

Seeding 3000 m MS

Navn	Klubb	PB	SB
Awet Nftalem Kibrab	Ullensaker/Kisa IL	7,47,37	7,47,37
Per Sveta	IL. Norna Salhus	7,51,26	7,51,26
Even Brøndbo Dahl	FIK Orion	7,52,97	7,52,97
Tom Erling Kårbø	Stord IL	7,58,48	
Bjørnar Sandnes Lillefosse	IL Gular	7,59,17	13,59,16*
Simon Nebijo Karlsen Steinshamn	IL I BUL	8,03,64	
Ibrahim Buras	IL I BUL	8,04,40	8,04,40
Mathias Flak	Steinkjer FIK	8,04,40	8,04,40
Oliver Löfqvist	Spårvägens FK	8,04,49	13,48,59*
Eivind Øygaard	Jølster IL	8,06,71	3,48,82*
Petter Johansen	Lillehammer IF	8,12,33	13,59,71
Halvor Nymoen Winberg	Herkules Friidrett	8,09,78	8,09,78
Magnus Øyen	Rindal IL	8,10,07	8,10,07
Trym Halvard Sagstuen Tønnesen	Halden IL	8,13,38	14,25,46*
Esten Hansen-Møllerud Hauen	FIKen Ren-Eng	8,14,06	3,38,87*
Trygve Feidje Mjelde	Osterøy IL	8,14,44	3,46,12*
Simen Gløgård Stensrud	Ullensaker/Kisa IL	8,14,86	
Kristian Bråthen Børve	Ullensaker/Kisa IL	8,15,53	8,15,53
Marius Øyre Vedvik	IL Gular	7,53,01	8,15,65
Simon Østreng Veland	Haugesund IL	8,16,77	3,49,46*
Morten Gjendem	Haugesund IL	8,57,16	14,18,89*
Johannes Teigland	IL Gular	8,19,23	3,47,07*
Benjamin Storm Rettore	Sandnes IL	8,17,38	8,19,78
Mads Orø Olsen	Ringerike FIK	8,21,24	14,27,01
Tore Akerlie	IL Gular	8,21,37	8,21,37
Marius Garmann Sørli	Ask Friidrett	8,16,67	8,21,68
Vegard Vesterhaug Warnes	SVORKMO N.O.I.	8,21,16	8,22,21
Sondre Strande Omland	Ullensaker/Kisa IL	8,22,84	8,22,84
Merih Solomon Hailemicheal	Ullensaker/Kisa IL	8,54,5	3,53,96*
Tedros Gebretensai Haile	Haugesund IL	8,24,04	14,31,25*
Jorge Jabaz	Valor Track Club	8:18.14	
Erik Tangen Gundersen	IL Skjalg	8,17,93	8,26,78
Andreas Iden	IL Gneist	8,17,16	8,27,54
Sondre Arne Hoff	IL Gular	8,18,45	8,27,72
Simen Hernes Ellingsdalen	IL I BUL	8,27,95	
Tord Franke Ulset	Selsbakk IF	8,23,30	8,28,66
Mikkel Blikstad Thomassen	Tjalve IK	8,23,27	8,29,72
Petter Myhr	FIK Orion	8,31,61	
Philip Anders Anthelme Massacand	IL Gneist	8,14,45	8,33,37
Jesper Andreas Matsson Lundin	BUL Tromsø	8,21,78	8,33,77
Trym Fjøsne-Hexeberg	Ullensaker/Kisa IL	8,33,17	8,35,65
Andreas Penne Nygård	Sandnes IL	8,35,11	8,36,37
Nahom Tesfalem Tewelde	Ullensaker/Kisa IL	8,35,27	8,36,60
Tobias Allers-Hansen	IL Gneist	8,37,62	8,41,04

Seeding 3000 m MS

Navn	Klubb	PB	SB
Henrik Husdal	SVORKMO N.O.I.	8,41,33	
Jonas Skjerven	Mjøsdalen IL	8,42,40	8,42,40
Andreas Fantoft	IL Gneist	8,44,99	8,44,99
Robert Bergstå	Svarstad IL	8,25,30	8,46,39
Odin Fjøsne-Hexeberg	Ullensaker/Kisa IL	8,46,47	8,46,47
Haakon Engelsen Berg	Bøler IF	8,46,72	8,46,72
Knut Olav Øygard	Jølster IL	8,49,09	15,20,28*
Lars-Martin Melheim	Olden IL	8,49,75	15,19,19*
Åsmund Sunde Førde	Jølster IL	9,07,59	8,59,38
Håvard Klakegg	Jølster IL	8,54,57	4,10,94*
Anders Gunnestad Hekkli	Skarphedin IL	8,51,48	8,51,48
Erik Tobiassen Rønneberg	SK Vidar	8,52,47	8,52,47
Antonin Albouy	Stade Rodez Athletisme	8,52,55	8,52,55
Andreas Ullern Tonning	Ullensaker/Kisa IL	8,53,73	8,53,73
Elias Haugen Torjussen	SK Vidar	8,55,51	8,55,51
Lars Horten Jordet	FIKen Ren-Eng	8,57,27	8,57,27
Eirik Ophus	SK Vidar	8,57,96	8,57,96
Martin Mjelde	IL Gneist	9,03,65	9,03,65
Kim-Roger Trøite	IK Hind	9,04,43	9,04,43
Erlend Berger	SK Vidar	9,05,92	
Tobias Repstad Andersen	Rygge IL	9,09,61	9,09,61
Victor Samuel Synnestvedt	Åsen IL	8,11,06	8,11,06
Haakon Kamlesh Heltzer Sørstad	IF Sturla	9,12,80	9,12,80
Teodor Hansen	Ullensaker/Kisa IL	9,12,91	9,12,91
Vetle Ulrichsen Flaget	Kristiansand Løpeklubb	9,02,6	9,16,80
Ole-Kristian Lindebø Kværner	Ullensaker/Kisa IL	9,21,28	
Sondre Svåsand Måge	Strandebarm IL	9,22,90	9,25,38
Fredrik Pinås	Fredrikstad IF	9,34,96	9,34,96
Emil Hagevik Bakke	Oslostudentenes IK	9,36,11	9,36,11
Martin Grønvold	FIKen Ren-Eng	9,19,01	9,39,37
Adrian Monkvik	Sarpsborg AIL		6,03,74*
Morten Olsen Dalhaug	SK Vidar	9,45,18	9,45,18
Håkon Prøsch Johnsen	Ullensaker/Kisa IL	10,04,38	10,04,38
Andreas Habtamu Fossan	IL Gular		
Even Dalen	SK Vidar		
Håvard Nøttestad	IL Gneist		8,36,92*