

### Løpeteknisk test på Skullerudåsen:

Løpeteknisk test på Skullerudåsen. Total løypelengde er 3580 m og total 175 m stigning.

Start og mål er på samme sted.

#### Hall of fame per april 2021

Alle rundetider, rangert

Kun DAMER

					<i>Delstrekk nr.</i>	1	2	3	4	5	6	7	1 runde
					<i>Lengde (meter)</i>	790	330	510	300	300	650	700	3580
					<i>Stigning (meter)</i>	45	0	20	0	60	25	25	175
					<i>Fall (meter)</i>	35	0	5	60	0	20	45	165
					<i>Beste tid totalt</i>	02:53	01:45	02:05	01:14	02:14	02:51	03:36	17:17
					<i>Beste tid dame</i>	03:28	02:04	02:26	01:23	02:44	03:21	04:13	20:01
					<i>Beste tid i filterutvalg</i>	03:28	02:04	02:26	01:23	02:44	03:21	04:13	20:01
Dato	Kjønn	Klasse	Antall runder	Runde nr.	Navn	Småkupert	Myr	Småkupert	Utforbakke	Motbakke	Sti-terreng	Kupert-tilendrt	Runde-tid
29.08.2002	Dame		1	1	Hanne Staff	03:28	02:08	02:27	01:32	02:44	03:23	04:19	20:01
29.04.1999	Dame		1	1	Hanne Staff	03:28	02:15	02:26	01:30	02:49	03:21	04:13	20:02
20.08.1998	Dame		1	1	Hanne Staff	03:41	02:15	02:26	01:37	02:46	03:25	04:20	20:30
23.05.2002	Dame		1	1	Hanne Staff	03:36	02:12	02:29	01:36	02:54	03:27	04:21	20:35
29.08.2002	Dame		1	1	Bente Skari	03:29	02:04	02:32	01:36	02:54	03:28	04:34	20:37
31.08.2005	Dame		1	1	Anne Margrethe Hausken	03:30	02:19	02:31	01:29	03:07	03:23	04:18	20:37
25.05.2004	Dame		1	1	Hanne Staff	03:41	02:20	02:28	01:40	02:49	03:23	04:24	20:45
14.05.1998	Dame		1	1	Hanne Staff	03:39	02:07	02:34	01:35	02:55	03:31	04:27	20:48
24.06.2003	Dame		1	1	Hanne Staff	03:38	02:29	02:33	01:37	02:53	03:25	04:22	20:57
28.08.2003	Dame		1	1	Anne Margrethe Hausken	03:28	02:23	02:31	01:29	03:13	03:28	04:28	21:00
11.05.2000	Dame		1	1	Hanne Staff	03:44	02:22	02:33	01:34	02:52	03:25	04:31	21:01
28.08.2003	Dame		1	1	Hanne Staff	03:33	02:28	02:35	01:35	03:00	03:26	04:26	21:03
22.07.1999	Dame		1	1	Hanne Staff	03:39	02:24	02:39	01:31	02:52	03:35	04:25	21:05
01.06.2001	Dame		1	1	Hanne Staff	03:40	02:22	02:38	01:34	03:01	03:28	04:25	21:08
15.05.2003	Dame		1	1	Anne Margrethe Hausken	03:31	02:34	02:34	01:23	03:13	03:28	04:27	21:10
01.09.2009	Dame		1	1	Betty Ann Bjerkreim Nilsen	03:35	02:35	02:41	01:37	02:59	03:31	04:26	21:24
20.08.1998	Dame		2	2	Vigdis Holom	03:46	02:32	02:34	01:36	03:05	03:44	04:31	21:48
29.08.2002	Dame		1	1	Birgitte Husebye	03:44	02:22	02:41	01:33	03:14	03:40	04:39	21:53
27.05.1999	Dame		1	1	Elisabeth Ingvaldsen	03:43	02:31	02:45	01:32	03:03	03:38	04:42	21:54
31.08.2005	Dame		1	1	Guro Flatekval	03:54	02:30	02:43	01:38	03:13	03:34	04:24	21:56
23.05.2002	Dame		1	1	Anne Margrethe Hausken	03:33	02:21	02:42	01:31	03:28	03:38	04:44	21:57
29.08.2002	Dame		1	1	Anne Margrethe Hausken	03:42	02:22	02:37	01:33	03:27	03:43	04:39	22:03
18.06.2009	Dame		1	1	Siri Ulvestad	03:37	02:21	02:46	01:35	03:17	03:46	04:42	22:04
27.05.1999	Dame		1	1	Birgitte Husebye	03:44	02:33	02:45	01:34	03:03	03:43	04:45	22:07
22.07.1999	Dame		1	1	Elisabeth Ingvaldsen	03:46	02:32	02:48	01:30	03:13	03:39	04:40	22:08
18.06.2009	Dame		1	1	Silje Ekroll Jahren	03:42	02:09	02:50	01:35	03:20	03:45	04:49	22:10
