

Program Multisportuka					
<i>Oppmøte for alle dager er klokken 08.30</i>					
1.økt klokken 09.00					
Gruppe	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
2002-2004	Løp med lek og intervaller	Rulleski skøyting	Løp med myrfotball	Sykkeltur hele dagen.	Aktivitetsdag
2005 GUL	Løp med myrfotball	Løp med skyting + stafetter	Løp med ballspill + lek		
2006 1 LYSEBLÅ	Løp med skyting + stafetter	Løp med bryting + turn	Rulleski skøyting		
2006 2 BLÅ	Løp med bryting + turn	Løp med myrfotball	Løp med ballspill + lek		
2007 1 RØD	Løp med skyting + stafetter	Løp med bryting + turn	Løp med ballspill + lek		
2007 2 GRØNN	Rulleski skøyting	Løp med skyting + stafetter	Løp med myrfotball		
2008 1 ORANSJE	Rulleski skøyting	Løp med myrfotball	Løp med ballspill + lek		
2008 2 SVART	Løp med bryting + turn	Løp med ballspill + lek	Rulleski skøyting		
2009 HVIT	Løp med myrfotball	Rulleski skøyting + ballspill	Løp med lek og stafetter		
2.økt klokken 14.00					
Gruppe	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
2002-2004	Rulleski skøyting + ballspill	Løp med skyting + stafetter	Orientering, multisportkonkurransen. Dagen avsluttes til vanlig tid.	Sykkeltur hele dagen. Dagen avsluttes klokken 17. Se eget infoskriv.	Dagen avsluttes klokken 13.
2005 GUL	Løp med bryting + turn	Rulleski skøyting			
2006 1 LYSEBLÅ	Løp med myrfotball	Løp med ballspill + lek			
2006 2 BLÅ	Løp med skyting + stafetter	Rulleski skøyting			
2007 1 RØD	Rulleski skøyting	Løp med myrfotball			
2007 2 GRØNN	Løp med bryting + turn	Løp med ballspill + lek			
2008 1 ORANSJE	Løp med skyting + stafetter	Løp med bryting + turn			
2008 2 SVART	Løp med myrfotball	Løp med skyting + stafetter			
2009 HVIT	Løp med ballspill + lek	Løp med bryting + turn			
Utstyr til rulleskiøktene: Refleksvest, hjelm, staver, rulleski, hansker og skisko.					
Det er mulighet for å få låne rulleskiutstyr dersom man ikke har det.					

2009 HVIT						
Fornavn	Etternavn	Født i år ...	Klubb	Kommentar (rulleski, medisin...)	Mandag	Tirsdag
Oscar Haslerud	Dagfinrud	2009	Lørenskog skiklubb	Trenger å låne rulleski		
Marianne	Bjørnes	2009	HSIL Langrenn	Må låne rulleski		
Annabelle	Braaten	2009	HSIL	Har ikke rulleski		
Theo	Hofslund	2009	HSIL	Ønsker å låne rulleski		
Albert	Frimann-Jakobsen	2009	HSIL	Har ikke rulleski, har astma og multiallergi		
Alexander	Biørn-Lian	2009	HSIL	Har ikke rulleski, str. 35		
Vetle	Torstveit	2009	Lørenskog IF	Har ikke rulleski. Allergi mot kumelk, laktose og gluten		
Rikke Risberg	Pettersen	2009	Hsil	Har ikke rulleski eller skøytesko. Bruker ca str 37.		
Gabriel	Lingner	2009	HSIL			
Liam Sebastian	Krüger	2009	HSIL	Liam har ikke egne rulleski		
Alexander	Jensen	2009	(bor i Italia)	låner gjerne både rulleski/staver/skisko		
Balder Amadeus	Stenbekken	2009	Lørenskog	Han har ikke rulleski. Ingen medisiner.		
Sverre	Holmén	2009	Årvoll IL	Trenger å låne rulleski.		
Martin Lind	Tollefsen	2009	Lillomarka	Trenger å låne rulleski		
Christoffer	Bjørklund	2009	Veitvet SK	Ønsker å låne rulleski		
Erling Kleiveland	Unander	2009	Årvoll	Har ikke rulleski		
Bjerk Oliver	Mettenes	2009	Årvoll	Har ikke prøvd rulleski...		
Sindre Hernæs	Kvanvig	2009	Årvoll IL	Har ikke rulleski, må låne		
Jone	Haukvik-Jensen	2009	Årvoll	Har rulleski		
Emil	Hatlen	2009	Årvoll fotball	Ikke rulleski		
Leon	Keshtkar	2009		Ikke rulleski		
Trym	Lundeby	2009				
Totalt 22 deltager						

