

# Ruten opp 2015

## Damer

Nr	Navn	Født	Klubb	Tid	
1	Anne Nevin	1973	Strindheim IL	43.00	ny rek.
2	Pauline Forren	1997	YSIL	52.54	pb
3	Berit Vestermo	1962	Namdals løpeklubb	58.06	
4	Ragnhild Wingan	1997	Kyrksæterøra IL	1.00.11	pb
5	Inger Elisabeth Grønningen	1979	Lensvik IL	1.01.18	ny
6	Helga Vestermo-Reitan		Namdals løpeklubb	1.21.58	ny

## Herrer

Nr	Navn	Født	Klubb	Tid	
1	Håvard Lorange	1965	Strindheim IL	42.27	ny
2	Øystein Myklegard Kristiansen	1989	NTNUI	42.45	pb
3	Olav Bakketun Tronvoll	1968	Svorkmo NOI	42.56	pb
4	Tore Berdal	1997	Kyrksæterøra IL	44.50	pb
5	Brynjar Kvernstad	1991	Kyrksæterøra IL	46.10	pb
6	Ådne Bjørkøy	1987	Kyrksæterøra IL	47.54	pb
7	Jonas Wingan	2001	Kyrksæterøra IL	49.07	ny
8	Kåre Johan Grønbech	1971	Aure IL	50.22	pb
9	Tommy Haugen Herrem	1990	Utsjåren IL	51.00	ny
10	Sigurd Helle Opedal	1990	NTNUI	52.25	
11	Lars Harald Sødal	1973	Kyrksæterøra IL	52.42	
12	Grunde Varting	1985	Halden Sk	53.23	pb
13	Brage Bergeng	1978		56.20	ny
14	Bjørn Grønningen	1957	Geitastranda IL	56.56	pb
15	Willy Spjøtvold	1990		64.05	ny

### Kommentar om løpeforhold

Tidens tørreste forhold på Ruten opp, etter uker med tørrvær.  
Skyfri himmel, over 20 grader ved start, så det var varmt å løpe.  
Heldigvis litt vind.