

# Klubbrekorder for Steinkjer Friidrettsklubb

Sist oppdatert. 15.03.2021

Oversikten inneholder klubbrekorder for Steinkjer Friidrettsklubb for klassene fra 11 år og oppover til og med senior.

Siste revidering er gjort for rekorder satt i 2020 og frem tom 15.03.2021 basert på tilgjengelig statistikk fra friidrett.no. Alle nye rekorder som er oppdatert i siste revisjon er markert med uthevet skrift.

Det kan fortsatt være feil i oversikten, da statistikkgrunlaget har vært mangelfullt for enkelte år. Det bes derfor om at alle som har opplysninger om nye eller eldre rekordresultater, eller som finner feil eller mangler i oversikten, sender disse til [steinkjerfik@gmail.com](mailto:steinkjerfik@gmail.com) eller [eelnan.74@gmail.com](mailto:eelnan.74@gmail.com) slik at oversikten blir så korrekt som mulig.

Siden resultater for klassene 11 og 12 år ikke er tilgjengelige via statistikken på friidrett.no, er det fint om eventuelle nye rekordresultater i disse klassene også kan sendes/meldes inn til adressen over.

## Kvinner Senior:

Øvelse	Navn	Resultat	Årstall
100m	Tara Marie Norum	11,79	2014
150m	Kari Marte Brandt	18,93	2007
200m	Tara Marie Norum	23,97	2015
300m	Nina Brandt	39,03	2010
400m	Tara Marie Norum	53,38	2015
<b>600m</b>	<b>Grethe Tyldum</b>	<b>1,35,19</b>	<b>2020</b>
800m	Toril Lauritsen Nyborg	2,04,33	1990
1000m	Toril Lauritsen Nyborg	2,47,05	1993
<b>1500m</b>	<b>Grethe Tyldum</b>	<b>4,24,12</b>	<b>2020</b>
3000m	Runa Skrove Falch	9,37,84	2011
5000m	Runa Skrove Falch	16,11,49	2014
10000m	Runa Skrove Falch	33,44,50	2014
100m hk (84)	Marthe Halsan Liff	14,49	1995
400m hk (76,2)	Emily Rose Norum	58,70	2016
2000m hinder	Kristin Brøndbo	6,54,44	2007
3000m hinder	Live Solheimdal	10,49,12	2015
Lengde	Solveig Moen	6,21	1981
Lengde u.t	Synne H. Rostad	2,69	2002
Høyde	Karin Sandsund	1,82	1982
Høyde u.t	Synne H. Rostad	1,41	2002
	Mariann Sandsund	1,41	1981
Tresteg	Emily Nyborg	12,28	2017
Stav	Audrun Utskarpen	2,80	1999
Kule	Karin Sandsund	11,64	1984

Diskos	Gunhild Rinnan	36,74	1988
Spyd	Marthe Halsan Liff	41,34	1988
Spyd (ny type)	Linda Ukkelberg	42,41	2005
Slegge	Gunbjørg Foosnæs	38,05	2010
7-kamp	Synne H Rostad	5228	2002

#### Tillegg - rekorder innendørs:

60m (i)	Tara Marie Norum	7,56	2014
100m (i)	Linda Røstad	12,39	2004
200m (i)	Tara Marie Norum	24,21	2014
400m (i)	Emily Rose Norum	53,92	2016
600m (i)	Emily Rose Norum	1,32,29	2017
800m (i)	Kristin Brøndbo	2,17,35	2011
1000m (i)	Kristin Brøndbo	2,59,92	2013
<b>1500m (i)</b>	<b>Grethe Tyldum</b>	<b>4,29,48</b>	<b>2020</b>
1 mile (i)	Kristin Brøndbo	4,53,42	2012
3000m (i)	Kristin Brøndbo	9,32,31	2013
5000m (i)	Runa Skrove Falch	16,41,77	2011
60m hk (84) (i)	Synne Husby Rostad	9,15	2001
Lengde (i)	Emily Nyborg	5,60	2017
Lengde u.t. (i)	Synne Husby Rostad	2,69	1999
Tresteg (i)	Emily Nyborg	11,88	2019
Høyde (i)	Synne Husby Rostad	1,69	2004
Høyde u.t. (i)	Synne Husby Rostad	1,45	1999
Stav (i)	Iłanne Kaczmarek	2,00	2015
Kule (4 kg) (i)	Synne Husby Rostad	10,77	2004

#### Stafetter, Kvinner:

4 x 100m	Gunn Haugan, Solveig Moen, Inger Bækken Kulstad, Gunn Eggen	48,11	1979
4 x 200m	Gunn Eggen, Solveig Moen, Inger Bækken Kulstad, Gunn Haugan	1,42,5	1979
4 x 400m	Kristin Setså, Ellen Bergin, Sissel Norum, Toril Lauritsen	3,43,69	1994
4 x 600m	Ingeborg Ålmo, Stine Kilskar, Nina Brandt, Liv Miriam Nordtømme	6,45,32	2002
4 x 800m	Ellen Bergin, Oddrun Moe, Sissel Norum, Toril Lauritsen	8,50,24	1990
1000 m stafett	Marthe Halsan Liff, Ellen Bergin, Kristin Setså, Toril Lauritsen	2,10,14	1993

**Menn Senior:**

Øvelse	Navn	Resultat	Årstall
100m	Vegar Hollås	10,68	1997
200m	Vegar Hollås	21,42	1997
300m	Sigve Haugdahl	34,84	1989
400m	Lars Eric Sæther	47,58	2006
600m	Lars Eric Sæther	1,19,69	2011
800m	Roald Hagbart Frøskeland	1,47,17	2014
1000m	Rune Johansen	2,25,42	1991
1500m	Eivind Jenssen	3,45,32	2009
3000m	Joachim Brøndbo	8,05,95	2008
5000m	Henrik Sandstad	14,09,56	2000
<b>10000m</b>	<b>Mathias Flak</b>	<b>29,41,84</b>	<b>2020</b>
3000m hinder	Abduljaleel Hir	8,50,83	2019
110m hk	Magnus H. Rostad	14,18	2004
400m hk	Magnus H. Rostad	51,65	2006
Lengde	Lars Eric Sæther	7,25	2004
Lengde u.t	Magnus H. Rostad	3,27	2005
Høyde	Mathias Furre Grøtåen	2,05	2006
Høyde u.t	Magnus H. Rostad	1,72	2006
Tresteg	Lars Eric Sæther	15,71	2007
Tresteg u.t	Eirik Røe	9,42	2002
Stav	Olav Røe	4,10	2003
Kule	Magne Myrseth	15,55	1965
Diskos	Olav Røe	47,24	2011
Spyd	Olav Røe	66,05	2005
Slegge	Olav Røe	40,09	2011
5-kamp	Olav Røe	3807	2005
10-kamp	Olav Røe	7222	2007
Vektkast (15,88kg)	Olav Røe	13,58	2012
Kast 5-kamp	Olav Røe	3290	2012