2008 1 ORANSJE						
Fornavn	Etternavn	Født i år ...	Klubb	Kommentar (rulleski, medisin...)	Mandag	Tirsdag
Efe	Kalsk	2008	Hsil			
Lucas	Solberg	2008	HSIL	Må låne rulleski		
Fredrik	Bye-Torblå	2008	Årvoll IL	Har ikke egne rulleski		
Victoria Aronsen	Skjeldal	2008	Speed	Har rulleski		
Kasper Jamt	Snekkermoen	2008	Årvoll IL	Har ikke rulleski.		
Sondre	Torkildsrud Engelstad	2008	Årvoll IL	Egne Rulleski og Staver		
Mathea Jølle	Gaarder	2008	HSIL			
Martin	Lysaker	2008	Årvoll IL			
Lotta	Brennhovd Hystad	2008	HSIL			
Isak Bakken	Gresvik	2008	HSIL	Har ikke egne rulleski		
Håkon	Nysveen	2008	HSIL			
Nathalie Seim	Knudsen	2008	Lørenskog			
Christina	Hansen	2008	Lørenskog Skiklubb			
Isabelle	Fjellheim Bardalen	2008	HSIL			
Liv	Ytre-Arne	2008	HSIL			
Astrid	Edin	2008	Lørenskog	Vil gjerne låne ski		
Hannah	Narbuvoll Hofosseter	2008	Lørenskog skiklubb			
Lucas	Keshtkar	2008	HSIL	Ikke rulleski		
Totalt 18 stk						

2008 2 SVART					
Fornavn	Etternavn	Født i år	Klubb	Kommentar (rulleski, medisin...)	Mandag
Karoline	Bjørklund	2008	Lørenskog	Har ikke rulleski	
Ada	Lorentzen	2008	Gjelleråsen Ski		
Birk Bakke	Sundnes	2008	Gjelleråsen	Har rulleski	
Pernille	Kvarsvik	2008	Årvoll il	Deler rulleski med søster Solveig 2005	
Henrik	Øveraasen	2008	Årvoll IL	Må låne rullski	
Kristian	Øveraasen	2008	Årvoll IL	Må låne rulleski	
Kilian	Köhler-Olsen	2008	Gjelleråsen IF	Kilian har egne rulleski.	
Erika	Ruud-Hansen	2008	Lørenskog Skiklubb	Ønsker låne rulleski	
Nicoline	Ommen-Andersen	2008	Lørenskog		
Aurora	Eskelund	2008	Lørenskog skiklubb	Har ikke rulleski	
Natalie	Kollerud	2008	Lillomarka o-lag	Har rulleski hjemme, men er ikke sjekket på 10 år	
Olivia	Grbesa-Hansen	2008			
Frøydis Lind	Kvanmo	2008		Frøydis har ikke rulleski	
Wilma	Swärd	2008		Trenger å låne rulleski.	
Boye	Wangensteen	2008	Årvoll IL og Lillomarka OL	Vi ordner rulleski fra Årvoll IL	
Patrick Alexander	Otterlei	2008	Lørenskog skiklubb		
Tobias	Øwre-Johnsen	2008	Lørenskog		
Eira Borge	Sandbakk	2008	Årvoll IK		
Totalt 18 stk					

2007 1 RØD				
Fornavn	Etternavn	Født i år	Klubb	Kommentar (rulleski, medisin...)
Daniel	Solberg	2007	HSIL	Må låne rulleski
Nicolai Bergstrøm	Håkerud	2007	Skedsmo skiklubb	
Magnus	Sørbråten	2007	Skedsmo skiklubb	
Dennis	Braaten	2007	HSIL	Har ikke rulleski
Mathilde	Bjørnstad	2007	Hsil	Deltar fra 15.august
Erle	Pedersen	2007	HSIL	
Eskild Risberg	Pettersen	2007	HSIL	
Elias Hetle	Hagen	2007	Lørenskog skiklubb	Har egne rulleski
Selma Smestad	Sandnes	2007	HSIL	Rulleski
Marthe Lyngvær	Jørgenrud	2007	HSIL	
Mari	Fossum-Raunehaug	2007	Årvø IL	Sterk nøtteallergi og astma. Har Epipenn og astmamedisin
Mia Victoria	Kjensteberg	2007	Lørenskog IF	har IKKE rulleski
Erle	Hammarqvist	2007	HSIL	
Dina	Alsos	2007	HSIL	Ikke rulleski, ikke mandag og tirsdag
Rebecca	Olsen	2007	Lillomarka Skiklubb	
Aaron	Olsen	2007	Lillomarka Skiklubb	
Totalt 16 stk				

