



FRIIDRETT

BANEREKORDAR Ørsta stadion

KVINNER

LØP

| Øving | Resultat | Namn | Klubb | Dato |
|------------|----------|-------------------------|----------------|------------|
| 100 m | 12,20 | Anne Marit Kleive | Aksla IL | 10.09.1984 |
| 200 m | 24,80 | Anne Marit Kleive | Aksla IL | 30.08.1986 |
| 400 m | 55,70 | Anne Marit Kleive | Aksla IL | 10.09.1984 |
| 800 m | 2,11,70 | Monica Hansen | Mo IL | 20.09.1984 |
| 1 000 m | 3,13,13 | Kristine Eiksem Engeset | Ørsta IL | 16.10.2004 |
| 1 500 m | 4,31,60 | Gunvor Hilde | Elnesvågen IL | 10.09.1984 |
| 3 000 m | 9,40,50 | Ingvild Lein | Frosta IL | 20.09.1984 |
| 5 000 m | 17,43,10 | Kristine Eiksem Engeset | Ørsta IL | 20.09.2005 |
| 100 m hekk | 15,00 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta IL | 10.09.1984 |
| 400 m hekk | 62,80 | Kristin Hovind | Stålkameratene | 20.09.1984 |

HOPP

| Øving | Resultat | Namn | Klubb | Dato |
|---------|----------|-----------------------|----------|------------|
| Høgde | 1,80 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta IL | 15.05.1984 |
| Stav | 2,10 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Ørsta IL | 03.09.2002 |
| Lengde | 5,75 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta IL | 25.07.1984 |
| Tresteg | 11,17 | Aina Opsal Bakke | Ørsta IL | 05.07.2011 |

KAST

| Øving | Resultat | Namn | Klubb | Dato |
|--------|----------|------------------|--------------|------------|
| Kule | 12,86 | Erna Slettvold | Glimt | 10.09.1984 |
| Diskos | 43,50 | Anne Britt Norø | Byåsen | 20.09.1984 |
| Spyd | 37,67 | Lene Kristiansen | Ørsta IL | 07.08.2004 |
| Slegge | 38,03 | Tove Beate Dahle | Isfjorden IL | 07.08.2004 |

STAFETT

| Øving | Resultat | Namn | Klubb | Dato |
|-----------|----------|------|-----------|------------|
| 4 x 100 m | 48,30 | | IK Tjalve | 31.05.1997 |
| 4 x 200 m | 1,53,44 | | Ørsta IL | 29.09.2000 |
| 4 x 400 m | 3,50,61 | | IK Tjalve | 31.05.1997 |
| 4 x 600m | 6,44,60 | | Modum FIK | 01.06.1997 |
| 4 x 800 m | 8,54,41 | | BFG Fana | 01.06.1997 |
| 1 000 m | 2,25,70 | | Ørsta IL | 30.05.2004 |

MANGEKAMP

| Øving | Resultat | Namn | Klubb | Dato |
|--------|----------|---------------------|----------|------------|
| 5 kamp | 3370 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta IL | 15.08.1978 |
| 7 kamp | 4691 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta IL | 30.09.1984 |



FRIIDRETT

BANEREKORDAR Ørsta stadion

MENN

LØP

| Øving | Resultat | Namn | Klubb | Dato |
|----------------|----------|--------------------|-------------------|------------|
| 100 m | 10,60 | Audun Garshol | Hareid IL | 29.07.1972 |
| 200 m | 21,90 | Audun Garshol | Hareid IL | 29.07.1972 |
| 400 m | 49,00 | Helge Pharo | IK Tjalve | 18.07.1968 |
| 800 m | 1,52,90 | Frank Otto Meinset | Hødd IL | 02.09.1984 |
| 1 000 m | 2,33,60 | Karl Henning Halse | Ørsta IL | 05.10.1986 |
| 1 500 m | 3,42,40 | Arne Kvalheim | IK Tjalve | 18.07.1968 |
| 3 000 m | 8,37,10 | Frank Otto Meinset | Hødd IL | 02.09.1984 |
| 5 000 m | 14,35,00 | Kennet Evanger | Alta | 02.09.1984 |
| 10 000 m | 30,21,30 | Kennet Evanger | Alta | 01.09.1984 |
| 110 m hekk | 14,90 | Einar Hernes | Bodø & Omegna FIK | 01.09.1984 |
| 400m hekk | 54,80 | Bjørn Rolland | Tingvoll FIK | 02.09.1984 |
| 3 000 m hinder | 9,15,60 | John Skjelvåg | Ogndal | 02.09.1984 |