**Tillegg - rekorder innendørs:**

60m (i)	Rune Augdal	7,08	2009
100m (i)	Thomas Strand Waage	11,53	2002
200m (i)	Rune Augdal	22,59	2009
400m (i)	Magnus Husby Rostad	48,94	2006
600m (i)	Torje Klevmo	1,21,29	2010
800m (i)	Roald Hagbart Frøskeland	1,50,15	2015
1000m (i)	Kristian Skage Nordlund	2,32,69	2017
1500m (i)	Joachim Brøndbo	3,45,43	2007
<b>2000m (i)</b>	<b>Mathias Flak</b>	<b>5,19,47</b>	<b>2020</b>

1 mile (i)	Mathias Flak	4,21,07	2018
3000m (i)	Henrik Sandstad	8,10,57	2001
60m hk (106,7) (i)	Magnus Husby Rostad	7,95	2005
Høyde (i)	Olav Røe	2,00	2015
Høyde u.t. (i)	Magnus Husby Rostad	1,72	2006
Stav (i)	Olav Røe	4,12	2004
Lengde (i)	Lars Eric Sæther	7,05	2012
Lengde u.t. (i)	Magnus Husby Rostad	3,27	2005
Tresteg (i)	Lars Eric Sæther	15,13	2002
Tresteg u.t. (i)	Eirik Røe	9,42	2002
Kule (7,26 kg) (i)	Olav Røe	14,88	2005
7-kamp (i)	Olav Røe	5274	2006

**Stafetter, Menn:**

4 x 100m	Terje Tangen, John Tangen, Egil Steinar Slind, Sigve Haugdahl	42,35	1985
4 x 200m	Egil Steinar Slind, Håvard Sagli, John Tangen, Sigve Haugdahl	1,30,0	1987
4 x 400m	Rune Augdal, Torje Klevmo, Eivind Jenssen, Lars Eric Sæther	3,13,02	2009
4 x 800m			
4 x 1500m	Per Erik Vullum, Torje Klevmo, Joachim Brøndbo, Eivind Jenssen	15,43,83	2009
1000 m stafett	Terje Tangen, Egil Steinar Slind, Sigve Haugdahl, Rune Johansen	1,54,71	1989

**Jenter 11 år:**

Øvelse	Navn	Resultat	Årstall
60 m	Rachel Nordtømme	8,85	2000
100m	Torill Finnestrand	15,1	1971
200m	Sara Oxaal	34,61	2004
400m	Carina Holøyen	73,16	2002
600m	Mia Govassmark	1.55,21	2005
800m	Liv Miriam Nordtømme	2,36,46	1995
60m hk (76,2)	Liv Miriam Nordtømme	13,74	1995
60m hk (68)	Mia Govassmark	11,49	2005
200m hk (68)	Sigrid Aune	38,96	2009
Lengde	Brita Henning	4,24	1975
Lengde u.t	Karin Sandsund	2,18	1976
Høyde	Randi Sandsund	1,30	1982
Høyde u.t	Randi Sandsund	1,05	1982
Kule (2kg)	Julie Kolstad	9,24	1999
Slegge (2kg)	Sunniva Nyborg	11,87	2011
Spyd (0,4)	Julie Kolstad	24,30	1999
Liten ball (80g)	Carina Holøyen	39,62	2002
Liten ball (150g)	Ranvi Overrein	35,85	2016

**Tillegg - rekorder innendørs:**

60m (i)	Ranvi Overrein	8,9 (man)	2016
200m (i)	Ella Luktvaslimo	30,53	2015
600m (i)	Ranvi Overrein	2,12,3	2016
Lengde (i)	Ella Luktvaslimo	3,94	2015
Kule (2kg)	Hannah Bjørnerås	6,33	2019

**Jenter 12 år:**

Øvelse	Navn	Resultat	Årstall
60m	Rachel Nordtømme	8,56	2001
100m	Tina Kolstad	13,5	1996
200m	Ingrid Melhus Romstad	31,41	2008
400m	Julie Adserø	76,70	2003
600m	Rachel Nordtømme	1,44,64	2001
800m	Liv Miriam Nordtømme	2,23,67	1996
1500m	Liv Miriam Nordtømme	5,00,67	1996
60m hk (76,2)	Tina Kolstad	10,80	1996
60m hk (68)	Ingrid Melhus Romstad	11,46	2008
200m hk	Jenny Nyborg	36,66	2008
Lengde	Anne Mæhlumsveen	4,63	1985
Lengde u.t	Karin Knutsen	2,26	1986

Høyde	Jenny Nyborg	1,42	2008
Høyde u.t	Karin Sandsund	1,11	1977
Tresteg	Emily Nyborg	8,55	2010
Kule (2kg)	Tina Kolstad	12,08	1996
Spyd (400g)	Julie Kolstad	29,32	2000
Slegge (2kg)	Agnes Fornes	17,68	2019
Liten ball (80g)	Tina Kolstad	57,11	1996
4-kamp	Anne Mæhlumsveen	2651	1985

#### Tillegg - rekorder innendørs:

60m (i)	Ella Luktvaslimo	8,86	2016
200m (i)	Ella Luktvaslimo	29,26	2016
600m (i)	Ranvi Overrein	2,12,00	2017
<b>60m hk (76,2) (i)</b>	<b>Kaja Sormul Aas</b>	<b>13,84</b>	<b>2020</b>
Lengde (i)	Ella Luktvaslimo	4,51	2016

