen/Mats Sagmo/Fr.En	Namsos Vannpoloklubb	00:53:24	00:10:40	04:39
12	48	Georg Enga/Mark Akali	Trones IL	00:53:48	00:11:04	04:41
13	49	S.Solbakken/E.Engen/G.Solbakken	Team Sørenget - Laq 1	00:54:06	00:11:22	04:42
14	56	T.Johansen/Frida M. Hoddø	Otterøy L	00:54:13	00:11:29	04:43
15	55	(13 stk. løper denne etappen)	IL Hållingen	00:54:35	00:11:51	04:45
16	58	Paul Rian/Anne Britt Grongstad	Overhalla IL - Lag 2	00:55:25	00:12:41	04:49
17	50	K Foss/A.J.H.Foss/K Lien	Team Sørenget - Lag 2	00:55:47	00:13:03	04:51

## Klasse 4 Damer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	62	Tove Falmår	Grongtausin	00:25:56	00:00:00	02:15

# Resultat 3. etappe

Brekkvasselv - Namsskogan (13,7km)



Elva/Namsskogan IL  
Skorovas IL  
Trones IL  
Røyrvik IF

## Klasse 1 Damer/Herrer

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	44	Erik Grimstad	Namdal Løpeklubb	00:55:39	00:00:00	04:04

## Klasse 3 Damer/Herrer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	53	Børre Sagmo	Namsos Vannpoloklubb	00:24:51	00:00:00	01:49
2	60	Odd Magnar Nordlund	Harran IL	00:24:54	00:00:03	01:49
3	48	Bjørn Sagmo	Trones IL	00:25:08	00:00:17	01:50
4	52	Odd Lykkja	Røyrvik Idrettsforening	00:25:21	00:00:30	01:51
5	47	Håvard Mikalsen	Ytre Namdal Løpelag	00:25:37	00:00:46	01:52
6	57	Bård H Rygh	Overhalla IL - Lag 1	00:25:50	00:00:59	01:53
7	49	Tor Henrik Bruun	Team Sørenget - Laq 1	00:25:58	00:01:07	01:54
8	45	Alf Dahle	Sømna IL	00:26:56	00:02:05	01:58
9	58	Bjørn Harry Vik	Overhalla IL - Lag 2	00:27:23	00:02:32	02:00
10	54	Johan Arvasli	Sørli IL	00:28:24	00:03:33	02:04
11	55	Jon Håvard Dahl	IL Hållingen	00:28:32	00:03:41	02:05
12	56	Ingar Strøm	Otterøy L	00:29:51	00:05:00	02:11
13	59	Didrik Pettersen	Spillum IL	00:30:54	00:06:03	02:15
14	61	Ola Pettersen	Shabby Gubba	00:32:06	00:07:15	02:21
15	46	Øistein Brøndbo/Judith Brøndbo	Team Stygghaugen	00:33:12	00:08:21	02:25
16	50	Ragnhild Tyldum	Team Sørenget - Lag 2	00:36:22	00:11:31	02:39
17	51	Kirsti Kligen/Karen Saur/Andrea Vike	Fossbrenna Aktivetslag	00:38:37	00:13:46	02:49

## Klasse 4 Damer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	62	Mette Malmo	Grongtausin	00:31:12	00:00:00	02:17

# Resultat 4. etappe

Namsskogan - Finnvollan (7km)



Elva/Namsskogan IL  
Skorovas IL  
Trones IL  
Røyrvik IF

## Klasse 1 Damer/Herrer

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	44	Jan Olav Smalås	Namdal Løpeklubb	00:26:36	00:00:00	03:48

## Klasse 3 Damer/Herrer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	56	Tomas Sandvik	Otterøy L	00:27:40	00:00:00	03:57
2	45	Kristian Reinfjord	Sømna IL	00:28:52	00:01:12	04:07
3	50	Arne Ugseth/Adrian Thorsen	Team Sørenget - Lag 2	00:29:33	00:01:53	04:13
4	55	Arnstein Røli/Jo Øie	IL Hållingen	00:29:47	00:02:07	04:15
5	58	Steinar Solum/Sverre Homstad	Overhalla IL - Lag 2	00:30:43	00:03:03	04:23
6	47	Torgeir H/Kjell A Iversen/Synne Iverse	Ytre Namdal Løpelag	00:30:58	00:03:18	04:25
7	48	Pål Nordaune	Trones IL	00:31:55	00:04:15	04:34
8	57	Bjørnar Flått	Overhalla IL - Lag 1	00:31:59	00:04:19	04:34
9	60	Jan Tore Knutsen/Andre Gartland/Oda	Harran IL	00:32:35	00:04:55	04:39
10	49	Maria Wågan/ Clara Wågan	Team Sørenget - Lag 1	00:32:38	00:04:58	04:40
11	46	Marit Brøndbo/Evy Lien	Team Stygghaugen	00:34:44	00:07:04	04:58
12	53	Ingrid Myren/Marius Høyen/Per Terje	Namsos Vannpoloklubb	00:35:50	00:08:10	05:07
13	52	Geir Flakken/Ole M. Namsvatn	Røyrvik Idrettsforening	00:35:57	00:08:17	05:08
14	51	Margrethe Trebostad/John Saur/Tage	Fossbrenna Aktivitetslag	00:36:54	00:09:14	05:16
15	54	Paula Hartman	Sørli IL	00:37:30	00:09:50	05:21
16	61	Marius og Jonatan Helguera/Kristoffer	Shabby Gubba	00:37:54	00:10:14	05:25
17	59	Tor Morten Grannes/K. Forås	Spillum IL	00:39:35	00:11:55	05:39