2007 2 GRØNN				
Fornavn	Etternavn	Født i år	Klubb	Kommentar (rulleski, medisin...)
Kaia	Sundbakken	2007	Hsil	
Hjalmar	Menne	2007	Oslo Bryteklubb og Linje5	Har ikke rulleski
Ingrid	Haugland	2007	Årvoll IL	Trenger å låne rulleski
Lotte Navestad	Bakken	2007	Grei	Vedrørende mat: Lotte har Cøliaki (glutenintoleranse)
Nora Eide	Husstad	2007	Årvoll	
Alexander	Bjørklund	2007	Veitvet SK	Ønsker å låne rulleski
Tuva	Lindvik	2007	Lillomarka skiklubb	
Ba Tin	Pham	2007	HSIL Langrenn	
Uma	Enerly	2007	-	Har ikke rulleski
Casper	Sundvoll	2007	Hsil	Må låne rulleski, går på allergimedisin (pollen og melkeallergi)
Edda Vindhol	Evensen	2007	Grei innebandy	
Victoria	Jensen	2007	Høybråten	Victoria har ikke rulleski
Sondre	Lehmann	2007	Fjellhamar	Ikke rulleski
Totalt 14 stk				

2006 1 LYSEBLÅ									
Fornavn	Etternavn	Født i år	Klubb	Kommentar (rulleski, medisin...)	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Sindre	Aalandslid	2006	Årvoll IL						
Sabier	Karol	2006	Lørenskog skiklubb						
Alexander Aronsen	Skjeldal	2006	Årvoll il	Har rulleski					
Nicolay	Sundal	2006	HSIL	Har ikke rulleski					
Oskar Jølle	Gaarder	2006	HSIL						
Frøydis Olaug	Nydal	2006	HSIL						
Jakob W.	Lundeby	2006	Lørenskog IF	Har rulleski					
Oskar W.	Lundeby	2006	Lørenskog IF	Har rulleski					
Iver Kjus	Tjøgersen	2006	HSIL	Har rulleski selv.					
Malin	Pichler	2006	HSIL						
Fanny Brennhovd	Hystad	2006	HSIL						
Benjamin	Ismailovski	2006	HSIL						
Kristoffer Mellebråten	Grøan	2006	HSIL						
Marcus	Hov	2006	HSIL, fotball	Har ikke rulleski					
Sarah	Lingner	2006	HSIL						
Live Skjelbred	Melbo	2006	HSIL						
Linus	Ruden	2006	HSIL						
Henrik	Sarre-Hammer	2006	HSIL						
Birk Øyvindssønn	Jakobsen	2006	Årvoll						
Dan Tam	Pham	2006	HSIL Langrenn						
Ludvig	Blankevoort	2006	Hsil	Har ikke rulleski					
Ida	Hareide Breen	2006	HSIL						
Gustav	Bye-Torblå	2006	Årvoll IL	Har egne rulleski					
Sindre	Nilsen	2006	Årvoll IL						
Nov	Bar-Nathan	2006	HSIL						
Totalt 25 stk									

2006 2 BLÅ									
Fornavn	Etternavn	Født i år ...	Klubb	Kommentar (rulleski, medisin...)	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Gustav Haslerud	Dagfinrud	2006	Lørenskog skiklubb						
Jonas Christoffer	Værnes	2006	Lørenskog	Har ikke rulleski.					
Eivind	Terum	2006	Kjelsås						
Linn	Vingan	2006	Gjelleråsen if ski	Har rulleski selv					
Ask	Vingan	2006	Gjelleråsen IF Ski	Lett gressallergi og laktoseintoleranse.					
Tuva	Grasbekk Pedersen	2006	Gjelleråsen IF Ski						
Magnus	Grasbekk Pedersen	2006	Gjelleråsen IF Ski						
Fredrik	Sundquist	2006	GIF						
Iver Bakke	Sundnes	2006	Gjelleråsen	Har rulleski					
Vegard	Mundal	2006	Lørenskog Skiklubb						
Kristian	Solberg	2006	Lørenskog Skiklubb						
Leander Handeland	Omdal	2006	Årvoll						
Emil	Krydsby	2006		har rulleski					
Sture Bjelland	Vilno	2006		Har rulleski					
Frida	Berg	2006	Lørenskog						
Oliver	Jensen	2006	(bor i Italia)	låner gjerne både rulleski/staver/skisko					
Aksel	Molander	2006	Årvoll il	Allergisk mot nøtter					
Pernille	Nor-Woll	2006	Lørenskog Skiklubb - Ski	Låne rulleski					
Siril	Øwre-Johnsen	2006	Lørenskog						
Elias	Lund-Johnsen	2006	Årvoll IL						
Jakob Borge	Sandbakk	2006	Årvoll IL						
Gaute	Haukvik-Jensen	2006	Årvoll	Har rulleski					
Aksel	Stanger	2006	Lørenskog skiklubb						
Wilhelm Aleksander Elvebakk	Saidi	2006	Lørenskog skiklubb	Må låne klassisk rulleski					
Olav	Fredsvold-Larsen	2006	Årvoll IL						
Totalt 25 stk									

