50 beste 2023. POENG etter tid, kjønn og alder. (UKI-tabellen)

Løp arr. Normalt + aleneløp (virtuelt løp) *)

aa= Riktig løype. Ordinær tid av UKI
ab= Riktig løype. Aleneløp. Dokumentert tid fra GPS-system
ac= Riktig løype. Aleneløp. Egen tidtaking
bb= Egen løype. Aleneløp. Dokumentert tid fra GPS-system
bc= Egen løyep. Aleneløp. Egen tidtaking

Rettelser til nils.wiig@gmail.com

Antall år som UKI-karusellen er fullført

v Sum poeng etter UKI-tabellen for de tre beste løp av løp 1, 2, 3 og 6. Poeng gis etter kjønn, alder og tid. (se www.unifriidrett.no)

						Løp 1					Løp 2					Løp 3					Løp 4					Løp 5					Løp 6				
						UKI-løpet torsdag 15 april					Blodomløpet tirsdag 9. mai					Torsdag 8. juni					Tirsdag 1. aug.					Torsdag 7. sept					Lørdag 30. september				
				År ff	Poeng	Løp 1				Poeng	Løp 2				Poeng	Løp 3				Poeng	Løp 4														Poeng
				e 2023	sum 3		Plass	Tid	*)	løp 1		Plass	Tid	*)	løp 2		Plass	Tid	*)	løp 3		Plass	Tid	*)		Plass	Tid	*)		Plass	Tid	*)	6. løp
1	Geir	Engesæter (53)		6	4933	3 km	1	12:30	aa	1632	5 km	1	21:34	aa	1622	1500m	1	5.37,57	aa	1679					800m	1	2.45,47	aa	10km	1	46.31	aa	1610
2	Simen Cook	Halvorsen (04)		3	4809	3 km	1	09:51	aa	1633	5 km	1	17:55	aa	1557	1500m	1	4.36,72	aa	1619														
3	Børre	Olsen (63)	Driv IL	1	4790	3 km	1	11:33	aa	1587						1500m	1	5.19,59	aa	1592	8 km	1	33.28	aa	800m	1	2.39,56	aa	5 km	1	19.29	aa	1611
4	Øystein	Dahl (70)	Løpegruppa Jesshein	5	4731	3 km	1	11:11	aa	1534	5 km	1	19:52	aa	1487	1500m	1	4.54,25	aa	1605					800m	1	2.33,51	aa	10 km	1	39.19	aa	1592
5	Simon Paul	Sandbakken (95)	Aurskog-Høland FIL	2	4714	3 km	1	10:29	aa	1538	5 km	1	17:56	aa	1541	1500m	1	4.35,08	aa	1610	8 km	1	32.00	aa	800m	1	2.13,39	aa	10km	1	37.51	aa	1563
6	Odd	Kinnsbekken (48)	Ullensaker/Kisa IL	52	4597	3 km	1	14:13	aa	1550						1500m	1	6.46,42	aa	1510	8 km	1	41.29	aa	800m	1	3.12,74	aa	5 km	2	24.38	aa	1537
7	Frode	Liland (65)	Ullensaker/Kisa IL	12	4549	3 km	1	11:26	aa	1548	5 km	1	20:34	aa	1484	1500m	3	5.24,96	aa	1517					800m	1	2.37,79	aa					
8	Inge	Schøyen (71)	Ullensaker/Kisa IL	3	4486	3 km	2	11:33	aa	1491	5 km	2	20:23	aa	1453	1500m	2	5.08,29	aa	1542	8 km	1	33.08	aa									
9	Bjørn	Knudsen (52)	Stovnerkameratene	45	4420	3 km	2	14:16	aa	1451	5 km	2	25:16	aa	1408	1500m	2	6.23,35	aa	1492					800m	4	3.12,23	aa	10km	3	51.46	aa	1477
10	Olaf	Knai (49)	Hurdal IL	46	4406						5 km	3	25:51	aa	1378	1500m	3	6.25,85	aa	1485					800m	2	3.07,84	aa	10km	2	49.04	aa	1543
11	Knut J	Holter (61)	Eidsvold Værk Skiklul	31	4383	3 km	2	13:04	aa	1423	5 km	1	22:41	aa	1407						8 km	2	35.20	aa					10km	1	43.41	aa	1553
12	Bror	Smedsrud (47)	Hadeland FiK	5	4358	3 km	4	15:51	bc	1405	5 km	1	27:04	ac	1412	1500m	3	6.54,47	aa	1483	8 km	2	45.21	aa					5 km	1	26.03	aa	1463