## Klasse 4 Damer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	62	Ruth Appelvist	Grongtausin	00:30:16	00:00:00	04:19

# Resultat 5. etappe

Finnvollan - Steinfjellet Vest (5,2km)



Elva/Namsskogan IL  
Skorovas IL  
Trones IL  
Røyrvik IF

## Klasse 1 Damer/Herrer

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	44	Morten Skarstad	Namdal Løpeklubb	00:20:28	00:00:00	03:56

## Klasse 3 Damer/Herrer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	54	Torstein Østnor	Sørli IL	00:21:05	00:00:00	04:03
2	52	Stein Vidar Aspnes	Røyrvik Idrettsforening	00:23:19	00:02:14	04:29
3	46	Vidar Nufsfjord	Team Stygghaugen	00:23:24	00:02:19	04:30
4	45	Nils A. Reinfjord	Sømna IL	00:23:47	00:02:42	04:34
5	48	Georg Enga	Trones IL	00:24:29	00:03:24	04:43
6	59	Håkon Leirvik	Spillum IL	00:24:42	00:03:37	04:45
7	55	Gøran Flått	IL Hållingen	00:25:03	00:03:58	04:49
8	49	Per Marsfjell	Team Sørenget - Lag 1	00:25:08	00:04:03	04:50
9	57	Svenn Jakob Risvik	Overhalla IL - Lag 1	00:25:27	00:04:22	04:54
10	47	Kim Daniel Iversen	Ytre Namdal Løpelag	00:25:32	00:04:27	04:55
11	50	Richard Kjelbotn	Team Sørenget - Lag 2	00:26:49	00:05:44	05:09
12	61	Martin Brekkvassmo/Bjørn Tore Nordlu	Shabby Gubba	00:27:06	00:06:01	05:13
13	51	Lasse A Vannebo/Daniel Hovd/ Lene K	Fossbrenna Aktivitetslag	00:27:19	00:06:14	05:15
14	60	Helge Vedvik/Thomas Gartland	Harran IL	00:27:34	00:06:29	05:18
15	53	Vilde B/Linda S/Linn S/A Grongstad	Namsos Vannpoloklubb	00:27:37	00:06:32	05:19
16	58	Lovise Øvereng Aunet	Overhalla IL - Lag 2	00:30:12	00:09:07	05:48
17	56	Jonas Holm/Martin Hoddø/Anna Devik	Otterøy L	00:30:51	00:09:46	05:56

## Klasse 4 Damer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	62	A Setenseth/T Falmår/B Appelkvist	Grongtausin	00:31:05	00:00:00	05:59

# Resultat 6. etappe

Steinfjellet Vest - Steinfjellet Øst (4,2km)



Elva/Namsskogan IL  
Skorovas IL  
Trones IL  
Røyrvik IF

## Klasse 1 Damer/Herrer

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	44	Bendik Røthe	Namdal Løpeklubb	00:19:51	00:00:00	04:44

## Klasse 3 Damer/Herrer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	55	Jo Magne Tyldum	IL Hållingen	00:17:32	00:00:00	04:10
2	45	Ole A. Reinbjord	Sømna IL	00:17:39	00:00:07	04:12
3	52	Lars S. Lindgren/Erlend Namsvatn	Røyrvik Idrettsforening	00:17:51	00:00:19	04:15
4	47	Trond Hestvik	Ytre Namdal Løpelag	00:18:28	00:00:56	04:24
5	54	Bjarne Arvasli	Sørli IL	00:19:18	00:01:46	04:36
6	61	Geir Staldvik	Shabby Gubba	00:19:30	00:01:58	04:39
7	46	Tore Brøndbo/Noah Lysberg	Team Stygghaugen	00:19:52	00:02:20	04:44
8	51	Kathrine Hovd	Fossbrenna Aktivitetslag	00:19:57	00:02:25	04:45
9	60	Stig-Henry Solum	Harran IL	00:19:58	00:02:26	04:45
9	59	Håkon Vikhagen	Spillum IL	00:19:58	00:02:26	04:45
11	56	Kay Arne Sandvik	Otterøy L	00:20:10	00:02:38	04:48
12	58	Jo Gaute Mathisen	Overhalla IL - Lag 2	00:20:22	00:02:50	04:51
13	49	Torkild Bruun	Team Sørenget - Lag 1	00:20:22	00:02:50	04:51
14	57	Johan M Tømmerås	Overhalla IL - Lag 1	00:20:26	00:02:54	04:52
15	50	Ola Ugseth	Team Sørenget - Lag 2	00:21:16	00:03:44	05:04
16	48	Knut Berger	Trones IL	00:24:28	00:06:56	05:50
17	53	Harriet Engesvik	Namsos Vannpoloklubb	00:24:29	00:06:57	05:50