HOPP

| Øving | Resultat | Namn | Klubb | Dato |
|---------|----------|------------------|------------|------------|
| Høgde | 2,03 | Bård Inge Bø | Bergsøy IL | 20.08.1995 |
| Stav | 4,40 | Øystein Kamperud | Moelven IL | 00.00.1995 |
| Lengde | 7,08 | Magnus Grenland | Hommelvik | 01.09.1984 |
| Tresteg | 14,51 | Sigurd Langeland | Høyang | 29.07.1972 |

KAST

| Øving | Resultat | Namn | Klubb | Dato |
|--------|----------|---------------------|-------------------|------------|
| Kule | 17,09 | Bjørn Bang Andersen | BUL | 02.07.1963 |
| Diskos | 53,84 | Øystein Bjørbæk | Bodø & Omegna FIK | 01.09.1984 |
| Spyd | 74,48 | Narve Hoff | Aksla IL | 01.09.1984 |
| Slegge | 62,66 | Magne Føleide | Florø IL | 30.07.1972 |

STAFETT

| Øving | Resultat | Namn | Klubb | Dato |
|-----------|----------|------|-------------|------------|
| 4 x 100 m | 40,40 | | Moss IL | 31.05.1997 |
| 4 x 200 m | 1,37,92 | | Ørsta IL | 27.09.1997 |
| 4 x 400 m | 3,15,83 | | IL Skjalg | 01.06.1997 |
| 4 x 600m | 5,54,79 | | Bergen Turn | 01.06.1997 |
| 4 x 800 m | 16,05,54 | | BFG Fana | 31.05.1997 |
| 1 000 m | 1,59,90 | | Ørsta IL | 16.10.1965 |

MANGEKAMP

| Øving | Resultat | Namn | Klubb | Dato |
|---------|----------|----------------|-----------|------------|
| 5 kamp | 2911 | Hermod Flåen | IL Valder | 27.06.1979 |
| 10 kamp | 4772 | Hans Lundestad | Ørsta IL | 13.10.1985 |