2005 GUL						
Fornavn	Etternavn	Født i år	Klubb	Kommentar (rulleski, medisin...)	Mandag	Tirsdag
Sivert	Reitan Ertsås	2005	HSIL			
Eirild Wergeland	Biem	2005	Ammerud håndballklubb	Har ikke rulleski		
Jonas	Lie	2005	HSIL	Trenger å låne rulleski og staver		
Thai	Drager	2005	Årvoll			
Syver Froyn	Øyrås	2005	Årvoll IL			
Kasper	Bakken	2005	HSIL	Kasper har ikke rulleski.		
Isak	Tvedt	2005	HSIL	Trenger låne rulleski		
Maria Huijuan	Tørnby-Karlsen	2005	HSIL	Hun har ikke rulleski.		
Emil	Bergersen	2005	HSIL			
Simen	Hagen	2005	Lørenskog	Har ikke rulleski, ønsker å låne.		
Rasmus	Eastwood	2005	Lillomarka	Har rulleskøyter, men ikke rulleski		
Christopher	Kjensteberg	2005	Lørenskog IF	har IKKE rulleski		
Sigurd	Kjetilstad Standal	2005	HSIL			
Even	Edin	2005	Lørenskog	Vil gjerne låne ski		
Tov Andre	Stenbekken	2005	Lørenskog	Han har ikke rulleski. Ingen medisiner		
Vilje	Menne	2005	Ammerud håndball	Har ikke rulleski.		
Jonas	Vollset	2005	BULL	Har ikke rulleski		
Vebjørn Emil	Blindheim	2005	Lillomarka SK			
Solveig	Kvarsvik	2005	Årvoll il	Har rulleski		
Eskil	Brænden	2005	Lillomarka Skiklubb			
Jonathan	Woodhouse	2005	Lillomarka skiklubb			
Hennie Hernæs	Kvanvig	2005	Lillomarka orientering	Har ikke rulleski, må låne		
Erik	Rømo	2005	Årvoll IL			
Totalt 23 stk						

2002-2004							
Fornavn	Etternavn	ødt i år ..	Klubb	Kommentar (rulleski, medisin...)	Mandag	Tirsdag	Onsdag
Aksel	Eik	2002	Lørenskog Skiklubb				
Hanne	Svartedal	2003	HSIL				
Thea Natalie	Hildeng	2003	HSIL	Laktose intoleranse			
Mathias Bielke	Djupvik	2003	LKK	Må låne rulleski			
Markus E.	Pichler	2003	HSIL				
Mikkel	Pedersen	2003	HSIL				
Oliver	Ruden	2003	HSIL				
Netta	Bar-Nathan	2003	HSIL				
Maja Melvold	Flåto	2004	HSIL	Har ikke rulleski			
Celine Madeleine	Braaten	2004		Har ikke rulleski			
Herman	Bjørnstad	2004	Hsil	Deltar fra 15.august			
Ingrid Riber	Haugland	2004	Hsil				
Trond	Oldernes	2004	HSIL	nå har vi tatt med alt...			
Jakob	Sarre-Hammer	2004	HSIL				
Malin	Hareide Breen	2004	HSIL				
William	Larsen	2004	HSIL				
Truls	Wagener	2004	HSIL IL				
Emma	Iversen	2004		Trenger å låne rulleski			
Ba Huy	Pham	2004	HSIL Langrenn				
Oliver	Sundvoll	2004	Hsil	Trenger å låne rulleski, bruker astma medisiner			
Totalt 20 stk							