## Klasse 4 Damer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	62	Trude Leirfald	Grongtausin	00:23:51	00:00:00	05:41

# Resultat 7. etappe

Steinfjellet Øst - Gjersvika (9km)



Elva/Namsskogan IL  
Skorovas IL  
Trones IL  
Røyrvik IF

## Klasse 1 Damer/Herrer

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	44	Ole Leirvik	Namdal Løpeklubb	00:29:49	00:00:00	03:19

## Klasse 3 Damer/Herrer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	47	Johan Hundseth	Ytre Namdal Løpelag	00:31:25	00:00:00	03:29
2	54	Even Kvemo	Sørli IL	00:33:07	00:01:42	03:41
3	52	Hans O. Devik/Lars E. Heggstad	Røyrvik Idrettsforening	00:34:10	00:02:45	03:48
4	45	Torgeir Evensen/Magdalena Anderson	Sømna IL	00:35:08	00:03:43	03:54
5	60	Torgeir/Mathias/Eli-Ann/Maren/Jon	Harran IL	00:35:23	00:03:58	03:56
6	55	Ivar Skasrland/Tor Gunnar Brembu	IL Hållingen	00:36:18	00:04:53	04:02
7	51	Jan Olav Smalås/Linda Heia/Jan Erik	Fossbrenna Aktivitetslag	00:36:57	00:05:32	04:06
8	61	Stian Brekvassmo/Øyvind Brekkvassm	Shabby Gubba	00:37:58	00:06:33	04:13
9	58	Hege Galguften/Tor Jonny Grongstad	Overhalla IL - Lag 2	00:38:01	00:06:36	04:13
10	49	Roger Nilsen/Erik Bakkebo/Karin Bruu	Team Sørenget - Laq 1	00:38:24	00:06:59	04:16
11	57	Leif Arve Sve	Overhalla IL - Lag 1	00:39:35	00:08:10	04:24
12	53	Svoren/Sæther/Gartland/Strøm/Bårdev	Namsos Vannpoloklubb	00:40:04	00:08:39	04:27
13	50	V Ugseth/M Jønvik/M Tyldum/ H Tyldu	Team Sørenget - Lag 2	00:40:42	00:09:17	04:31
14	56	A.Johansen/J V Jensen/T.Langstrand	Otterøy L	00:40:46	00:09:21	04:32
15	46	K.Gulstad/I.Bergslid/E.Brøndbo/T.Berg	Team Styggghaugen	00:40:52	00:09:27	04:32
16	59	Anders Lyng/John M Aagård	Spillum IL	00:41:33	00:10:08	04:37
17	48	Magne Robert Skarstad	Trones IL	00:42:22	00:10:57	04:42

## Klasse 4 Damer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	62	Marthe Nilsen	Grongtausin	00:18:57	00:00:00	02:06

# Resultat 8. etappe

Gjersvika - Røyrvik (9,2km)



Elva/Namsskogan IL  
Skorovas IL  
Trones IL  
Røyrvik IF

## Klasse 1 Damer/Herrer

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	44	Tor Ingar Lande	Namdal Løpeklubb	00:37:58	00:00:00	04:08

