NM TERRENGLØP BERGEN 2. og 3. oktober 2021.  
GODE STEINKJER-PRESTASJONER.

Meldinger fra Henrik:

Søndag:

Det ble en flott sølvmedalje til Steinkjer FIK med [Isaac G. Tesfamichael](https://www.facebook.com/groups/340560499346499/user/100007746557685/?__cft__%5b0%5d=AZXJuBTRf1OnAZxP5fZPFuK0rKWf7ovYuv0pDu9kMnqFUDlLCLdOIGdRjcYG7J0d-0gN9hpcikdv87Hk3nEM1EBhVddPOD74BapIfRUUqK93S2qnszvsATzFFWHj3Aeh9ZjeEV_01cLIfxSqtaW5hy3SU0zQ9AQsrQYsWf1Bq8d7pDIiYF_3pCa_XsYtzqEnMZI&__tn__=-%5dK-R) og [Mathias Flak](https://www.facebook.com/groups/340560499346499/user/100003027067322/?__cft__%5b0%5d=AZXJuBTRf1OnAZxP5fZPFuK0rKWf7ovYuv0pDu9kMnqFUDlLCLdOIGdRjcYG7J0d-0gN9hpcikdv87Hk3nEM1EBhVddPOD74BapIfRUUqK93S2qnszvsATzFFWHj3Aeh9ZjeEV_01cLIfxSqtaW5hy3SU0zQ9AQsrQYsWf1Bq8d7pDIiYF_3pCa_XsYtzqEnMZI&__tn__=-%5dK-R) på laget under NM terrengløp stafett i Bergen i dag. Vant gjorde Gular og Gneist ble nummer 3. Stafetten gikk ut på at utøverne løp annenhver x1000m, tre ganger hver. Isaac først og Mathias som andremann.

Det ble en flott sølvmedalje til Steinkjer FIK med [Isaac G. Tesfamichael](https://www.facebook.com/groups/340560499346499/user/100007746557685/?__cft__%5b0%5d=AZXJuBTRf1OnAZxP5fZPFuK0rKWf7ovYuv0pDu9kMnqFUDlLCLdOIGdRjcYG7J0d-0gN9hpcikdv87Hk3nEM1EBhVddPOD74BapIfRUUqK93S2qnszvsATzFFWHj3Aeh9ZjeEV_01cLIfxSqtaW5hy3SU0zQ9AQsrQYsWf1Bq8d7pDIiYF_3pCa_XsYtzqEnMZI&__tn__=-%5dK-R) og [Mathias Flak](https://www.facebook.com/groups/340560499346499/user/100003027067322/?__cft__%5b0%5d=AZXJuBTRf1OnAZxP5fZPFuK0rKWf7ovYuv0pDu9kMnqFUDlLCLdOIGdRjcYG7J0d-0gN9hpcikdv87Hk3nEM1EBhVddPOD74BapIfRUUqK93S2qnszvsATzFFWHj3Aeh9ZjeEV_01cLIfxSqtaW5hy3SU0zQ9AQsrQYsWf1Bq8d7pDIiYF_3pCa_XsYtzqEnMZI&__tn__=-%5dK-R) på laget under NM terrengløp stafett i Bergen i dag. Vant gjorde Gular og Gneist ble nummer 3. Stafetten gikk ut på at utøverne løp annenhver x1000m, tre ganger hver. Isaac først og Mathias som andremann.

Vi gratulerer Isaac og Mathias med velfortjente medaljer.

[Lørdag:](https://www.facebook.com/photo/?fbid=10166076976790624&set=pcb.4294535360615640&__cft__%5b0%5d=AZXJuBTRf1OnAZxP5fZPFuK0rKWf7ovYuv0pDu9kMnqFUDlLCLdOIGdRjcYG7J0d-0gN9hpcikdv87Hk3nEM1EBhVddPOD74BapIfRUUqK93S2qnszvsATzFFWHj3Aeh9ZjeEV_01cLIfxSqtaW5hy3SU0zQ9AQsrQYsWf1Bq8d7pDIiYF_3pCa_XsYtzqEnMZI&__tn__=*bH-R)

Tre utøvere fra Steinkjer Friidrettsklubb stilte til start i NM terrengløp kort løype i Bergen i dag.

Grethe Tyldum fikk 3. plass og bronse 🥉i kvinner senior, 2 km. Gledelig comeback for Grethe etter skadeavbrekk denne sesongen. Grethe fikk tids 7,11. Ine Bakken fra Gular vant på 7,08 mens Christina Toogood fra Sandnes ble nr. 2 på 7.,10.

Mathias Flak kom på 4. plass med tida 9,38 i menn senior som løp 3 km 😀. Bjørnar Sandnes Lillefosse fra Gular vant på 9,19, Even Brøndbo Dahl fra Orion ble nr. 2 på 9,20 og Marius Vedvik fra Gular nr. 3 på 9,25.

Isaac G. Tesfamichael er også tilbake i trening og konkurranse etter skadeavbrekk denne sesongen 😀. Isaac kom i mål på tida 9,44, som ga 7. plass i menn senior.

[Vi gratulerer alle tre med gode løp under NM terrengløp.](https://www.facebook.com/photo/?fbid=10166076996005624&set=pcb.4294535360615640&__cft__%5b0%5d=AZXJuBTRf1OnAZxP5fZPFuK0rKWf7ovYuv0pDu9kMnqFUDlLCLdOIGdRjcYG7J0d-0gN9hpcikdv87Hk3nEM1EBhVddPOD74BapIfRUUqK93S2qnszvsATzFFWHj3Aeh9ZjeEV_01cLIfxSqtaW5hy3SU0zQ9AQsrQYsWf1Bq8d7pDIiYF_3pCa_XsYtzqEnMZI&__tn__=*bH-R)