#### Jenter 13 år:

Øvelse	Navn	Resultat	Årstall
60m	Tina Kolstad	8,40	1997
100m	Tina Kolstad	13,50	1997
200m	Brita Henning	27,8	1977
300m	Camilla Forr	51,82	2003
400m	Rachel Nordtømme	62,67	2002
600m	Rachel Nordtømme	1,39,0	2002
800m	Liv Miriam Nordtømme	2,19,22	1997
1000m	Liv Miriam Nordtømme	3,22,1	1997
1500m	Liv Miriam Nordtømme	4,58,7	1997
60m hk (68)	Ingrid Melhus Romstad	11,22	2009
60m hk (76,2)	Tina Kolstad	10,34	1997
200m hk	Emily Nyborg	33,63	2011
300m hk (76,2)	Ingrid Melhus Romstad	54,16	2009
Lengde	Rachel Nordtømme	4,94	2002
Lengde u.t	Aud Ramberg	2,41	1970
	Sissel Derås	2,41	1971
Høyde	Randi Sandsund	1,49	1984
Høyde u.t	Randi Sandsund	1,20	1984
Tresteg	Rachel Nordtømme	10,40	2002
Kule (3kg)	Tina Kolstad	10,24	1997
Spyd (400g)	Tina Kolstad	38,80	1997
Diskos (600g)	Tina Kolstad	31,68	1997
Slegge (2kg)	Emily Nyborg	23,81	2011
Liten ball	Liv Miriam Nordtømme	31,20	1997

**Tillegg - rekorder innendørs:**

60m (i)	Emilie Hermanstad	8,48	2013
200m (i)	Ella Luktvaslimo	28,45	2017
600m (i)	Nora Hegdahl	1,55,5	2016
60 m hk (76,2) (i)	Sara-Linnea Brovold	14,05	2019
Lengde (i)	Nora Hegdahl	4,41	2016
Lengde u.t. (i)	Amalie Grande Bjørnstad	1,77	2013
Tresteg (i)	Ine Tronstad	7,98	2015
Kule (2 kg) (i)	Tora Kvitvang Benan	8,04	2019

**Jenter 14 år:**

Øvelse	Navn	Resultat	Årstall
60m	Liv Miriam Nordtømme	8,12	1998
100m	Toril Finnestrand	12,9	1974
200m	Rachel Nordtømme	26,98	2003
400m	Rachel Nordtømme	61,90	2003
600m	Rachel Nordtømme	1,40,82	2003
800m	Liv Miriam Nordtømme	2,14,0	1998
1000m	Liv Miriam Nordtømme	3,10,3	1998
1500m	Liv Miriam Nordtømme	4,49,27	1998
60m hk (76,2)	Rachel Nordtømme	9,79	2003
80m hk (76,2)	Tina Kolstad	12,98	1998
200m hk	Emily Nyborg	33,45	2012
300m hk	Silje Emilie S. Rygh	51,24	2008
Lengde	Tina Kolstad	5,13	1998
Lengde u.t	Anne Overrein	2,37	1982
Høyde	Randi Sandsund	1,62	1985
Høyde u.t	Randi Sandsund	1,20	1985
Tresteg	Rachel Nordtømme	10,39	2003
Kule (3kg)	Tina Kolstad	10,63	1998
Spyd (0.4kg)	Linda Ukkelberg	39,30	2002
Diskos (0.6kg)	Tina Kolstad	33,81	1998
Slegge (2kg)	Emily Nyborg	24,16	2012
Slegge (3kg, 119cm)	Ingrid Aas	23,98	2017
Liten ball (150g)	Anita Damås	47,00	1999
6-kamp	Randi Sandsund	4814	1985

**Tillegg - rekorder innendørs:**

60m (i)	Emilie Hermanstad	8,34	2014
200m (i)	Ella Luktvaslimo	27,74	2018

400m (i)	Andrea Olsen Wengstad	1,08,88	2013
600m (i)	Ida Helland Iversen	1,47,85	2015
800m (i)	Marit Ishol Skogan	2,39,79	2012
60mhk (76,2) (i)	Emily Nyborg	10,76	2012
Lengde (i)	Emilie Hermanstad	4,57	2014
Lengde u.t. (i)	Oda Sivertsen Stavrum	2,16	2014
Tresteg (i)	Emily Nyborg	9,67	2012
Høyde (i)	Jenny Nyborg	1,49	2010
Høyde u.t. (i)	Ella Luktvaslimo	1,10	2018
Kule (3 kg) (i)	Ingrid Melhus Romstad	7,59	2010

### Jenter 15 år

Øvelse	Navn	Resultat	Årstall
60m	Siv M. Wiseth	8,1	1971
	Gunn Haugan	8,1	1974
100m	Silje Marie Sporildnes	12,87	2008
150m	Nora Hegdahl	21,26	2018
200m	Torill Finnestrand	25,9	1975
300m	Ellen Bergin	41,8	1990
400m	Ellen Bergin	57,59	1990
800m	Liv Miriam Nordtømme	2,12,62	1999
1000m	Liv Karin Olsen	3,07,8	1980
1500m	Liv Miriam Nordtømme	4,41,66	1999
2000m	Liv Miriam Nordtømme	6,47,45	1999
5000m	Nora Hegdahl	19,31,98	2018
1 mile	Nora Hegdahl	5,35,23	2018
80 mhk (76,2)	Ellen Bergin	12,3	1990
100 mhk	Karin Sandsund	15,9	1980
200 mhk	Karin Sandsund	31,2	1980
300 mhk (76,2)	Linda Ukkelberg	47,93	2003
400 mhk	Mariann Sandsund	69,4	1979
1500m hinder (76,2)	Nora Hegdahl	5,31,17	2018
Lengde	Ellen Bergin	5,87	1990
Lengde u.t	Tonje Bergin	2,55	1989
Høyde	Karin Sandsund	1,66	1980
Høyde u.t	Randi Sandsund	1,34	1986
Tresteg	Tina Kolstad	11,32	1999
Kule (3kg)	Tina Kolstad	11,25	1999
Kule (4kg)	Marita R. Røthe	9,22	2003
Diskos (750g)	Tina Kolstad	34,04	1999
Spyd (600g)	Linda Ukkelberg	38,45	2003



Slegge (3kg)	Ingrid Eide Aadland	27,56	2007
7-kamp	Silje Marie Sporildnes	4024	2008