## Klasse 3 Damer/Herrer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	54	Torstein Østnor	Sørli IL	00:15:02	00:00:00	01:38
2	52	Ove Skaaren	Røyrvik Idrettsforening	00:15:12	00:00:10	01:39
2	60	Odd Magnar Nordlund	Harran IL	00:15:12	00:00:10	01:39
4	53	Børre Sagmo	Namsos Vannpoloklubb	00:15:23	00:00:21	01:40
5	47	Bjørn Sagmo	Ytre Namdal Løpelag	00:15:43	00:00:41	01:42
6	48	Karl Oskar Trones	Trones IL	00:16:13	00:01:11	01:46
7	57	Bård H Ryhg	Overhalla IL - Lag 1	00:16:41	00:01:39	01:49
8	49	Tor Henrik Bruun	Team Sørenget - Lag 1	00:16:42	00:01:40	01:49
9	58	Bjørn Harry Vik	Overhalla IL - Lag 2	00:16:54	00:01:52	01:50
10	45	Stein Åge Rørmark	Sømna IL	00:17:18	00:02:16	01:53
11	55	Jan Einar Dahl	IL Hållingen	00:17:27	00:02:25	01:54
12	59	Fridtjof Leirvik	Spillum IL	00:18:24	00:03:22	02:00
13	61	Asbjørn S. Bjørhusdal	Shabby Gubba	00:18:52	00:03:50	02:03
14	51	Jan Ove Klingen/Knut Aglen/ Vemund	Fossbrenna Aktivitetslag	00:19:56	00:04:54	02:10
15	46	Judith Brøndbo/Øistein Brøndbo	Team Stygghaugen	00:21:56	00:06:54	02:23
16	50	Ragnhild Tyldum	Team Sørenget - Lag 2	00:22:02	00:07:00	02:24
17	56	Per Sandvik	Otterøy L	00:22:23	00:07:21	02:26

## Klasse 4 Damer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	62	Mette Malmo	Grongtausin	00:18:59	00:00:00	02:04



# Resultat 9. etappe

Røyrvik - Gjersvika (9,4km)



Elva/Namsskogan IL  
Skorovas IL  
Trones IL  
Røyrvik IF

## Klasse 1 Damer/Herrer

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	44	Ole Leirvik	Namdal Løpeklubb	00:32:55	00:00:00	03:30

## Klasse 3 Damer/Herrer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	47	Johan Hundseth	Ytre Namdal Løpelag	00:33:45	00:00:00	03:35
2	54	Torstein Østnor	Sørli IL	00:33:57	00:00:12	03:37
3	46	Vidar Nufsfjord	Team Stygghaugen	00:35:01	00:01:16	03:44
4	45	Rolv-Jørgen Bredesen	Sømna IL	00:35:40	00:01:55	03:48
5	57	Svenn Jakob Risvik	Overhalla IL - Lag 1	00:37:04	00:03:19	03:57
6	59	Ola Jansen/Håkon Vikhagen	Spillum IL	00:37:16	00:03:31	03:58
7	48	Georg Enga	Trones IL	00:37:38	00:03:53	04:00
8	51	Andreas, Hild Sissel og Anne Sofie Va	Fossbrenna Aktivitetslag	00:37:54	00:04:09	04:02
9	56	T.Sandvik/F.M.Hoddø	Otterøy L	00:38:41	00:04:56	04:07
10	60	Jonas/Thomas/Maren Kristine	Harran IL	00:38:44	00:04:59	04:07
11	61	Bjørn Tore Nordlund/Stian Brekkvassm	Shabby Gubba	00:40:03	00:06:18	04:16
12	55	Jan Einar Dahl/Per A Løkholm	IL Hållingen	00:40:52	00:07:07	04:21
13	50	Lars og Mi Jønvik	Team Sørenget - Lag 2	00:41:14	00:07:29	04:23
13	49	Jonas Riseth	Team Sørenget - Laq 1	00:41:14	00:07:29	04:23
15	58	Tor Grongstad/Hege Galguften	Overhalla IL - Lag 2	00:41:26	00:07:41	04:24
16	53	F Engesvik/M M.Fosslund/E Krane	Namsos Vannpoloklubb	00:41:53	00:08:08	04:27
17	52	Ole. M. og Erlend Namsvatn/G. Flakke	Røyrvik Idrettsforening	00:43:02	00:09:17	04:35

## Klasse 4 Damer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	62	Oddrun Sørbakk	Grongtausin	00:22:58	00:00:00	02:27

# Resultat 10. etappe

Gjersvika - Tunnsjørøyrvik (8,8km)



Elva/Namsskogan IL  
Skorovas IL  
Trones IL  
Røyrvik IF

## Klasse 1 Damer/Herrer

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	44	Tor Ingar Lande	Namdal Løpeklubb	00:37:15	00:00:00	04:14

