

# Seedingslister NM 2023

Øvelse:

5000 m Menn

NB! Dette er kun en foreløpig seeding og ingen endelig liste

Navn	Klubb	SB/PB	
Narve Gilje Nordås	Sandnes IL	13,15,82	
Magnus Tuv Myhre	Brandbu IF	13,09,44/13,09,44	
Henrik B. Ingebrigtsen	Sandnes IL	13,13,99/13,13,99	
Awet Nftalem Kibrab	Ull/Kisa	13,18,59/13,18,59	
Per Sveta	Norna Salhus	13,22,46/13,22,46	
Zerei Kbrom Mezngi	IL Skjalg	13,27,31/13,27,31	
Senay A. Fissehatsion	Ull/Kisa	13,34,13/13,58,39	
Bjørnar S. Lillefosse	IL Gular	13,44,20	
Marius Øyre Vedvik	IL Gular	13,29,46	
Erik Tangen Gundersen	IL Skjalg	14,18,40	
Mathias Flak	Steinkjer	14,08,13/13,58,55	
Theodor Berre Jacobsen	SK Vidar	14,10,40/14,10,40	
Ibrahim Buras	IL I BUL	14,12,30/14,05,36	
Philip A. A. Massacand	IL Gneist	14,12,35/14,07,75	
Sondre Arne Hoff	IL Gular	14,07,16	
Trygve Feidje Mjelde	Osterøy IL	14,07,59	
Benjamin Storm Rettore	Sandnes IL	14,17,37	8,19,78
Sondre Strande Omland	Ull/Kisa	15,02,79	8,22,84
Marius Liljeberg Wang	Herkules	14,22,88/14,22,88	
Marius Garmann Sørli	Ask	14,25,28	
Trym H. S. Tønnesen	Halden IL	14,25,46/14,08,13	
Tore Akerlie	IL Gular	14,27,21/14,27,21	
Tord Franke Ulset	Selsbakk IF	14,28,51	
Vegard Vesterh. Warnes	Svorkmo	14,24,70	
Andreas Iden	IL Gneist	14,30,30/14,18,64	
Halfdan-Emil Færø	Varegg	14,21,88	
Mads Orø Olsen	Ringerike	14,33,98/14,33,98	
Tedros G. Haile	Haugesund IL	14,36,44/14,49,31	
Dagfinn Gjerstad	Osterøy IL	15,46,08	8,34,79
Mathias Moen	SK Vidar	14,44,20/14,28,31	
Jostein Rogstad	SK Vidar	14,53,87	
Iver Matias L. Glomnes	Tjalve IK	14,45,14/14,45,14	
Mikkel B. Thomassen	Tjalve IK	14,45,57/14,43,48	
Morten Gjendem	Haugesund IL	15,35,46	30,02,68/8,57,16
Henrik Marius Laukli	Strindheim IL	14,52,21	
Lars-Olav M. Apold	IL Gular	14,51,24/14,51,24	
Henrik Husdal	Svorkmo	14,53,07	



# Seedingslister NM 2023

Øvelse:

5000 m Menn

NB! Dette er kun en foreløpig seeding og ingen endelig liste

Navn	Klubb	SB/PB	
Nahom Tesfalem Tewelde	Ull/Kisa	14,54,81	
Jonas Riseth	Tjalve IK	14,55,88	
Bendik Blix	BUL Tromsø	14,56,81	
Børge Bjørsvik Larsson	Varegg	14,59,40	
Frew Zenebe Brkineh	Sandnes IL	14,16,98	
Rune Solli	SK Vidar	14,36,63	
Eivind Klokkehaug	SK Vidar	15,01,11	
Fredrik T. Torgersen	Varegg	15,01,79	
Magnus Winther Warvik	SK Vidar	15,02,06/15,04,92	
Lars Lunde	Stord IL	14,39,96	
Martin Schei	Stord IL	15,33,34	31,34,17/8,54,83
Endre Wigaard	IL I BUL	15,25,99/15,15,96	
Erlend G. Sørtveit	SK Vidar	14,39,23	
Martin U. Sløgedal	Kristiansand	15,52,60/15,50,99	
Magnus Grøttum Erstad	Kamp/Vesth.	14,54,59	