22.07.1999	Dame		1	1	Birgitte Husebye	03:52	02:36	02:48	01:33	03:06	03:47	04:36	22:18
31.08.2005	Dame		1	1	Mariann Ulvestad	03:48	02:22	02:47	01:41	03:20	03:40	04:43	22:21
06.05.2010	Dame		1	1	Heidi Østlid Bagstevold	03:45	02:30	02:45	01:47	03:11	03:44	04:42	22:24
29.04.1999	Dame		1	1	Birgitte Husebye	03:48	02:33	02:40	01:38	03:18	03:43	04:47	22:27
07.06.2007	Dame		1	1	Anne Margrethe Hausken	03:46	02:28	02:45	01:37	03:24	03:37	04:52	22:29
10.05.1994	Dame		1	1	Gro Sandstad	03:29		05:15	01:48	03:19	03:49	04:54	22:34
22.09.2010	Dame		1	1	Ida Marie Næss Bjørgul	03:44	02:50	02:48	01:35	03:22	03:43	04:35	22:37
08.06.2005	Dame		1	1	Fanny Welle-Strand Horn	03:48	02:26	02:51	01:42	03:25	03:46	04:40	22:38
08.06.2005	Dame		1	1	Hanne Staff	03:51	02:44	02:48	01:37	03:09	03:45	04:44	22:38
22.09.2010	Dame		1	1	Heidi Østlid Bagstevold	03:36	02:45	02:47	01:46	03:13	03:46	04:48	22:41
29.08.2002	Dame		1	1	Lene Moe	03:53	02:26	02:46	01:41	03:34	03:49	04:46	22:55
08.06.2005	Dame		1	1	Siri Ulvestad	03:54	02:31	02:50	01:37	03:32	03:43	04:49	22:56
14.05.1998	Dame		1	1	Anne Margrethe Hausken	03:53	02:30	02:45	01:34	03:38	03:50	04:47	22:57
30.04.1994	Dame		1	1	Ragnhild Myrvold	03:39		05:24	01:42	03:18	03:52	05:08	23:03
17.06.2014	Dame		1	1	Kamilla Olaussen	03:54	02:17	02:49	01:54	03:34	03:41	05:02	23:11
15.05.1997	Dame		1	1	Anne Margrethe Hausken	03:52	02:30	02:41	01:36	03:34	03:59	05:05	23:17
30.04.1994	Dame		1	1	Elisabeth Ingvaldsen	03:46		05:30	01:40	03:33	03:52	05:05	23:26
08.06.2005	Dame		1	1	Mariann Ulvestad	03:51	02:30	02:51	01:39	03:33	04:13	04:50	23:27
15.05.2003	Dame		1	1	Birgitte Husebye								23:29
17.04.2021	Dame		1	1	Tilda Johansson	04:01	02:27	03:00	01:50	03:32	03:58	04:46	23:34
20.08.1998	Dame		1	1	Anne Margrethe Hausken	04:00	02:38	02:47	01:39	03:40	03:55	04:56	23:35
06.05.2010	Dame		1	1	Kine Gulliksen	03:56	02:42	03:00	01:43	03:38	03:54	04:46	23:39
31.08.2005	Dame		1	1	Kine Hallan Steiwer	04:10	02:30	02:57	01:39	03:37	03:49	04:57	23:39
14.05.1998	Dame		1	1	Isa Heggedal	04:26	02:34	02:52	01:48	03:20	03:51	04:54	23:45
15.05.2003	Dame		1	1	Gøril Fristad	04:13	02:51	02:50	01:48	03:23	03:50	04:51	23:46
25.06.1986	Dame		1	1	Brit Volden	04:01		05:20	01:55	03:32	03:53	05:08	23:49
07.06.2007	Dame		1	1	Hanne Staff	04:00	02:34	02:56	01:47	03:35	03:57	05:01	23:50
23.06.2015	Dame		1	1	Lene Godager Kaas	04:02	02:50	02:55	01:38	03:41	03:44	05:03	23:53
20.09.2011	Dame		1	1	Heidi Østlid Bagstevold	03:53	03:14	02:51	01:43	03:23	03:53	05:02	23:59
01.09.1986	Dame		1	1	Brit Volden	04:02		05:33	01:47	03:11	04:00	05:26	23:59
20.08.1998	Dame		1	1	Karin Sørli	03:53	02:50	02:46	01:49	03:30	04:02	05:10	24:00
31.08.2005	Dame		1	1	Linda Antonsen	03:56	02:49	02:57	01:35	03:40	04:05	05:01	24:03
16.05.2008	Dame		1	1	Anne Marie Bleken	04:07	02:24	02:56	01:49	03:43	03:55	05:09	24:03
11.05.2000	Dame	Junior	1	1	Line Hagman	04:12	02:48	02:56	01:49	03:28		08:51	24:04
31.05.2001	Dame		1	1	Sandy Hott Johansen	03:59	02:57	02:49	01:55	03:30	04:07	04:52	24:09