## Klasse 3 Damer/Herrer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	52	Stein Vidar Aspnes	Røyrvik Idrettsforening	00:32:59	00:00:00	03:45
2	45	Kristian Reinfjord/Torgeir Evensen	Sømna IL	00:34:00	00:01:01	03:52
3	49	Per Marsfjell	Team Sørenget - Lag 1	00:34:19	00:01:20	03:54
4	46	Roar Brøndbo	Team Stygghaugen	00:34:28	00:01:29	03:55
5	47	Leif Arve Sve/Kim Daniel Iversen	Ytre Namdal Løpelag	00:35:14	00:02:15	04:00
6	59	Håkon Leirvik	Spillum IL	00:35:50	00:02:51	04:04
7	50	Arne Ugseth	Team Sørenget - Lag 2	00:37:02	00:04:03	04:13
8	54	Bjarne Arvasli	Sørli IL	00:38:00	00:05:01	04:19
9	51	Kathrine Hovd/Daniel Hovd / Espen Ag	Fossbrenna Aktivitetslag	00:38:05	00:05:06	04:20
10	60	Helge Vevik/Stig-Henry Solum	Harran IL	00:38:13	00:05:14	04:21
11	48	Magne Robert og Øyvind Skarstad	Trones IL	00:38:18	00:05:19	04:21
12	58	Jo Gaute Mathisen/Per A Laukholm	Overhalla IL - Lag 2	00:38:28	00:05:29	04:22
13	56	A.Johansen/J V Jensen/J.Holm	Otterøy L	00:38:35	00:05:36	04:23
14	53	A Grongstad/Emil Strøm/Mats Sagmo	Namsos Vannpoloklubb	00:38:56	00:05:57	04:25
15	55	T.G.Brembu/I.A.Skarland/T.M.Brembu	IL Hållingen	00:38:57	00:05:58	04:26
16	61	Geir Staldvik/Øyvind Brekkvassmo	Shabby Gubba	00:39:31	00:06:32	04:29
17	57	Johan M Tømmerås/Beate Galguften	Overhalla IL - Lag 1	00:43:24	00:10:25	04:56

## Klasse 4 Damer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	62	Oda og Mette Malmo/Tove Falmår	Grongtausin	00:40:08	00:00:00	04:34

# Resultat 11. etappe

Tunnsjøørørvik - Gudøyvangen (8km)



Elva/Namsskogan IL  
Skorovas IL  
Trones IL  
Rørvik IF

## Klasse 1 Damer/Herrer

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	44	Jan Olav Smalås	Namdal Løpeklubb	00:30:31	00:00:00	03:49

## Klasse 3 Damer/Herrer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	52	Ove Skaaren	Rørvik Idrettsforening	00:13:40	00:00:00	01:43
2	53	Børre Sagmo	Namsos Vannpoloklubb	00:14:14	00:00:34	01:47
3	60	Odd Magnar Nordlund	Harran IL	00:14:18	00:00:38	01:47
4	49	Tor Henrik Bruun	Team Sørenget - Laq 1	00:14:46	00:01:06	01:51
5	48	Karl O. Trones	Trones IL	00:14:51	00:01:11	01:51
6	47	Håvard Mikalsen	Ytre Namdal Løpelag	00:14:58	00:01:18	01:52
7	58	Birger Sørsgård	Overhalla IL - Lag 2	00:15:25	00:01:45	01:56
8	55	Hon Håvard Dahl	IL Hållingen	00:15:26	00:01:46	01:56
9	54	Ørjan Sundvik	Sørli IL	00:15:28	00:01:48	01:56
10	45	Alf Dahle	Sømna IL	00:16:19	00:02:39	02:02
11	57	Knut Aspnes	Overhalla IL - Lag 1	00:16:41	00:03:01	02:05
12	59	Didrik Pettersen	Spillum IL	00:17:20	00:03:40	02:10
13	51	Knut Aglen	Fossbrenna Aktivitetslag	00:17:49	00:04:09	02:14
14	61	Frode Mellingen	Shabby Gubba	00:18:11	00:04:31	02:16
15	46	Øistein Brøndbo/ Judith Brøndbo	Team Stygghaugen	00:19:10	00:05:30	02:24
16	50	Jan Erik Mortensen	Team Sørenget - Lag 2	00:22:25	00:08:45	02:48
17	56	Marita Eriksen	Otterøy L	00:27:27	00:13:47	03:26

## Klasse 4 Damer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	62	Kathrine S Hansen	Grongtausin	00:20:37	00:00:00	02:35

# Resultat 12. etappe

Gudøyvangen - Hausvika (5,7km)



Elva/Namsskogan IL  
Skorovas IL  
Trones IL  
Røyrvik IF

## Klasse 1 Damer/Herrer

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	44	Sondre Sklett	Namdal Løpeklubb	00:23:41	00:00:00	04:09