#### Tillegg - rekorder innendørs:

60m (i)	Emilie Hermanstad	8,22	2015
200m (i)	Ella Luktvaslimo	27,74	2019
400m (i)	Andrea Olsen Wengstad	1,04,16	2014
600m (i)	Nora Hegdahl	1,45,2	2018
800m (i)	Andrea Olsen Wengstad	2,31,82	2014
1500m (i)	Anna Storvig Winther	5,39,20	2017
60mhk (76,2) (i)	Emily Nyborg	10,34	2013
Lengde (i)	Emily Nyborg	4,87	2013
Lengde u.t. (i)	Nora Hegdahl	2,34	2018
Tresteg (i)	Ella Luktvaslimo	8,94	2019
Høyde (i)	Jenny Nyborg	1,56	2011
Høyde u.t. (i)	Emilie Hermanstad	1,10	2015

#### Jenter 16 år:

Øvelse	Navn	Resultat	Årstall
100m	Emilie Hermanstad	12,80	2016
	Ellen Bergin	12,7	1991
	Gunn Haugan	12,7	1975
200m	Toril Finnestrand	26,1	1976
300m	Silje Marie Sporildnes	44,54	2009
400m	Liv Miriam Nordtømme	59,04	2000
800m	Liv Miriam Nordtømme	2,09,83	2000
1500m	Liv Miriam Nordtømme	4,41,57	2000
3000m	Liv Miriam Nordtømme	10,16,82	2000
80mhk (76,2)	Maria Rafoncel Storstadmo	12,33	2016
100mhk (76,2)	Karin Sandsund	15,4	1981
200mhk	Mariann Sandsund	32,5	1980
300mhk (76,2)	Ellen Bergin	45,03	1991
400mhk	Karin Sandsund	65,3	1981
1500m hinder (76,2)	Nora Hegdahl	5,11,82	2019
Lengde	Karin Sandsund	5,41	1981
Lengde u.t	Karin Sandsund	2,58	1981
Høyde	Karin Sandsund	1,77	1981
Høyde u.t	Karin Sandsund	1,38	1981
Tresteg	Nora Hegdahl	11,16	2019
Kule (3kg)	Tina Kolstad	11,59	2000
Kule (4 kg)	Maria Rafoncel Storstadmo	8,82	2016

Diskos (750g)	Tina Kolstad	33,60	2000
Diskos (1kg)	Marita R. Røthe	27,38	2004
Spyd (600g)	Linda Ukkelberg	38,90	2004
Slegge (3kg, 119cm)	Maria Rafoncel Storstadmo	37,31	2016
Slegge (4kg)	Maria Rafoncel Storstadmo	28,34	2016
7-kamp	Ellen Bergin	4472	1991

#### Tillegg - rekorder innendørs:

60m (i)	Emilie Hermanstad	8,15	2016
200m (i)	Maria Rafoncel Storstadmo	26,61	2016
400m (i)	Oda Sivertsen Stavrum	1,05,99	2016
800m (i)	Andrea Olsen Wengstad	2,30,11	2015
1500m (i)	Nora Hegdahl	5,05,60	2019
60mhk (76,2) (i)	Maria Rafoncel Storstadmo	9,28	2016
Lengde (i)	Emily Nyborg	5,29	2014
Lengde u.t. (i)	Emily Nyborg	2,39	2014
Tresteg (i)	Jenny Nyborg	9,82	2012
Høyde (i)	Jenny Nyborg	1,62	2012
Høyde u.t. (i)	Emily Nyborg	1,10	2014
Kule (3 kg) (i)	Maria Rafoncel Storstadmo	10,29	2016

#### Jenter 17 år:

Øvelse	Navn	Resultat	Årstall
100m	Emily Rose Norum	12,53	2013
200m	Emily Rose Norum	25,28	2013
300m	Rachel Nordtømme	41,97	2006
400m	Emily Rose Norum	55,17	2013
800m	Liv Miriam Nordtømme	2,08,49	2001
1500m	Liv Miriam Nordtømme	4,32,77	2001
2000m	Frida Wågan	8,39,84	2011
3000m	Grethe Tyldum	9,53,62	2018
5000m	Runa Skrove Falch	18,08,1	2007
10000m	Runa Skrove Falch	37,15,76	2007
<b>2000m hinder</b>	<b>Nora Hegdahl</b>	<b>7,24,29</b>	<b>2020</b>
100mhk (84)	Marthe H. Liff	15,13	1992
200mhk	Ellen Bergin	29,5	1992
300mhk	Rachel Nordtømme	43,93	2006
400mhk	Ellen Bergin	62,13	1992
Lengde	Emily Nyborg	5,60	2015
Lengde u.t	Synne H. Rostad	2,69	2000
Høyde	Karin Sandsund	1,82	1982
Høyde u.t	Mariann Sandsund	1,41	1981

Tresteg	Emily Nyborg	11,37	2015
Stav	Maren Aasheim	2,20	2005
	Ilanne Kaczmarek	2,20	2015
Kule (3kg)	Marthe Bøe Øvregård	11,05	2017
Kule (4kg)	Karin Sandsund	10,79	1982
Diskos (1kg)	Gunhild Rinnan	36,74	1988
Spyd (600g)	Linda Ukkelberg	42,41	2005
Slegge (3kg, 119cm)	Maria Rafoncel Storstadmo	37,02	2017
Slegge (4kg)	Gunnbjørg Foosnæs	32,44	2008
7-kamp	Ellen Bergin	4815	1992

#### Tillegg - rekorder innendørs:

60m (i)	Emilie Hermanstad	8,05	2017
200m (i)	Emily Nyborg	26,46	2015
400m (i)	Signe Kjesbu Ottersland	1,00,90	2018
600m (i)	Grethe Tyldum	1,41,82	2018
800m (i)	Grethe Tyldum	2,18,71	2018
1000m (i)	Grethe Tyldum	3,01,35	2018
1500m (i)	Grethe Tyldum	4,49,98	2018
3000m (i)	Johanne Rødsjø	11,16,28	2019
60mhk (76,2) (i)	Maria Rafoncel Storstadmo	9,35	2017
60mhk (84) (i)	Andrea Pettersen Slørdahl	9,97	2015
Lengde (i)	Emily Nyborg	5,35	2015
Lengde u.t (i)	Ilanne Kaczmarek	2,14	2015
Tresteg (i)	Emily Nyborg	10,97	2015
Høyde (i)	Jenny Nyborg	1,60	2013
Stav (i)	Ilanne Kaczmarek	2,00	2015
Kule (4 kg) (i)	Jenny Nyborg	7,61	2013