LAGSREKORDAR

Kvinner Senior

| LØP | | | | |
|----------------------|--------------|---|-------------------|-------------------|
| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
| 100 m | 12,20 | Kari Lundestad | Ørsta | 25.08.1985 |
| 100 m Elektr. | 12,48 | Hannah Marie Skjeret | Ulsteinvik | 25.05.2013 |
| 200 m | 25,30 | Kari Lundestad | Raufoss | 04.08.1985 |
| 200 m Elektr. | 25,33 | Hannah Marie Skjeret | Nadderud | 14.06.2013 |
| 400m | 56,60 | Ingrid Hjørdis Bjørdal | Ørsta | 10.09.1994 |
| 400m Elektr. | 56,89 | Ingrid Hjørdis Bjørdal | Huddinge | 03.09.1994 |
| 800 m | 2,13,68 | Silje Fjørtoft | Byrkjelo | 27.08.2006 |
| 1 000 m | 3,13,13 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 16.10.2004 |
| 1 500 m | 4,28,12 | Silje Fjørtoft | Tønsberg | 05.08.2007 |
| 3 000 m | 9,30,25 | Silje Fjørtoft | Tønsberg | 03.08.2007 |
| 5 000 m | 17,43,10 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 20.09.2005 |
| 100 m hekk | 15,00 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 01.09.1984 |
| 100 m hekk Elektr. | 15,66 | Grete Bjørdalsbakke | Aksla | 12.09.1984 |
| 400 m hekk | 67,30 | Kari Lundestad | Ørsta | 04.10.1984 |
| 2 000 m hinder | 6,48,43 | Silje Fjørtoft | Byrkjelo | 26.08.2006 |
| 3 000 m hinder | 9,57,98 | Silje Fjørtoft | Bislett | 15.06.2007 |
| HOPP | | | | |
| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
| Høgde | 1,85 | Grete Bjørdalsbakke | Steinkjer | 17.09.1983 |
| Høgde u/tilløp | 1,52 | Grete Bjørdalsbakke | Rosendal | 11.03.1984 |
| Stav | 2,10 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 03.09.2002 |
| Lenge | 6,03 | Grete Bjørdalsbakke | Aksla | 23.08.1981 |
| Lengde u/tilløp | 2,84 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 13.03.1982 |
| Tresteg | 11,43 | Aina Opsal Bakke | Lillehammer | 24.06.2011 |
| KAST | | | | |
| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
| Kule | 11,87 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 24.09.1980 |
| Diskos | 42,30 | Ingerid Qvale | Løten | 10.10.1975 |
| Slegge | 36,94 | Anita Kristiansen | Ørsta | 02.09.2006 |
| Spyd | 40,57 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Lillehammer | 24.06.2004 |
| MANGEKAMP | | | | |
| Øving | Res | Namn/einskildresultat | Stad | Dato |
| 5 kamp | 3370 | Grete Bjørdalsbakke 15,90 - 10,92 - 1,70 - 5,35 - 2,57,00 | Ørsta | 15.08.1978 |
| 7 kamp | 4691 | Grete Bjørdalsbakke 15,11 - 11,85 - 1,77 - 27,00 - 30,61 - 5,52 - 2,54,70 | Ørsta | 30.09.1984 |
| STAFETT | | | | |
| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
| 4 x 100 m | 52,36 | Tone Bjørdalsbakke Mo, Lene Kristiansen, Anita Kristiansen, Ida Kristine Myrold | Aksla | 08.06.2002 |
| 4 x 200 m | 1,53,44 | Silje Kristin Nilsen, Karin Yksnøy Bergmann, Anita Kristiansen og Lene Kristiansen | Ørsta | 28.09.2000 |
| 4 x 400 m | 4,20,40 | Else Liadal, Grete Bjørdalsbakke, Dagrun Opsal, Ragnhild Sætre | Ørsta | 08.08.1976 |
| 1 000 m | 2,25,70 | Tone Bjørdalsbakke Mo, Lene Kristiansen, Ida Kristine Myrold, Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 30.05.2004 |



LAGSREKORDAR

Kvinner Junior

| LØP | | | | |
|----------------------|--------------|-----------------------------|-------------------|-------------------|
| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
| 100 m | 12,20 | Kari Lundestad | Ørsta | 25.08.1985 |
| 100 m Elektr. | 12,48 | Hannah Marie Skjeret | Ulsteinvik | 25.05.2013 |
| 200 m | 25,30 | Kari Lundestad | Raufoss | 04.08.1985 |
| 200 m Elektr. | 25,33 | Hannah Marie Skjeret | Nadderud | 14.06.2013 |
| 400m | 56,60 | Ingrid Hjørdis Bjørdal | Ørsta | 10.09.1994 |
| 400m Elektr. | 56,89 | Ingrid Hjørdis Bjørdal | Huddinge | 03.09.1994 |
| 800 m | 2,13,68 | Silje Fjørtoft | Byrkjelo | 27.08.2006 |
| 1 000 m | 3,13,13 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 16.10.2004 |
| 1 500 m | 4,28,12 | Silje Fjørtoft | Tønsberg | 05.08.2007 |
| 3 000 m | 9,30,25 | Silje Fjørtoft | Tønsberg | 03.08.2007 |
| 5 000 m | 17,43,10 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 20.09.2005 |
| 100 m hekk | 15,20 | Grete Bjørdalsbakke | Aksla | 22.09.1979 |
| 400 m hekk | 67,30 | Kari Lundestad | Ørsta | 04.10.1984 |
| 2 000 m hinder | 6,48,43 | Silje Fjørtoft | Byrkjelo | 26.08.2006 |
| 3 000 m hinder | 9,57,98 | Silje Fjørtoft | Bislett | 15.06.2007 |

| HOPP | | | | |
|-----------------|-------|-----------------------|-------------|------------|
| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
| Høgde | 1,81 | Grete Bjørdalsbakke | Fana | 27.07.1979 |
| Høgde u/tilløp | 1,50 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 12.12.1979 |
| Stav | 2,10 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 03.09.2002 |
| Lenge | 5,77 | Grete Bjørdalsbakke | Aksla | 05.09.1979 |
| Lengde u/tilløp | 2,83 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 29.12.1979 |
| Tresteg | 11,43 | Aina Opsal Bakke | Lillehammer | 24.06.2011 |