## Klasse 3 Damer/Herrer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	52	Lars Emil Heggstad	Røyrvik Idrettsforening	00:22:23	00:00:00	03:56
2	45	Werner Reinfjord	Sømna IL	00:23:34	00:01:11	04:08
3	47	Torgeir Hundseth	Ytre Namdal Løpelag	00:24:28	00:02:05	04:18
4	48	Sigurd.G/Daniel og Ingrid F/Bjørn Sag	Trones IL	00:24:45	00:02:22	04:21
5	55	Ivar Skarland	IL Hållingen	00:25:15	00:02:52	04:26
6	50	John Jakop Foss	Team Sørenget - Lag 2	00:25:31	00:03:08	04:29
7	57	Bernt Åge Kaldnes	Overhalla IL - Lag 1	00:25:44	00:03:21	04:31
8	56	John Jensen/Jonas Holm/Frida M. Hod	Otterøy L	00:25:58	00:03:35	04:33
9	58	Paul Rian	Overhalla IL - Lag 2	00:26:14	00:03:51	04:36
10	54	Einar Østnor/Amund Sundvik/Johan Ei	Sørli IL	00:26:32	00:04:09	04:39
11	46	Martin Lysberg,/Evy Lien	Team Stygghaugen	00:26:35	00:04:12	04:40
12	60	Torgeir/Eli-Ann/Mathias	Harran IL	00:27:00	00:04:37	04:44
13	61	Martin Brekkvassmo/Marit Myrvold	Shabby Gubba	00:27:05	00:04:42	04:45
14	53	Merete Sæther/Lina Skoglund/Ingrid M	Namsos Vannpoloklubb	00:27:12	00:04:49	04:46
15	51	M.Trebostad Andrea T. Viken/LeneKlin	Fossbrenna Aktivitetslag	00:29:00	00:06:37	05:05
16	49	Roger Nilsen	Team Sørenget - Lag 1	00:29:06	00:06:43	05:06
17	59	Tor Morten Grannes/K. Forås	Spillum IL	00:29:47	00:07:24	05:14

## Klasse 4 Damer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	62	Jorunn Lilleslett/Oda Malmo	Grongtausin	00:26:54	00:00:00	04:43

# Resultat 13. etappe

Hausvika - Stallvika (7,8km)



Elva/Namsskogan IL  
Skorovas IL  
Trones IL  
Røyrvik IF

## Klasse 1 Damer/Herrer

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	44	Dadafo	Namdal Løpeklubb	00:25:02	00:00:00	03:13

## Klasse 3 Damer/Herrer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	45	Lasse Skarpenland	Sømna IL	00:31:55	00:00:00	04:06
2	47	Trond Hestvik	Ytre Namdal Løpelag	00:32:20	00:00:25	04:09
3	52	T.O.Devik/Lars S. Lindgren/Paul Gjers	Røyrvik Idrettsforening	00:34:01	00:02:06	04:22
4	60	Andre Gartland	Harran IL	00:34:17	00:02:22	04:24
5	51	John Saur/Anita G Hovd	Fossbrenna Aktivitetslag	00:34:30	00:02:35	04:25
6	48	Mathias og Magne R Skarstad/Bjørn S	Trones IL	00:34:32	00:02:37	04:26
7	57	Bjørnar Flått	Overhalla IL - Lag 1	00:34:33	00:02:38	04:26
8	46	Tore Brøndbo	Team Stygghaugen	00:35:28	00:03:33	04:33
9	58	Roar Lorvik	Overhalla IL - Lag 2	00:35:39	00:03:44	04:34
10	49	Maria Wågan/Clara Wågan	Team Sørenget - Laq 1	00:35:48	00:03:53	04:35
10	61	Laurits Sæther/Stian og Martin Brekkv	Shabby Gubba	00:35:48	00:03:53	04:35
12	56	Kay Arne Sandvik	Otterøy L	00:36:17	00:04:22	04:39
13	54	Einar Kvemo	Sørli IL	00:36:23	00:04:28	04:40
14	59	Anders Lyng/John M Aagård	Spillum IL	00:36:37	00:04:42	04:42
15	55	Johannes Grongstad/Mari Øie	IL Hållingen	00:36:51	00:04:56	04:43
16	53	V. Brekkan/M.Sagmo/F.Engesvik/H.En	Namsos Vannpoloklubb	00:38:04	00:06:09	04:53
17	50	Adrian Thorsen	Team Sørenget - Lag 2	00:39:08	00:07:13	05:01

## Klasse 4 Damer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	62	Heidi Hasselvold	Grongtausin	00:24:15	00:00:00	03:07

# Resultat 14. etappe

Stallvika - Skorovatn (4,4km)



Elva/Namsskogan IL  
Skorovas IL  
Trones IL  
Røyrvik IF

## Klasse 1 Damer/Herrer

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	44	Bendik Røthe	Namdal Løpeklubb	00:19:41	00:00:00	04:28