#### Jenter 18 år:

Øvelse	Navn	Resultat	Årstall
100m	Nina Brandt	12,33	2003
200m	Nina Brandt	24,87	2003
300m	Kari Marte Brandt	41,50	2006
400m	Emily Rose Norum	55,10	2014
800m	Marte Elden	2,07,55	2004
1500m	Liv Miriam Nordtømme	4,25,97	2002
3000m	Lilly Gundersen	9,39,4	1978
5000m	Live Solheimdal	16,55,49	2014
10000m	Runa Skrove Falch	37,54,16	2008
100mhk	Marthe Halsan Liff	14,73	1993
200mhk	Karin Sandsund	29,9	1983

300m hk	Helene Hvidsten	48,18	2005
400m hk	Rachel Nordtømme	60,02	2007
2000m hinder	Laila Kveli	7,36,62	2005
3000m hinder	Live Solheimdal	11,08,00	2014
Lengde	Marthe Halsan Liff	5,77	1993
Lengde u.t	Karin Sandsund	2,52	1983
Høyde	Karin Sandsund	1,79	1983
Høyde u.t	Synne H. Rostad	1,35	2001
Tresteg	Emily Nyborg	11,77	2016
Stav	Synne H. Rostad	2,70	2001
Kule (4kg)	Karin Sandsund	11,10	1983
Diskos (1kg)	Gunhild Rinnan	35,90	1989
Spyd (600g)	Linda Ukkelberg	39,15	2006
Slegge (4kg)	Gunnbjørg Foosnæs	35,73	2009
7-kamp	Ellen Bergin	5099	1993

**Tillegg - rekorder innendørs:**

60m (i)	Emily Rose Norum	7,98	2014
200m (i)	Emily Rose Norum	25,14	2014
400m (i)	Signe Kjesbu Ottersland	1,03,16	2019
600m (i)	Grethe Tyldum	1,37,24	2019
800m (i)	Grethe Tyldum	2,19,46	2019
1000m (i)	Grethe Tyldum	2,58,26	2019
1500m (i)	Live Solheimdal	4,39,45	2014
3000m (i)	Live Solheimdal	9,55,63	2014
60m hk (84) (i)	Maria Rafoncel Storstadmo	9,32	2018
Lengde (i)	Emily Nyborg	5,40	2016
Lengde u.t. (i)	Amalie Grande Bjørnstad	2,32	2018
Tresteg (i)	Emily Nyborg	11,37	2016
Høyde (i)	Jenny Nyborg	1,60	2014
Kule (4 kg) (i)	Karoline Saur Heiland	9,29	2013

**Gutter 11 år:**

<b>Øvelse</b>	<b>Navn</b>	<b>Resultat</b>	<b>Årstall</b>
60m	Øyvind Bones	8,4	1986
<b>100m</b>	<b>Jonas Belbo Lagestad</b>	<b>14,55</b>	<b>2020</b>
<b>200m</b>	<b>Jonas Belbo Lagestad</b>	<b>29,97</b>	<b>2020</b>
<b>300m</b>	<b>Jonas Belbo Lagestad</b>	<b>48,24</b>	<b>2020</b>
600m	Odd Gunnar Haugen	1,47,7	1972
800m	Øyvind Bones	2,28,9	1986
1500m	Espen Haarstad	5,20,07	2001
60m hk (68)	Simen Spolen	12,16	2008
60m hk (76)	Tore J. Rye	12,0	1984
200m hk (68)	Gustav Belbo Lagestad	39,57	2014
<b>300m hk (68)</b>	<b>Jonas Belbo Lagestad</b>	<b>54,07</b>	<b>2020</b>
Lengde	Øyvind Bones	4,45	1986
Lengde u.t	Knut Gystad	2,09	1984
Høyde	Sebastian Benonisen	1,36	2004
Høyde u.t	Frode Skevik	0,95	1981
<b>Tresteg</b>	<b>Jonas Belbo Lagestad</b>	<b>8,01</b>	<b>2020</b>
Kule (2kg)	Sebastian Benonisen	11,22	2004
Diskos (0,6kg)	Robin Bakken	18,46	2014
<b>Slegge (2kg)</b>	<b>Xin Adian Benum Luong</b>	<b>14,94</b>	<b>2020</b>
Spyd (400g)	Hans Kulstad	24,90	1980
Liten Ball (80g)	Eirik Skogan	43,98	2007
Liten ball (150g)	Otto Rusagara	37,37	2012
4-kamp	Øyvind Bones	3447	1986

**Tillegg - rekorder innendørs:**

<b>60m (i)</b>	<b>Jonas Belbo Lagestad</b>	<b>9,24</b>	<b>2020</b>
<b>200m (i)</b>	<b>Jonas Belbo Lagestad</b>	<b>30,00</b>	<b>2020</b>
<b>600m (i)</b>	<b>Jonas Belbo Lagestad</b>	<b>1,52,2</b>	<b>2020</b>
<b>Lengde (i)</b>	<b>Jonas Belbo Lagestad</b>	<b>3,89</b>	<b>2020</b>

**Gutter 12 år:**

<b>Øvelse</b>	<b>Navn</b>	<b>Resultat</b>	<b>Årstall</b>
60m	Øyvind Bones	8,0	1986
100m	Asgeir Langseth	14,2	1969
200m	Sebastian Benonisen	29,35	2005
600m	Iver Anton Aune	1,40,62	2008
800m	Øyvind Bones	2,21,7	1987
1000m	Tore Jørgen Rye	3,26,7	1985
60m hk (76)	Øyvind Bones	10,9	1987
200m hk	Knut Melhus Romstad	34,55	2008

Lengde	Øyvind Bones	4,82	1987
Lengde u.t	Frank Lillemark	2,23	1984
Høyde	Jo Aleksander Lønn	1,46	1997
Høyde u.t	Dag Frode Aasheim	1,25	1974
Stav	Marcus Mo	1,50	2008
Kule (2kg)	Øyvind Bones	10,94	1987
Kule (3kg)	Sebastian Benonisen	9,79	2005
Spyd (400g)	Frank Lillemark	30,82	1984
Diskos (0,75kg)	Kolbjørn Baadshaug	19,67	2010
Slegge (3kg)	Kolbjørn Baadshaug	13,80	2010
Liten ball	Jørgen Oxaal	50,83	2003
4-kamp	Knut Gystad	3104	1985