13	Hilde	Ellevold (83)	Ullensaker/Kisa IL	1	4343	3 km	2	13:38	aa	1455	5 km	1	24:50	aa	1374	1500m	1	6.29,00	ab	1412	8 km	2	41.23	aa	800m	1	3.06,74	aa	10km	1	49.39	aa	1476
14	Geir	Holmsen (67)	Stovnerkameratene	21	4305	3 km	2	12:27	bc	1434	5 km	2	21:43	bc	1412	1500m	4	5.38,00	bc	1459	8 km	1	34.47	ac	800m	5	3.03,32	aa					
15	Astrid Marie Bauck	Jensen (09)	Ullensaker/Kisa IL	4	4194	3 km	4	14:36	aa	1358	5 km	1	27:53	aa	1217	1500m	1	6.17,81	aa	1449	8 km	1	52.54	aa					5 km	2	24.31	aa	1387
16	Sverre	Sandbakken (52)	Aurskog-Høland FIL	7	4164	3 km	3	15:39	aa	1326	5 km	4	26:45	aa	1331	1500m	4	6.43,26,	aa	1423	8 km	1	43.38	aa	800m	3	3.11,72	aa	10km	4	54.37	aa	1410
17	Tonny	Skogsholm (64)		26	4082	3 km	4	13:31	aa	1323	5 km	3	24:03	ab	1274	1500m	6	6.09,71	aa	1339	8 km	2	39.22	aa	800m	3	2.53,47	aa	10km	1	46.41	aa	1420
18	Øyvind	Foss (79)	Skog & Virke AS	7	4078	3 km	2	12:28	aa	1329	5 km	2	22:04	aa	1287	1500m	1	5.37,97	aa	1359	8 km	1	36.12	aa					10km	1	44.19	aa	1390
19	Carolina	Carlsen (89)		2	4072	3 km	1	14:15	aa	1371	5 km	2	25:19	aa	1323						8 km	2	41.34	aa					5 km	1	24.19	aa	1378
20	Anna	Lundstein (90)		1	4036	3 km	2	14:33	aa	1342	5 km	3	25:37	aa	1307	1500m	1	6.29,12	aa	1387	8 km	1	40.47	aa	800m	2	2.59,14	aa					
21	Steinar	Stavdal (41)	Veritas BIL	49	3981	3 km	1	18:07	aa	1340	5 km	1	31:32	aa	1321	1500m	1	8.28,68	aa	1320									10km	1	1.10.26	aa	1286
22	Ove	Aastorp (56)	Ullensaker/Kisa IL	30	3965	3 km	1	14:56	aa	1309						1500m	1	6.44,59	aa	1337					800m		fullf	ac	5 km	1	25.26	aa	1319
23	Svenn Erik	Sørum (77)		10	3963	3 km	3	13:16	aa	1270	5 km	1	23:45	aa	1213	1500m	2	5.40,14	aa	1377	8 km	1	39.53	aa	800m	3	2.46,25	aa	10km	1	47.50	aa	1316
24	Veronica	Bertheussen (79)	Ullensaker/Kisa IL	2	3938	3 km	4	15:03	aa	1321	5 km	2	27:02	ab	1259										800m	3	3.37,00	ab	HM	1	2.01.03	aa	1358
25	Anders	Knudsen (77)		8	3921	3 km	4	13:25	aa	1254						1500m	3	5.40,64	aa	1356					800m	2	2.42,91	aa	5 km	1	22.05	aa	1311
26	Widar	Rognerud (47)	Raumnes & Årnes IL	44	3831	3 km	5	17:27	aa	1275	5 km	3	30:43	aa	1241	1500m	5	7.48,09	aa	1315													
27	Ole Jonny	Sørensen (47)	Hadeland FiK	50	3795	3 km	7	18:00	aa	1233	5 km	2	30:39	ac	1243	1500m	6	8.09,02	aa	1254	8 km	3	50.12	aa	800m	4	3.49,76	aa	5 km	3	29.26	aa	1298
28	Helga	Skattebo (80)		2	3789	3 km	7	17:11	aa	1142	5 km	4	28:58	aa	1166	1500m	2	7.11,14	aa	1271	8 km	3	46.12	aa	800m	4	4.06,00	ab	10km	2	54.46	aa	1352
29	Trond	Skedsmo (49)	Borgen IL	23	3757	3 km	4	16:50	aa	1227	5 km	5	32:55	ac	1053	1500m	5	7.30,13	aa	1271	8 km	2	49.58	aa	800m	5	3.40,14	aa	5 km	1	28.13	aa	1259