| KAST | | | | |
|--------|-------|-----------------------|-------------|------------|
| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
| Kule | 11,87 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 24.09.1980 |
| Diskos | 42,30 | Ingerid Qvale | Løten | 10.10.1975 |
| Slegge | 33,47 | Anita Kristiansen | Trondheim | 30.07.2004 |
| Spyd | 40,57 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Lillehammer | 27.06.2004 |

| MANGEKAMP | | | | |
|-----------|------|--|-------|------------|
| Øving | Res | Namn/einskildresultat | Stad | Dato |
| 5 kamp | 3370 | Grete Bjørdalsbakke 15,90 - 10,92 - 1,70 - 5,35 - 2,57,00 | Ørsta | 15.08.1978 |

| STAFETT | | | | |
|-----------|---------|---|-------|------------|
| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
| 4 x 100 m | 52,36 | Tone Bjørdalsbakke Mo, Lene Kristiansen, Anita Kristiansen, Ida Kristine Myrold | Aksla | 08.06.2002 |
| 4 x 200 m | 1,53,44 | Silje Kristin Nilsen, Karin Yksnøy Bergmann, Anita Kristinsen og Lene Kristiansen | Ørsta | 28.09.2000 |
| 4 x 400 m | 4,20,40 | Else Liadal, Grete Bjørdalsbakke, Dagrun Opsal, Ragnhild Sætre | Ørsta | 08.08.1976 |
| 1 000 m | 2,25,70 | Tone Bjørdalsbakke Mo, Lene Kristiansen, Ida Kristine Myrold, Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 30.05.2004 |



LAGSREKORDAR

Menn Senior

| LØP | | | | |
|--------------------|------------|--|------------------|------------|
| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
| 100 m | 10,70 | Kjell Brenne | Tresfjord | 08.07.1965 |
| 100 m Elektr. | 11,36 | Jarl Sæten Birkeland | Lillehammer | 29.06.2003 |
| 200 m | 21,40 | Kjell Brenne | Timisoara - Rom | 01.10.1965 |
| 200 m Elektr. | 23,30 | Jørn Erik Norangshol | Straumsnes | 02.06.1999 |
| 400m | 48,80 | Ivar Lødemel | Bislett | 12.06.1974 |
| 400m Elektr. | 49,57 | Jørn Erik Norangshol | Levanger | 22.08.1998 |
| 800 m | 1,51,20 | Ottar Pilskog | Bislett | 26.08.1971 |
| 1 000 m | 2,27,87 | John-Arne winsnes | Frankfurt | 01.05.1996 |
| 1 500 m | 3,53,65 | John-Arne winsnes | Ludvigshafen - T | 03.07.1996 |
| 3 000 m | 8,36,90 | Per Johann Sandbakk | Bislett | 24.09.1979 |
| 5 000 m | 14,46,80 | Kåre Heggen | Bislett | 28.08.1976 |
| 10 000 m | 30,49,76 | Arild Bjørdal | Byrkjelo | 25.07.1983 |
| 110 m hekk | 15,80 | Jan Mørkedal | Ørsta | 16.08.1994 |
| 110 m hekk Elektr. | 15,98 | Erik Drange Tønnessen | Ørsta | 20.05.2002 |
| 400 m hekk | 55,20 | Oddbjørn Brungot | Nadderud | 15.07.1973 |
| 3 000 m hinder | 9,12,54 | Arild Bjørdal | Øvre Årdal | 12.06.1983 |
| Maraton | 2,35,41,00 | Per Johann Sandbakk | Fjørtoft | 07.08.1982 |
| HOPP | | | | |
| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
| Høgde | 2,00 | Hans Lundestad | Moss | 23.06.1984 |
| Høgde u/tilløp | 1,65 | Yngve Sporstøl | Valderøy | 03.03.1990 |
| Lenge | 6,68 | Per Midtkandal | Bergen | 24.09.1966 |
| Lengde u/tilløp | 3,30 | Olav Leira | Trondheim | 23.02.1964 |
| Stav | 3,50 | Erik Drange Tønnessen | Elnesvågen | 01.10.2006 |
| Tresteg | 13,78 | Per Midtkandal | Sundalsøra | 04.09.1966 |
| KAST | | | | |
| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
| Kule | 13,10 | Nils Årskog | Ørsta | 10.05.1967 |
| Diskos | 37,28 | Andreas Langlo | Hudiksvall | 12.09.2004 |
| Slegge | 33,03 | Erik Drange Tønnessen | Ørsta | 20.06.2006 |
| Spyd | 54,88 | Arild Amundsen | Ørsta | 05.10.1995 |
| MANGEKAMP | | | | |
| Øving | Res | Namn/einskildresultat | Stad | Dato |
| 5 kamp | 2655 | Kåre Aarseth 5,92 - 39,70 - 23,5 - 27,42 - 4,47,70 | Ørsta | 24.09.1966 |
| 10 kamp | 4779 | Jørn Erik Norangshol 11,40 - 5,35 - 9,03 - 1,50 - 51,20 - 18,40 - 23,79 - 2,40 - 29,17 - 4,34,10 | Trondheim | 12.09.1998 |
| STAFETT | | | | |
| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
| 4 x 100 m | 44,00 | Oddbjørn Brungot , Einar Rostad, Anton Røed Kristiansen, Ivar Lødemel | Sarpsborg | 11.06.1973 |
| 4 x 200 m | 1,37,92 | Rivo og Andry Andrianjafintrimo, Øyvind Sandbakk, Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 27.09.1997 |
| 4 x 400 m | 3,26,40 | Torbjørn Ryssevick , PS Aarseth, Jan Mørkedal, Lars Jostein Norangshol | Ørsta | 28.08.1968 |
| 4 x 1 500 m | 16,26,10 | Kåre Heggen, Oddbjørn Mulelid, Ole Berget, Leif Muribø | Fana - Bergen | 20.08.1978 |
| 1 000 m | 1,59,60 | Per Midtkandal, Kåre Aarseth, O.J. Ertresvåg, Kjell Brenne | Ørsta | 16.10.1965 |