### Tillegg - rekorder innendørs:

200m (i)	Elias Belbo Lagestad	31,12	2017
Høyde u.t. (i)	Magnus Moen	0,95	2018

### Gutter 13 år:

Øvelse	Navn	Resultat	Årstall
60m	Petter Davidsen	7,85	2019
100m	Petter Davidsen	12,67	2019
200m	Petter Davidsen	24,97	2019
300m	Petter Davidsen	39,75	2019
400m	Gustav Belbo Lagestad	1,06,48	2016
600m	Bastian Elnan Aurstad	1,37,52	2018
800m	Stian Trana	2,15,79	2001
1500m	Mathias Vanem Aas	4,44,60	2017
60m hk (76,2)	Bastian Elnan Aurstad	9,74	2018
80m hk	Frode Bremseth	13,8	1991
200m hk (68)	Bastian Elnan Aurstad	29,84	2018
300m hk (76,2)	Sander Bjørkli Stigum	51,29	2011
1000m kappg.	Elias Belbo Lagestad	6,46,80	2018
Lengde	Bastian Elnan Aurstad	5,34	2018
Lengde u.t	Asgeir Langseth	2,36	1970
Høyde	Lars Billdal	1,55	1987
Høyde u.t	Stein I. Grønnesby	1,18	1967
Tresteg	Bastian Elnan Aurstad	11,33	2018
Stav	Marcus A. Moe	1,90	2009
Kule (3kg)	Sebastian Benonisen	11,78	2006
Diskos (0,75 kg)	Kolbjørn Baadshaug	28,98	2011
Slegge (3kg)	Sander Bjørkli Stigum	18,41	2011
Spyd (400g)	Kolbjørn Baadshaug	37,09	2011

6-kamp	Knut Gystad	4455	1986
--------	-------------	------	------

**Tillegg - rekorder innendørs:**

60m (i)	Petter Davidsen	7,75	2019
200m (i)	Petter Davidsen	24,65	2019
400m (i)	Sivert Moen	1,09,44	2017
600m (i)	Mathias Vanem Aas	1,38,9	2017
60m hk (76,2) (i)	Petter Davidsen	10,32	2019
Lengde (i)	Petter Davidsen	5,16	2019
Lengde u.t (i)	Bastian Elnan Aurstad	2,57	2018
Tresteg (i)	Victor Lorentsen	7,54	2015
Stav (i)	Gustav Belbo Lagestad	2,30	2016
Kule (3 kg) (i)	Brian Hustad	8,50	2017
Kule (4 kg) (i)	Bernhard Holm	8,78	2013

**Gutter 14 år**

Øvelse	Navn	Resultat	Årstall
<b>60m</b>	<b>Petter Davidsen</b>	<b>7,51</b>	<b>2020</b>
<b>100m</b>	<b>Petter Davidsen</b>	<b>11,80</b>	<b>2020</b>
<b>150m</b>	<b>Petter Davidsen</b>	<b>17,81</b>	<b>2020</b>
200m	Bastian Elnan Aurstad	23,69	2019
<b>300m</b>	<b>Petter Davidsen</b>	<b>39,30</b>	<b>2020</b>
400m	Bastian Elnan Aurstad	52,35	2019
600m	Bastian Elnan Aurstad	1,29,87	2019
800m	Mathias Vanem Aas	2,05,96	2018
1500m	Mathias Vanem Aas	4,25,67	2018
2000m	Stian Trana	6,34,24	2002
3000m	Iver Anton Flatås Aune	10,26,05	2010
5000m	Stian Trana	17,48,6	2002
80m hk (84)	Bastian Elnan Aurstad	12,11	2019
200m hk (76,2)	Bastian Elnan Aurstad	27,71	2019
300m hk (76,2)	Bastian Elnan Aurstad	41,11	2019
1000m kappg.	Sander Bjørkli Stigum	6,30,24	2012
Lengde	Bastian Elnan Aurstad	6,16	2019
Lengde u.t	Stein I. Grønnesby	2,65	1968
Høyde	Lars Billdal	1,68	1988
Høyde u.t	Stein I. Grønnesby	1,28	1968
Tresteg	Bastian Elnan Aurstad	12,52	2019
Stav	Gustav Belbo Lagestad	2,32	2017
Kule (3kg)	Knut Rapp	13,90	1986
Kule (4kg)	Sebastian Benonisen	11,98	2007
Diskos (1kg)	Stein I. Grønnesby	39,14	1968

Spyd (600g)	Stian Trana	39,02	2002
Slegge (4kg)	Hans Holm	28,58	2011
6-kamp	Bastian Elnan Aurstad	5516	2019

#### Tillegg - rekorder innendørs:

<b>60m (i)</b>	<b>Petter Davidsen</b>	<b>7,46</b>	<b>2020</b>
200m (i)	Bastian Elnan Aurstad	23,72	2019
400m (i)	Oliver Kjeldstad Lie	1,18,77	2017
600m (i)	Sivert Moen	1,38,5	2018
800m (i)	Bastian Elnan Aurstad	2,09,75	2019
1000m (i)	Mathias Vanem Aas	2,42,84	2018
60m hk (84,0) (i)	Bastian Elnan Aurstad	9,01	2019
Lengde (i)	Bastian Elnan Aurstad	6,14	2019
Lengde u.t. (i)	Sivert Moen	2,25	2018
Høyde (i)	Bastian Elnan Aurstad	1,60	2019
Høyde u.t (i)	Nathaniel Binde	0,95	2018
Stav (i)	Bastian Elnan Aurstad	2,80	2019
Kule (4 kg) (i)	Hans Holm	12,09	2011