**Løpeteknisk test på Skullerudåsen:**

Løpeteknisk test på Skullerudåsen. Total løypelengde er 3580 m og total 175 m stigning.  
Start og mål er på samme sted.

**Hall of fame per april 2021****Alle rundetider, rangert****Kun DAMER**

					<b>Delstrekk nr.</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>1 runde</b>
					<b>Lengde (meter)</b>	790	330	510	300	300	650	700	3580
					<b>Stigning (meter)</b>	45	0	20	0	60	25	25	175
					<b>Fall (meter)</b>	35	0	5	60	0	20	45	165
					<b>Beste tid totalt</b>	02:53	01:45	02:05	01:14	02:14	02:51	03:36	17:17
					<b>Beste tid dame</b>	03:28	02:04	02:26	01:23	02:44	03:21	04:13	20:01
					<b>Beste tid i filterutvalg</b>	03:28	02:04	02:26	01:23	02:44	03:21	04:13	20:01
<b>Dato</b>	<b>Kjønn</b>	<b>Klasse</b>	<b>Antall runder</b>	<b>Runde nr.</b>	<b>Navn</b>	<b>Småkupert</b>	<b>Myr</b>	<b>Småkupert</b>	<b>Utforbakke</b>	<b>Motbakke</b>	<b>Sti-terreng</b>	<b>Kupert-utend</b>	<b>Runde-tid</b>
28.08.2003	Dame		1	1	Elin Bjerva	04:37	03:32	03:27	01:42	04:29	04:28	05:38	27:53
20.08.1998	Dame		2	1	Vigdis Holom	04:39	03:10	03:37	02:19	03:56	04:29	05:44	27:54
06.05.2010	Dame		1	1	Solveig Blindheim	04:37	03:28	03:33	02:15	04:09	04:32	05:49	28:23
06.05.2010	Dame		1	1	Ane Linde	04:42	03:34	03:35	02:08	04:33	04:40	05:54	29:06
15.05.2003	Dame		1	1	Siri Engebretsen								29:23
15.05.1997	Dame		1	1	Vigdis Holom	04:44	02:57	03:26	02:21	04:04	05:12	06:42	29:26
08.06.2011	Dame		1	1	Sina Blix	05:02	03:22	03:42	02:27	04:04	04:46	06:13	29:36
06.05.2010	Dame		1	1	Natalie Blomseth	04:35	03:45	03:39	02:27	04:21	04:43	06:22	29:52
18.06.2009	Dame		1	1	Marie Hammer Håversen	04:46	03:26	03:32	02:33	04:36	04:48	06:43	30:24
23.06.2015	Dame		1	1	Anniken Eriksrud Karlsen	04:41	03:22	04:00	02:03	04:49	04:53	06:45	30:33
20.09.2011	Dame		1	1	Sina Blix								30:45
17.06.2014	Dame		1	1	Anniken Eriksrud Karlsen	05:49	03:08	03:58	02:28	04:49	04:49	06:50	31:51
08.06.2011	Dame		1	1	Marie Hammer Håversen	04:53	03:54	03:50	02:26	04:52	05:06	07:08	32:09
15.05.2003	Dame		1	1	Ingunn Edstrøm								32:16
17.06.2014	Dame		1	1	Lin Marte Andorsen	05:10	03:14	04:30	02:34	05:11	05:01	06:53	32:33
17.06.2014	Dame		1	1	Andrea Jødal	05:36	03:08	04:12	02:53	04:38	05:13	07:00	32:40
23.06.2015	Dame		1	1	Ingeborg Øderud	05:26	03:45	04:09	02:07	05:42	05:02	06:49	33:00
06.05.2010	Dame		1	1	Ingvild Brekke	05:19	03:53	04:20	02:23	05:01	05:44	06:45	33:25
08.06.2011	Dame		1	1	Andrea Jødal	05:34	03:45	04:38	02:44	04:58	05:47	07:05	34:31
15.10.1998	Dame		1	1	Tone Groven	05:25	03:55	04:28	03:06	05:00	06:55	08:15	37:04
08.06.2011	Dame		1	1	Synne Bøe	06:09	03:40	04:41	03:24	05:07	05:45	08:58	37:44
17.06.2014	Dame		1	1	Johanne Øderud Vatne	05:56	03:19	05:04	03:13	05:51	06:41	09:10	39:14
20.08.1998	Dame	Junior	1	1	Elin Barmo	06:02	04:05	04:50	03:19	06:08	06:31	08:53	39:48
08.06.2011	Dame		1	1	Johanne Øderud Vatne	07:58	04:45	05:56	04:35	06:25	07:37	12:19	49:35