## Klasse 3 Damer/Herrer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	52	Dan Carlos Nyvik	Røyrvik Idrettsforening	00:16:53	00:00:00	03:50
2	46	Marit Brøndbo/Leah Lysberg	Team Stygggaugen	00:17:13	00:00:20	03:55
3	48	Torstein Bjørhusdal	Trones IL	00:17:15	00:00:22	03:55
4	55	Jo Magne Tyldum	IL Hållingen	00:17:30	00:00:37	03:59
5	54	Thor Birger Østnor	Sørli IL	00:18:18	00:01:25	04:10
6	45	Roy Rørmark	Sømna IL	00:19:03	00:02:10	04:20
7	51	Lasse Andreas Vannebo/Stian Aglen	Fossbrenna Aktivitetslag	00:19:18	00:02:25	04:23
8	47	Synne Iversen/Ingalill Mikalsen/K.A.Ive	Ytre Namdal Løpelag	00:19:21	00:02:28	04:24
9	59	John M Aagård	Spillum IL	00:19:40	00:02:47	04:28
10	50	Arne Ugseth/Kristian Foss	Team Sørenget - Lag 2	00:20:20	00:03:27	04:37
11	49	Torkild Bruun	Team Sørenget - Lag 1	00:20:29	00:03:36	04:39
12	53	Anders Grongstad	Namsos Vannpoloklubb	00:20:36	00:03:43	04:41
13	58	Lovise Øvereng Aunet	Overhalla IL - Lag 2	00:21:05	00:04:12	04:48
14	60	Helge Vevik	Harran IL	00:21:29	00:04:36	04:53
15	56	Martin Hoddø/Andreas Johansen	Otterøy L	00:21:39	00:04:46	04:55
16	57	Bjørn A Øvereng	Overhalla IL - Lag 1	00:22:19	00:05:26	05:04
17	61	Marius Helguera /Jonatan Helguera	Shabby Gubba	00:24:26	00:07:33	05:33

## Klasse 4 Damer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	62	Johanne og Oda Nordlund	Grongtausin	00:22:31	00:00:00	05:07

# Resultat 15. etappe

Skorovatn - Grønndalen (8,7km)



Elva/Namsskogan IL  
Skorovas IL  
Trones IL  
Røyrvik IF

## Klasse 1 Damer/Herrer

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	44	Ole Leirvik	Namdal Løpeklubb	00:30:30	00:00:00	03:30

## Klasse 3 Damer/Herrer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	51	Jan Olav Smalås	Fossbrenna Aktivitetslag	00:32:42	00:00:00	03:46
2	45	Berit Amundsen/Rolv-Jørgen Bredese	Sømna IL	00:34:08	00:01:26	03:55
3	47	Svein Oluf Øren	Ytre Namdal Løpelag	00:34:36	00:01:54	03:59
4	60	Jon Håvard Solum	Harran IL	00:35:44	00:03:02	04:06
5	52	Hans Oskar Devik/Ingunn S Svestad	Røyrvik Idrettsforening	00:36:11	00:03:29	04:10
6	57	Jon Heir	Overhalla IL - Lag 1	00:36:25	00:03:43	04:11
7	59	Fridtjof Leirvik	Spillum IL	00:37:07	00:04:25	04:16
8	48	Pål Nordaune/Bjørn Sagmo	Trones IL	00:37:25	00:04:43	04:18
9	54	Frank Gjertsås	Sørli IL	00:37:42	00:05:00	04:20
10	58	Sverre Homstad	Overhalla IL - Lag 2	00:38:17	00:05:35	04:24
11	55	Erik/Johanne/Ruth/Hans/Anders/Martin	IL Hållingen	00:38:37	00:05:55	04:26
12	49	Per Hammerstrøm	Team Sørenget - Laq 1	00:40:41	00:07:59	04:41
13	53	Bårdevik/Høyen/Gartland/Fossland/Hø	Namsos Vannpoloklubb	00:41:08	00:08:26	04:44
14	61	Jan År, Åsmund, Torbjørn,Ragnhild, Kr	Shabby Gubba	00:42:32	00:09:50	04:53
15	46	Ida Bergslid/ Anita Stene/Kine Gulstad	Team Stygghaugen	00:44:10	00:11:28	05:05
16	50	Vegard Ugseth	Team Sørenget - Lag 2	00:44:29	00:11:47	05:07
17	56	Per Sandvik/Trude Lansgtrand	Otterøy L	00:45:58	00:13:16	05:17

## Klasse 4 Damer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	62	Jenny Domås/Oda Malmo/Katrine Han	Grongtausin	00:46:15	00:00:00	05:19

# Resultat 16. etappe

Grønndalen - Tunnsjødal (12,3km)



Elva/Namsskogan IL  
Skorovas IL  
Trones IL  
Røyrvik IF

## Klasse 1 Damer/Herrer

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	44	Morten Skarstad	Namdal Løpeklubb	00:39:15	00:00:00	03:11