LAGSREKORDAR

Menn Junior

LØP

| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
|----------------|----------|------------------------|-----------------|------------|
| 100 m | 11,10 | Anton Røed Kristiansen | Ålesund | 02.09.1972 |
| 100 m Elektr. | 11,36 | Jarl Sæten Birkeland | Lillehammer | 29.06.2003 |
| 200 m | 22,80 | Ivar Lødemel | Stavanger | 02.08.1974 |
| 200 m Elektr. | 23,30 | Jørn Erik Norangshol | Straumsnes | 02.06.1999 |
| 400m | 48,80 | Ivar Lødemel | Bislett | 12.06.1974 |
| 400m Elektr. | 49,57 | Jørn Erik Norangshol | Levanger | 22.08.1998 |
| 800 m | 1,56,90 | Karl Henning Halse | Ørsta | 31.05.1986 |
| 1 000 m | 2,33,60 | Karl Henning Halse | Ørsta | 05.10.1986 |
| 1 500 m | 4,00,96 | Karl Henning Halse | Oslo | |
| 3 000 m | 8,55,35 | Jørn Helge Egset | Tsjekkoslovakia | 28.06.1990 |
| 5 000 m | 15,33,97 | Jørn Helge Egset | Overhalla | 30.05.1992 |
| 110 m hekk | 15,80 | Jan Mørkedal | Ørsta | 16.08.1964 |
| 400 m hekk | 55,20 | Oddbjørn Brungot | Nadderud | 15.07.1973 |
| 2 000 m hinder | 6,12,80 | Arild Bjørdal | Førde | 18.06.1977 |
| 3 000 m hinder | 9,44,40 | Arild Bjørdal | Hareid | 03.07.1977 |

HOPP

| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
|-----------------|-------|------------------|-----------------|------------|
| Høgde | 2,00 | Hans Lundestad | Moss | 23.06.1984 |
| Høgde u/tilløp | 1,65 | Yngve Sporstøl | Valderøy | 03.03.1990 |
| Lenge | 6,68 | Per Midtkandal | Bergen | 24.09.1966 |
| Lengde u/tilløp | 3,20 | Oddbjørn Brungot | Tønsberg | 10.03.1974 |
| Stav | 3,30 | Sindre Sandbakk | Sollefteå - SVE | 07.08.2001 |
| Tresteg | 13,76 | Per Midtkandal | Sunndalsøra | 04.09.1966 |