**Løpeteknisk test lørdag 17 april 2021.**

Fine løpsforhold. Ca. 10 grader og sol. Tørr skogbunn men vått og kaldt i Skullerudmosen og ved "badekaret".

Tørre og fine forhold. Gjennomgående tråkk i nesten hele løypa.

Løypa var greit godt merket (Eskil, Gro og Egil).

Det ble benyttet pulsklokker med GPS som registreringr.

**Løpeteknisk test tirsdag 23.06.2015**

Ca 20 grader og sol

Marsh was very wet.

Løypa var godt merket.

Det ble benyttet EKT postbukker og løperbrikker.

**Løpeteknisk test tirsdag 17.06.2014**

Ca 18 grader og sol

Veldig gode forhold, tørt og fint å løpe. Myra bedre enn vanlig.

Løypa var perfekt merket.

Det ble benyttet EKT postbukker og løperbrikker.

**Løpeteknisk test tirsdag 20.09.2011**

Ca 14 grader og overskyet, mye regn i forkant

Ekstreme forhold i myra og veldig glatt i deler av løypen (spesielt delstrekk 7)

Løypa var godt merket.

Det ble benyttet EKT postbukker og løperbrikker.

**Løpeteknisk test torsdag 08.06.2011**

Ca 15 grader og overskyet, noe regn i begynnelsen

Veldig våt i hele løypen (mye regn i forkant)

Løypa var godt merket.

Det ble benyttet EKT postbukker og løperbrikker.

**Løpeteknisk test torsdag 22.09.2010**

Ca 12 grader og overskyet

Det var ganske våt i myrene, ellers greie forhold

Løypa var godt merket.

Det ble benyttet EKT postbukker og løperbrikker.

**Løpeteknisk test på Skullerudåsen:**

Løpeteknisk test på Skullerudåsen. Total løypelengde er 3580 m og total 175 m stigning.  
Start og mål er på samme sted.