#### Gutter 15 år

Øvelse	Navn	Resultat	Årstall
60m	Asgeir Langseth	7,3	1972
<b>100m</b>	<b>Bastian Elnan Aurstad</b>	<b>11,39</b>	<b>2020</b>
<b>200m</b>	<b>Bastian Elnan Aurstad</b>	<b>22,66</b>	<b>2020</b>
<b>300m</b>	<b>Bastian Elnan Aurstad</b>	<b>35,86</b>	<b>2020</b>
<b>400m</b>	<b>Bastian Elnan Aurstad</b>	<b>51,32</b>	<b>2020</b>
800m	Espen Susegg	1,59,21	1988
1000m	Svein Berg	2,50,0	1967
1500m	Espen Susegg	4,13,0	1988
2000m	Mathias Vanem Aas	5,54,45	2019
3000m	Mathias Vanem Aas	9,04,94	2019
5000m	Stian Trana	16,51,3	2003
<b>100m hk (84)</b>	<b>Bastian Elnan Aurstad</b>	<b>13,29</b>	<b>2020</b>
200m hk	Karstein Grønnesby	32,34	2009
<b>300m hk (76,2)</b>	<b>Bastian Elnan Aurstad</b>	<b>39,54</b>	<b>2020</b>
<b>400m hk (91,4)</b>	<b>Bastian Elnan Aurstad</b>	<b>57,62</b>	<b>2020</b>
<b>Lengde</b>	<b>Bastian Elnan Aurstad</b>	<b>6,70</b>	<b>2020</b>
Lengde u.t	Stein I. Grønnesby	2,82	1969
Høyde	Vegar Hollås	1,80	1992
Høyde u.t	Stein I. Grønnesby	1,30	1969
<b>Tresteg</b>	<b>Bastian Elnan Aurstad</b>	<b>13,41</b>	<b>2020</b>
Stav	Vegar Hollås	3,00	1992



Kule (4kg)	Asgeir Kluken	14,94	1968
Diskos 1kg	Hans Holm	39,02	2012
Diskos (1,5kg)	Stein I. Grønnesby	35,86	1969
Spyd (600g)	Jan Ove Gulstad	47,72	1979
Slegge (4kg)	Hans Holm	46,1	2012

#### Tillegg - rekorder innendørs:

<b>60m (i)</b>	<b>Bastian Elnan Aurstad</b>	<b>7,32</b>	<b>2020</b>
<b>200m (i)</b>	<b>Bastian Elnan Aurstad</b>	<b>22,69</b>	<b>2020</b>
400m (i)	Sander Bjørkli Stigum	1,02,47	2013
600m (i)	Sigve Brandtzæg Hårberg	1,38,6	2016
800m (i)	Mathias Vanem Aas	2,04,07	2019
1500m (i)	Mathias Vanem Aas	4,18,08	2019
<b>60m hk (84) (i)</b>	<b>Bastian Elnan Aurstad</b>	<b>8,37</b>	<b>2020</b>
60m hk (91,4) (i)	Knut Melhus Romstad	10,08	2011
<b>Lengde (i)</b>	<b>Bastian Elnan Aurstad</b>	<b>6,56</b>	<b>2020</b>
Lengde u.t. (i)	Faniel Gerenkem	2,13	2018
<b>Tresteg (i)</b>	<b>Bastian Elnan Aurstad</b>	<b>13,27</b>	<b>2020</b>
<b>Høyde (i)</b>	<b>Bastian Elnan Aurstad</b>	<b>1,59</b>	<b>2020</b>
Høyde u.t (i)	Gustav Belbo Lagestad	1,30	2018
Stav (i)	Gustav Belbo Lagestad	3,02	2018
Kule (4kg) (i)	Hans Holm	13,20	2012
<b>7-kamp (i)</b>	<b>Bastian Elnan Aurstad</b>	<b>4211</b>	<b>2020</b>

#### Gutter 16 år:

Øvelse	Navn	Resultat	Årstall
<b>60m</b>	<b>Sivert Moen</b>	<b>7,73</b>	<b>2020</b>
100m	Vegar Hollås	11,43	1993
150m	Kim Daniel Saugestad Krutå	18,37	2018
200m	Vegar Hollås	22,78	1993
400m	Vegar Hollås	52,0	1993
600m	Sigve Brandtzæg Hårberg	1,31,67	2017
800m	Espen Susegg	1,59,86	1989
1000m	Rolf Christensen	2,36,9	1972
1500m	Rolf Christensen	4,05,5	1972
<b>3000m</b>	<b>Mathias Vanem Aas</b>	<b>8,52,55</b>	<b>2020</b>
5000m	Rune Bolaas	17,18,07	1999
100m hk (91,4)	Vegar Hollås	13,7	1993
200m hk	Michael Nielsen	30,5	1980
300m hk (84)	Vegar Hollås	40,06	1993
<b>400m hk (84)</b>	<b>Sivert Moen</b>	<b>1,02,39</b>	<b>2020</b>
<b>1500m hinder</b>	<b>Mathias Vanem Aas</b>	<b>4,25,12</b>	<b>2020</b>

2000m hinder	Eivind Jenssen	7,03,95	2004
Lengde	Thomas S. Waage	6,18	1999
	Asgeir Kluken	6,18	1969
Lengde u.t	Stein I. Grønnesby	2,80	1970
Høyde	Eirik Røe	1,80	1996
Høyde u.t	Eirik Røe	1,50	1996
Tresteg	Eirik Røe	12,59	1996
Stav	Kjartan Bergin	3,30	1997
Kule (4kg)	Knut Rapp	15,40	1988
Kule (5kg)	Hans Holm	11,81	2013
Diskos (1,5kg)	Olav Røe	39,52	1998
Spyd (600g)	Olav Røe	50,98	1998
Slegge (4kg)	Bjarne Olav Paulsen	42,04	1996
Slegge (5kg)	Hans Holm	38,75	2013

#### Tillegg - rekorder innendørs:

60m (i)	Sander Dalbu	7,57 - 7,4 (man)	2018
<b>200m (i)</b>	<b>Sivert Moen</b>	<b>23,54</b>	<b>2020</b>
<b>400m (i)</b>	<b>Bastian Elnan Aurstad</b>	<b>49,19</b>	<b>2021</b>
600m (i)	Sigve Brandtzæg Hårberg	1,41,7	2017
<b>800m (i)</b>	<b>Sivert Moen</b>	<b>2,07,47</b>	<b>2020</b>
1500m (i)	Kristoffer Buvarp	5,14,09	2017
<b>2000m (i)</b>	<b>Mathias Vanem Aas</b>	<b>5,37,74</b>	<b>2020</b>
60m hk (84,0) (i)	Sander Bjørkli Stigum	10,22	2014
60m hk (91,4) (i)	Sander Bjørkli Stigum	10,06	2014
<b>Lengde (i)</b>	<b>Sivert Moen</b>	<b>5,73</b>	<b>2020</b>
Lengde u.t. (i)	Sander Bjørkli Stigum	2,52	2014
Høyde (i)	Gustav Belbo Lagestad	1,70	2019
Høyde u.t (i)	Kim Daniel S. Krutå	1,20	2018
Tresteg (i)	Adrian A. Kinnunen	12,14	2019
Kule, 5kg (i)	Hans Holm	11,91	2013