KAST

| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
|--------|-------|--------------------|------------|------------|
| Kule | 13,10 | Nils Årskog | Ørsta | 10.05.1967 |
| Diskos | 37,28 | Andreas Langlo | Hudiksvall | 12.09.2004 |
| Slegge | 32,35 | Øyvind Opsal Bakke | Elnesvågen | 08.09.2005 |
| Spyd | 51,98 | Nils Årskog | Ørsta | 25.05.1966 |

MANGEKAMP

| Øving | Res | Namn/einskildresultat | Stad | Dato |
|---------|------|--|-----------|------------|
| 5 kamp | 2523 | Otto Botnen 5,68 - 43,56 - 24,80 - 29,63 - 5,00,00 | Ørsta | 30.06.1964 |
| 10 kamp | 4779 | Jørn Erik Norangshol 11,40 - 5,35 - 9,03 - 1,50 - 51,20 - 18,40 - 23,79 - 2,40 - 29,17 - 4,34,10 | Trondheim | 12.09.1998 |

STAFETT

| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
|-------------|----------|---|--------------|------------|
| 4 x 100 m | 44,00 | Oddbjørn Brungot , Einar Rostad, Anton Røed Kristiansen, Ivar Lødemel | Sarpsborg | 11.06.1973 |
| 4 x 200 m | 1,37,92 | Rivo og Andry Andrianjafintrimo, Øyvind Sandbakk, Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 27.09.1997 |
| 4 x 400 m | 3,27,90 | Oddbjørn Brungot , Einar Rostad, Anton Røed Kristiansen, Ivar Lødemel | Sarpsborg | 10.06.1973 |
| 4 x 1 500 m | 17,13,30 | Tommas Molnes, John-Arne Winsnes, Jørn Helge Egset og Nils Vegard Øye | Kristiansund | 15.09.1990 |
| 1 000 m | 2,02,10 | Oddbjørn Brungot, Anton Røed Kristiansen, Øystein Sæther, Ivar Lødemel | Stavanger | 04.08.1974 |



FRIIDRETT

DEI 10 BESTE GJENNOM TIDENE

Endringar for 2013 er utheva

LØP

KVINNER

60 m Manuelle tider

| | | | |
|-----|------------------------|------------|------------|
| 7,7 | Kari Lundestad | Ørsta | 25.09.1985 |
| 7,8 | Ingrid Hjørdis Bjørdal | Ørsta | 21.07.1994 |
| 8,0 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 16.07.1975 |
| 8,1 | Marianne Liadal | Ørsta | 09.06.1971 |
| 8,1 | Lene Kristiansen | Ørsta | 11.06.1996 |
| 8,3 | Åse Aam | Hovdebygda | 15.08.1962 |
| 8,3 | Ida Kristine Myrold | Hornindal | 04.06.2001 |
| 8,3 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 07.08.2001 |
| 8,4 | Benedicte Aambakk | Hornindal | 04.06.2001 |
| 8,5 | Marta Lystad | Ørsta | 09.06.1971 |
| 8,5 | Aina Opsal Bakke | Elnesvågen | 18.06.2006 |

60 m Elektroniske tider

| | | | |
|-------------|-----------------------------|-------------|-------------------|
| 7,95 | Hannah Marie Skjeret | Fana | 01.06.2013 |
| 8,23 | Lene Kristiansen | Lillehammer | 28.06.1997 |
| 8,23 | Ida Kristine Myrold | Fana | 04.06.2005 |
| 8,38 | Anita Kristiansen | Ålesund | 07.06.1997 |
| 8,47 | Aina Opsal Bakke | Lillehammer | 24.06.2007 |
| 8,51 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Stjørdal | 01.09.2001 |
| 8,72 | Maren Nordang | Høddvoll | 24.08.2010 |
| 8,76 | Marianne Hauge Kriken | Ørsta | 23.05.1995 |
| 8,76 | Lene Haugstøyl | Ørsta | 24.09.1998 |
| 8,77 | Silje Kristin Nilsen | Stjørdal | 28.08.1999 |
| 8,77 | Maria Tamires Birkeland | Fana | 04.06.2011 |