**Hall of fame per april 2021**

**Alle rundetider, rangert**

**Kun DAMER**

					<i>Delstrekk nr.</i>	1	2	3	4	5	6	7	1 runde
					<i>Lengde (meter)</i>	790	330	510	300	300	650	700	3580
					<i>Stigning (meter)</i>	45	0	20	0	60	25	25	175
					<i>Fall (meter)</i>	35	0	5	60	0	20	45	165
					<i>Beste tid totalt</i>	02:53	01:45	02:05	01:14	02:14	02:51	03:36	17:17
					<i>Beste tid dame</i>	03:28	02:04	02:26	01:23	02:44	03:21	04:13	20:01
					<i>Beste tid i filterutvalg</i>	03:28	02:04	02:26	01:23	02:44	03:21	04:13	20:01
Dato	Kjønn	Klasse	Antall runder	Runde nr.	Navn	Småkupert	Myr	Småkupert	Utforbakke	Motbakke	Sti-terreng	Kupert-utend	Runde-tid

**Løpeteknisk test torsdag 06.05.2010**

Ca. 6 grader

Løypa var godt merket.

Det ble benyttet EKT postbukker og løperbrikker.

**Løpeteknisk test torsdag 01.09.2009**

Ganske BRA løpsforhold. Ca. 16 grader og lettskyet.

Myra var våt. Gjennomgående tråkk i nesten hele løypa.

Løypa var godt merket.

Det ble benyttet EKT postbukker og løperbrikker.

**Løpeteknisk test torsdag 18.06.2009**

Ganske BRA løpsforhold. Ca. 16 grader og lettskyet.

Myra var våt og opptråkket. Gjennomgående tråkk i nesten hele løypa.

Løypa var godt merket.

Det ble benyttet EKT postbukker og løperbrikker.

**Løpeteknisk test onsdag 08.06.05**

Rimelig bra løpsforhold. Ca. 15 grader. Opphold og sol.

Forholdsvis tørt i hele trasèen, bortsett fra myra som var sump. Gjennomgående tråkk i nesten hele løypa.

Løypa var godt merket.

Det ble benyttet EKT postbukker og løperbrikker.

**Løpeteknisk test tirsdag 25.05.04**

Rimelig bra løpsforhold. Ca. 14 grader. Opphold og sol i starten, regnbyge mot slutten.

Forholdsvis tørt i hele trasèen. Myra var bra. Gjennomgående tråkk i nesten hele løypa.

Løypa var godt merket.

Det ble benyttet EKT postbukker og løperbrikker.

**Torsdag 28. august 2003**

Ganske BRA løpsforhold. Ca. 16 grader og lettskyet.

Myra var våt og opptråkket. Gjennomgående tråkk i nesten hele løypa.

Løypa var godt merket. Løypa sjekket. Ok

Det ble benyttet EKT postbukker og løperbrikker.

**Tirsdag 24. Juni 2003.**

Ganske tunge løpsforhold. Ca. 16 grader og overskyet (noe regn under testen).

Meget vått i skogen etter mye nedbør siste tiden. Myra var ekstremt våt.

Gjennomgående tråkk i nesten hele løypa.

Løypa var godt merket. Løypa sjekket. Ok

Det ble benyttet EKT postbukker og løperbrikker.

**Torsdag 15. Mai 2003.**

Ganske tunge løpsforhold. Ca. 12 grader og overskyet (noen regndråper men stort sett opphold under testen).

Meget vått i skogen etter mye nedbør siste tiden. Myra var ekstremt våt.

Gjennomgående tråkk i nesten hele løypa.

Løypa var godt merket. Løypa sjekket. Ok

Det ble benyttet EKT postbukker og løperbrikker.

**Torsdag 29. August 2002.**

Fine løpsforhold. Ca. 20 grader, skyet. Gikk over til lett regn for de sist startende

Meget tørre og fine forhold. Myra var ok. Gjennomgående tråkk i nesten hele løypa.

Løypa godt merket og sjekket.

**Torsdag 23. Mai 2002.**

Fine løpsforhold. Ca. 20 grader og lettskyet (så vidt noen regndråper men tørt på bakken).

Tørre og fine forhold. Myra var veldig våt. Gjennomgående tråkk i nesten hele løypa.

Løypa var meget godt merket (Jarle, Idar og Egil). Løypa sjekket. Ok

Det ble benyttet EKT postbukker og løperbrikker.