#### Gutter 17 år:

Øvelse	Navn	Resultat	Årstall
60m	Sigve Brandtzæg Hårberg	7,44	2018
100m	Vegar Hollås	11,22	1994
150m	Sigve Brandtzæg Hårberg	17,29	2018
200m	Vegar Hollås	22,58	1994
300m	Sigve Brandtzæg Hårberg	37,47	2018
400m	Vegar Hollås	50,74	1994
800m	Stian Mære Trana	1,54,67	2005
1000m	Svein Berg	2,33,0	1969

1500m	Ola Skevik	4,07,9	1983
3000m	Svein Berg	9,01,0	1969
5000m	Erik Eide	15,47,0	1988
100mhk (100)	Kristian Brekstad	15,39	2002
110mhk (100)	Thomas R. Sollien	15,2	1989
300mhk	Olav Røe	42,61	1999
400mhk	Espen Susegg	57,08	1990
2000m hinder	Sten Hammer	6,42,4	1985
Lengde	Thomas S. Waage	6,75	2000
Lengde u.t	Stein I. Grønnesby	2,99	1971
Høyde	Eirik Røe	1,90	1997
Høyde u.t	Eirik Røe	1,45	1997
	Olav Røe	1,45	1999
	Stein I. Grønnesby	1,45	1971
Tresteg	Eirik Røe	13,20	1997
Stav	Vegar Hollås	3,40	1994
Kule (5kg)	Erlend Langås	14,36	2004
Kule (5,5kg)	Bjarne O. Paulsen	14,48	1997
Kule (6kg)	Erlend Langås	12,57	2004
Diskos (1,5kg)	Hans Holm	36,95	2014
Diskos (1,75kg)	Olav Røe	39,92	1999
Spyd (800g)	Kjartan Bergin	50,58	1998
Slegge (5kg)	Hans Holm	49,23	2014
Slegge (6kg)	Hans Holm	38,99	2014

**Tillegg - rekorder innendørs:**

<b>60m (i)</b>	<b>Adrian A. Kinnunen</b>	<b>7,39</b>	<b>2020</b>
200m (i)	Sigve Brandtzæg Hårberg	22,82	2018
<b>400m (i)</b>	<b>Sivert Moen</b>	<b>52,30</b>	<b>2021</b>
800m (i)	Kristian Halten Jensen	2,03,27	2012
1000m (i)	Kristoffer Buvarp	3,07,89	2018
<b>1500m (i)</b>	<b>Mathias Vanem Aas</b>	<b>3,59,48</b>	<b>2021</b>
3000m (i)	Mathias Flak	9,43,70	2016
60mhk (91,4) (i)	Turuman Hunde	9,98	2018
<b>Lengde (i)</b>	<b>Adrian A. Kinnunen</b>	<b>6,19</b>	<b>2020</b>
Lengde u.t. (i)	Sander Bjørkli Stigum	2,59	2015
Tresteg (i)	Simen Spolen	11,75	2014
Høyde (i)	Isak Jerpstad	1,90	2013
Høyde u.t. (i)	Petter Fuglestrand	1,30	2018
	Otto Rusagara	1,30	2018
Kule (5kg) (i)	Hans Holm	12,23	2014
Kule (6kg) (i)	Hans Holm	10,46	2014

**Gutter 18 år:**

Øvelse	Navn	Resultat	Årstall
60m	Sander Bjørkli Stigum	7,58	2017
100m	Vegar Hollås	10,99	1995
200m	Vegar Hollås	21,79	1995
400m	Roald Hagbart Frøskeland	49,34	2012
800m	Roald Hagbart Frøskeland	1,50,96	2012
1000m	Svein Berg	2,29,2	1970
1500m	Svein Berg	3,52,9	1970
3000m	Mathias Flak	8,34,43	2017
5000m	Mathias Flak	15,16,43	2017
10000m	Hillary Kipchumba	30,06,4	2010
110m hk (100)	Thomas R. Sollien	15,30	1990
200m hk	Jo Ragnar Finserås	31,1	1979
300m hk	Jostein Bjerkan	43,0	1996
400m hk	Ola Grønnesby	58,6	1980
Lengde	Thomas S. Waage	6,65	2001
Lengde u.t	Stein I. Grønnesby	2,95	1972
Høyde	Isak Jerpstad	1,94	2014
Høyde u.t	Stein I. Grønnesby	1,48	1972
Tresteg	Eirik Røe	13,83	1998
Stav	Espen Hermann	3,20	1995
Kule (5,5kg)	Bjarne O. Paulsen	14,87	1998
Kule (6kg)	Erlend Langås	13,41	2005
Diskos (1,75kg)	Olav Røe	42,77	2000
Spyd (800g)	Johnny Johansen	53,86	1989
Slegge (6kg)	Hans Holm	43,52	2015
Slegge (7,26kg)	Hans Holm	38,42	2015

**Tillegg - rekorder innendørs:**

<b>60m (i)</b>	<b>Sander Dalbu</b>	<b>7,29</b>	<b>2020</b>
200m (i)	Roald Hagbart Frøskeland	23,16	2012
400m (i)	Roald Hagbart Frøskeland	50,60	2012
600m (i)	Kristian Skage Nordlund	1,24,11	2017
800m (i)	Roald Hagbart Frøskeland	1,58,08	2012
1000m (i)	Kristian Skage Nordlund	2,32,69	2017
1500m (i)	Mathias Flak	4,10,74	2017
1 mile (i)	Kristian Skage Nordlund	4,25,37	2017
3000m (i)	Mathias Flak	8,55,90	2017
Lengde (i)	Simen Spolen	5,78	2015
Lengde u.t. (i)	Hans Holm	2,45	2015
Tresteg (i)	Isak Jerpstad	11,81	2014

Høyde (i)	Isak Jerpstad	1,85	2014
Høyde u.t (i)	Obaidullah Obaidi	1,25	2018
Stav (i)	Petter O. Fuglestrand	2,65	2019
Kule (6kg) (i)	Hans Holm	10,83	2015