MENN

60 m Manuelle tider

| | | | |
|-----|------------------------|------------|------------|
| 7,1 | Anton Røed Kristiansen | | |
| 7,2 | Rune Innselset | Ørsta | 14.07.1976 |
| 7,2 | Vidar Opsal | Ørsta | 11.06.1996 |
| 7,3 | Knut Olav Melle | | 1991 |
| 7,3 | Jarl Sæten Birkeland | Ørsta | 28.05.2002 |
| 7,4 | Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 11.06.1996 |
| 7,6 | Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 06.05.1997 |
| 7,7 | Erik Drange Tønnessen | Ørsta | 30.07.2002 |
| 7,9 | Tarjei Almestad | Torvikbukt | 03.08.1997 |
| 7,9 | Øyvind Sandbakk | Ørsta | 23.07.1998 |

60 m Elektroniske tider

| | | | |
|------|-------------------------|-------|------------|
| 7,52 | Andry Andrianjafintrimo | Ørsta | 10.08.1999 |
| 7,64 | Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 19.08.1997 |
| 7,70 | Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 10.08.1999 |
| 7,94 | Rolf Fiksdal | Ørsta | 15.08.1995 |
| 7,98 | Hallgeir Aam | Ørsta | 01.08.1995 |
| 7,98 | Jarl Sæten Birkeland | Ørsta | 28.09.2000 |
| 7,99 | Håkon Opsal | Fana | 04.06.2011 |
| 8,00 | Jan Erik Kristiansen | Ørsta | 01.08.1995 |
| 8,06 | Øyvind Sandbakk | Ørsta | 13.08.1996 |
| 8,10 | Hadid Mosthaq | Molde | 03.05.2011 |

10 BESTE RESULTAT - LØP

100 m Manuelle tider

| | | | |
|------|------------------------|-------------|------------|
| 12,2 | Kari Lundestad | Ålesund | 25.08.1985 |
| 12,8 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 22.08.1979 |
| 12,9 | Ingrid Hjørdis Bjørdal | Ørsta | 07.07.1994 |
| 13,0 | Åse Aam | Stranda | 15.06.1963 |
| 13,0 | Lene Kristiansen | Molde | 14.09.1997 |
| 13,1 | Marianne Liadal | Ørsta | 15.09.1971 |
| 13,3 | Ida Kristine Myrold | Torvikbukta | 16.06.2002 |
| 13,6 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 08.10.2002 |
| 13,7 | Ragnhild Norangshol | Ørsta | 14.06.1972 |
| 13,9 | Laila Mo | Ørsta | 22.05.1973 |

100 m Elektroniske tider

| | | | |
|--------------|-----------------------------|-------------------|-------------------|
| 12,48 | Hannah Marie Skjeret | Ulsteinvik | 25.05.2013 |
| 12,50 | Kari Lundestad | Raufoss | 05.09.1982 |
| 12,63 | Ida Kristine Myrold | Lillehammer | 27.06.2004 |
| 12,87 | Lene Kristiansen | Lillehammer | 27.06.1999 |
| 13,05 | Aina Opsal Bakke | Lillehammer | 22.06.2008 |
| 13,11 | Ingrid Hjørdis Bjørdal | Østersund - S | 30.05.1993 |
| 13,30 | Anita Kristiansen | Lillehammer | 01.07.2001 |
| 13,86 | Silje Kristin Nilsen | Bergsøy | 25.05.1999 |
| 13,93 | Maren Nordang | Gøteborg | 26.06.2009 |
| 13,94 | Birgitte Løvoll | Ålesund | 07.09.1985 |

200 m Manuelle tider

| | | | |
|------|------------------------|-------------|------------|
| 25,3 | Kari Lundestad | Ørsta | 04.08.1985 |
| 25,9 | Ingrid Hjørdis Bjørdal | Ørsta | 07.07.1994 |
| 26,7 | Ida Kristine Myrold | Straumsnes | 13.06.2004 |
| 26,9 | Grete Bjørdalsbakke | Lyngby - Da | 18.07.1976 |
| 27,3 | Åse Aam | Tønsberg | 07.09.1963 |
| 27,9 | Lene Kristiansen | Straumsnes | 13.06.2004 |
| 28,0 | Anita Kristiansen | Straumsnes | 13.06.2004 |
| 28,5 | Ragnhild Norangshol | Ørsta | 14.06.1972 |
| 28,5 | Marianne Liadal | Ørsta | 26.07.1972 |
| 28,8 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 03.09.2002 |