## Klasse 3 Damer/Herrer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	55	Tor Gunnar Brembu/Jo M. Tyldum	IL Hållingen	00:44:24	00:00:00	03:37
2	54	Even Kvemo	Sørli IL	00:44:41	00:00:17	03:38
3	47	Kim Daniel Iversen/Johan Hundseth	Ytre Namdal Løpelag	00:44:47	00:00:23	03:38
4	59	Ola Jansen/Håkon Vikhagen	Spillum IL	00:45:58	00:01:34	03:44
5	45	L.Skarpengland/W.Reinfjord/R.Rørmar	Sømna IL	00:46:35	00:02:11	03:47
6	46	E.Brøndbo/T.Bergslid/R.Brøndbo/V.Nu	Team Stygghaugen	00:47:15	00:02:51	03:50
7	60	Maren/Line/Stig-Henry/Vegard	Harran IL	00:48:18	00:03:54	03:56
8	52	Martin Skage/Odd Lykkja	Røyrvik Idrettsforening	00:48:42	00:04:18	03:58
9	57	Gert Nieblschutz/Leif Arve Sve	Overhalla IL - Lag 1	00:49:19	00:04:55	04:01
10	61	Martin,Stian,Frode,Øyvind,Geir,Torstei	Shabby Gubba	00:49:37	00:05:13	04:02
11	58	Steinar Solum/Anne Britt Grongstad	Overhalla IL - Lag 2	00:51:05	00:06:41	04:09
12	49	Mi Jønvik/Kjell Anders Vikan	Team Sørenget - Laq 1	00:51:14	00:06:50	04:10
13	51	L. Heia/J.O.Klingen/S.T.Hovd/V. Viken	Fossbrenna Aktivitetslag	00:51:51	00:07:27	04:13
14	56	Tormod Johansen	Otterøy L	00:53:39	00:09:15	04:22
15	48	Kristian/Geir Åge/A Akali/Isak/Bendik/I	Trones IL	00:53:43	00:09:19	04:22
16	50	K O Lien/K Foss/A J H Foss	Team Sørenget - Lag 2	00:55:18	00:10:54	04:30
17	53	Henr./Svoren/Strøm/Sagmo/Strandli/H	Namsos Vannpoloklubb	00:55:32	00:11:08	04:31

## Klasse 4 Damer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	62	Ane Stenseth/Ruth Appelkvist	Grongtausin	00:48:37	00:00:00	03:57



# Resultat 17. etappe

Tunnsjødal - Trones (8,2km)



Elva/Namsskogan IL  
Skorovas IL  
Trones IL  
Røyrvik IF

## Klasse 1 Damer/Herrer

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	44	Tomas Sandvik	Namdal Løpeklubb	00:32:02	00:00:00	03:54

## Klasse 3 Damer/Herrer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	60	Odd Magnar og Oda Nordlund	Harran IL	00:12:46	00:00:00	01:33
2	55	Gøran Flått/Erik Tyldum	IL Hållingen	00:12:58	00:00:12	01:35
3	48	Karl Oskar Trones/Isak Skarstad	Trones IL	00:13:22	00:00:36	01:38
4	52	Ove Skaaren/Ola Devik	Røyrvik Idrettsforening	00:14:54	00:02:08	01:49
5	58	Birger Sørgård	Overhalla IL - Lag 2	00:15:25	00:02:39	01:53
6	53	Børre Sagmo/Benjamin A. Eid	Namsos Vannpoloklubb	00:15:37	00:02:51	01:54
7	45	Kristian Reinjord/Alf Dahle	Sømna IL	00:16:00	00:03:14	01:57
8	47	Oddvar Mikalsen/Ingalill Mikalsen	Ytre Namdal Løpelag	00:16:02	00:03:16	01:57
9	49	Tor Henrik Bruun/Mikael Jønvik	Team Sørenget - Lag 1	00:16:05	00:03:19	01:58
10	57	Knut Aspnes	Overhalla IL - Lag 1	00:16:38	00:03:52	02:02
11	54	Johan Arvasli	Sørli IL	00:16:59	00:04:13	02:04
12	61	Asbjørn S. Bjørhusdal/Sondre V. Pede	Shabby Gubba	00:18:17	00:05:31	02:14
13	59	Kim Rune Grannes	Spillum IL	00:18:29	00:05:43	02:15
14	46	J.Brøndbo/Ø.Brøndbo/N.Lysberg	Team Stygghaugen	00:19:50	00:07:04	02:25
15	51	Kirsti F.Klingen/K.R.Saur/Jan Erik Sma	Fossbrenna Aktivitetslag	00:21:15	00:08:29	02:35
16	50	John Jakop Foss	Team Sørenget - Lag 2	00:21:35	00:08:49	02:38
17	56	Terje Husvik	Otterøy L	00:23:18	00:10:32	02:50

## Klasse 4 Damer m/sykkel

Plass	Start	Navn	Lag	Tid	Etter	kmtid
1	62	Tove Falmår	Grongtausin	00:17:27	00:00:00	02:08