**Løpeteknisk test på Skullerudåsen:**

Løpeteknisk test på Skullerudåsen. Total løypelengde er 3580 m og total 175 m stigning. Start og mål er på samme sted.

**Hall of fame per april 2021**

Alle rundetider, rangert

Kun DAMER

					Delstrekk nr.	1	2	3	4	5	6	7	1 runde
					Lengde (meter)	790	330	510	300	300	650	700	3580
					Stigning (meter)	45	0	20	0	60	25	25	175
					Fall (meter)	35	0	5	60	0	20	45	165
					Beste tid totalt	02:53	01:45	02:05	01:14	02:14	02:51	03:36	17:17
					Beste tid dame	03:28	02:04	02:26	01:23	02:44	03:21	04:13	20:01
					Beste tid i filterutvalg	03:28	02:04	02:26	01:23	02:44	03:21	04:13	20:01
Dato	Kjønn	Klasse	Antall runder	Runde nr.	Navn	Småkupert	Myr	Småkupert	Utforbakke	Motbakke	Sti-terreng	Kupert-utendt	Runde-tid

**Fredag 1. juni 2001:**

Sol og fint vær. Feilmerking ble rettet opp. Tidtaking med armbåndsur. I tillegg til at myra er våt er det enkelte våte partier andre steder i løypa.

**Torsdag 31. mai 2001:**

Ca. 17. grader, sol og bra forhold. Tørt i terrenget. Meget vått og tungt i myra. Det er tråkk i store deler av løypa. Posten etter motbakken var plassert litt for langt ned, og tidene er justert med 20 sekunder (+20 sek på motbakke, -20 sek på sti-terreng).

Vi benyttet EKT-postbukker og løperbrikker.

Løypa var noe feilmerket i bakken når en snur lengst nord-vest og ved starten til utforbakken og mot toppen av den bratte motbakken.

**Torsdag 11. mai 2000:**

Ca. 17. grader, sol og litt vind. Tørt i terrenget. Vått og tungt i myra. Søkker ned i en del steder. Det er tråkk i store deler av løypa. God merking.

De fleste brukte EKT-utstyr (Ulf Brenna: "Noen sekunder kan vel også tilskrives stempelingene. 14 Stemplinger hvor man kanskje taper 1-2 sekunder utgjør også kanskje totalt 20 sek"??).

**Torsdag 22. Juli 1999:****Torsdag 27. mai 1999:**

Ca. 16-17 grader. Tørt. Tråkk. Myra er våt og tung, telen er borte. Undervegetasjon har begynt og vokse opp. Det blir vanskeligere å se merkebåndene.

**Torsdag 29. april 1999:**

Ca. 11-12 grader. Tørt i terrenget. Vissent gress og lyng. Det er nå tråkk i store deler av løypa. Myra var våt og tung, men enkelte steder noe tele ca. 10 cm under overflaten. Ikke noe snø igjen i terrenget.

**Torsdag 15. oktober 1998:**

Ca. 9 grader og sol. Kraftig regn dagen før. Det er høst og myra er «overfylt» med vann. Løvet faller og gresset visner.

**Torsdag 20. august 1998:**

Ca. 13-15 grader. (Meget) vått i terrenget. En del lyng og gress. Noe ekstra tråkk etter O-festivalen. Merket noen steder litt ved siden av for å få inn momentet med lyng. Myra svært våt. Meget god merking.

**Torsdag 14. mai 1998:**

Ca. 20 grader og sol. Tørt i terrenget. Lyng og gress spirer litt. Det delvis tråkk/nedløpt i store deler av løypa. Myra var sugende og våt. God merking.

(Jeg mangler tider fra den andre testen i fjor.

Det er tatt med en del tider fra en del år tilbake. Jeg skal prøve å finne riktig dato og litt om forholdene testene gikk under.)

**Torsdag 15. mai 1997:**

Ca. 14 grader og sol. Tørt i terrenget. Lyng og gress ikke vokst opp. Meget vått i myra. Løypa var merket med sort/røde bånd. Kunne stedvis være vanskelig å følge.

**19.6.86:**

Regnvær og bløtt. Noe glatt på fjellet.