30	Kristen	Eggen (39)		52	3745	3 km	2	18:52	aa	1285	5 km	2	33:31	aa	1239	1500m	2	9.06,12	aa	1221													
31	Rebecka Helle	Aas (07)	Ullensaker/Kisa IL	4	3719	3 km	3	14:26	aa	1374	5 km	2	34:02	aa	962	1500m	3	6.36,81	aa	1383					800m	1	3.26,22	aa					
32	Anette	Andenæs (81)		5	3689	3 km	5	15:55	aa	1245	5 km	3	28:01	aa	1211										800m	2	3.33,00	aa	5 km	2	27.33	aa	1233
33	Lena	Haugen (78)		1	3671	3 km	4	16:24	aa	1229	5 km	3	29:58	aa	1145						8 km	2	47.33	aa	800m	3	3.18,68	aa	5 km	1	26.47	aa	1297
34	Knut Ove	Woldvik (64)	Kløfta IL	24	3657						5 km	5	26:40	aa	1134	1500m	7	6.25,30	aa	1280	8 km	3	45.05	aa					5 km	1	24.36	aa	1243
35	Hege	Nordgård (78)		11	3610	3 km	5	16:26	aa	1226	5 km	4	30:25	aa	1125														5 km	2	27.32	aa	1259
36	Kåre Chr.	Olsen (64)		43	3581	3 km	5	14:26	aa	1234	5 km	4	26:16	ab	1155										800m	4	2.56,81	aa	5 km	2	25.33	aa	1192
37	Jan Erik	Halvorsen (61)	Ullensaker Skiklubb	10	3497	3 km	3	14:32	aa	1279	5 km	2	28:46	ab	1087	1500m	3	7.27,00	ab	1131													
38	Thomas	Granberg (77)	Ullensaker/Kisa IL	1	3467	3 km	6	14:54	aa	1113	5 km	3	29:15	aa	940	1500m	4	6.46,00	ab	1128	8 km	3	42.56	aa					10km	2	51.19	aa	1226
39	Sverre	Lang (54)	Romerike Runners	18	3451	3 km	3	17:06	aa	1126	5 km	2	28:42	aa	1156	1500m	2	7.56,75	aa	1112	8 km	1	49.54	aa	800m	1	3.49.43	aa	5 km	2	28.25	aa	1169
40	Bjarte	Aarsand (72)		2	3428	3 km	6	16:51	aa	986	5 km	3	27:18	ab	1060	1500m	3	6.50,29	aa	1149	8 km	5	43.48	aa	800m	3	3.06,65	aa	10 km	3	52.55	aa0	1219
41	Ole	Vikerhaug (59)	Fet FIK	47	3428	3 km	4	15:34	bc	1186	5 km	3	30:46	aa	1000	1500m	2	6.52,12	aa	1242	8 km	4	47.34	aa									
42	Lene	Walstad (78)	Ullensaker/Kisa IL	4	3416	3 km	6	18:29	aa	1069	5 km	5	31:04	aa	1097	1500m	1	7.54,16	aa	1166					800m	4	3.48,25	aa	10km	1	1.05.12	aa	1153
43	Siv Elen	Sundby (65)		4	3387	3 km	1	18:30	aa	1144	5 km	1	33:20	ab	1080	1500m	1	8.23,00	ab	1163	8 km	1	54.12	ac									
44	Janis	Arsenikovs (83)		0	3275	3 km	1	09:41	aa	1672	5 km	1	17:25	aa	1603																		
45	Morten	Algarheim (82)		5	3191	3 km	4	14:37	aa	1114	5 km	4	25:51	aa	1075						8 km	2	43.46	aa					5 km	1	25.19	aa	1002
46	Ingrid Fjeldstad	Luke (87)	Borgen IL	5	3098	3 km	2	19:18	ab	974	5 km	2	32:07	ac	1014	1500m	3	7.59,86	aa	1110	8 km	1	49.38	aa									
47	Bjørn	Lauglo (48)	Stovnerkameratene	31	2999	3 km	3	14:40	aa	1509						1500m	2	6.52,75	aa	1490					800m	3	3.30,31	aa					
48	Ketil Magnus	Dokset (70)	Hurdal IL	0	2995	3 km	3	11:51	aa	1457																			5 km	1	19.07	aa	1538
49	Bente	Holter (62)	Løpsklubben 1814 BI	33	2936	3 km	1	14:35	aa	1520	5 km	1	27:03	aa	1416						8 km	1	45.00	aa									
50	Berit	Rimstad (78)	Raumnes & Årnes IL	9	2888	3 km	2	13:55	aa	1452	5 km	2	24:09	ab	1436										800m	1	3.08,76	aa					