100 m Manuelle tider

| | | | |
|------|------------------------|-----------|------------|
| 10,7 | Kjell Brenne | Tresfjord | 08.07.1965 |
| 11,0 | Karl Johan Hånes | Bergen | 04.10.1963 |
| 11,1 | Kåre Aarseth | Ørsta | 15.09.1965 |
| 11,1 | Anton Røed Kristiansen | Oslo | 02.09.1972 |
| 11,1 | Ivar Lødemel | Bislett | 27.06.1974 |
| 11,3 | Rasmus Lystad | Ålesund | 26.08.1961 |
| 11,4 | Jan Mørkedal | Ørsta | 08.10.1963 |
| 11,4 | Rune Innselset | Gjøvik | 07.09.1975 |
| 11,5 | Otto Botnen | Bislett | 14.09.1966 |
| 11,5 | Torbjørn Ryssevick | Ørsta | 23.06.1968 |

100 m Elektroniske tider

| | | | |
|-------|-------------------------|-------------|------------|
| 11,36 | Jarl Sæten Birkeland | Lillehammer | 29.06.2003 |
| 11,62 | Jørn Erik Norangshol | Lillehammer | 27.06.1999 |
| 11,66 | Andry Andrianjafintrimo | Ørsta | 10.08.1999 |
| 11,73 | Rivo Andrianjafintrimo | Lillehammer | 28.06.1998 |
| 11,94 | Erik Drange Tønnessen | Ørsta | 20.05.2002 |
| 12,14 | Leif Inge Skare | | 1992 |
| 12,27 | Terje Rebbestad | Ørsta | 06.12.2007 |
| 12,28 | Jan Erik Kristiansen | | 1992 |
| 12,30 | Simon Rasmussen | Straumsnes | 18.06.2006 |
| 12,38 | Vidar Opsal | | 1992 |

200 m Manuelle tider

| | | | |
|------|------------------------|-----------------|------------|
| 21,4 | Kjell Brenne | Timisoara - Rom | 01.10.1965 |
| 22,8 | Ivar Lødemel | Stavanger | 02.08.1974 |
| 22,9 | Anton Røed Kristiansen | Nadderud | 13.07.1973 |
| 23,1 | Kåre Aarseth | Ørsta | 02.10.1965 |
| 23,3 | Rasmus Lystad | Hamar | 04.08.1962 |
| 23,3 | Øystein Sæther | Ålesund | 29.09.1974 |
| 23,4 | Rune Innselset | Ålesund | 24.06.1976 |
| 23,5 | Jostein Kongsvoll | Trondheim | 11.08.1966 |
| 23,5 | Jarl Sæten Birkeland | Ørsta | 03.09.2002 |
| 23,6 | Ottar Pilskog | Ørsta | 23.06.1971 |

10 BESTE RESULTAT - LØP

200 m Elektroniske tider

| | | | |
|--------------|-----------------------------|-----------------|-------------------|
| 25,33 | Hannah Marie Skjeret | Nadderud | 14.06.2013 |
| 25,55 | Kari Lundestad | Steinkjer | 1985 |
| 26,01 | Ida Kristine Myrøld | Moss | 03.09.2005 |
| 26,17 | Ingrid Hjørdis Bjørdal | Kristiansund | 12.08.1994 |
| 26,65 | Aina Opsal Bakke | Lillehammer | 21.06.2007 |
| 26,91 | Lene Kristiansen | Molde | 13.06.1998 |
| 27,82 | Anita Kristiansen | Lillehammer | 29.06.2001 |
| 27,87 | Maren Nordang | Gøteborg | 27.06.2009 |
| 28,82 | Benedicte Aambakk | Ørsta | 29.05.2001 |
| 28,86 | Silje Kristin Nilsen | Ørsta | 06.06.1999 |

400 m Manuelle tider

| | | | |
|------|-------------------------|---------|------------|
| 56,6 | Ingrid Hjørdis Bjørdal | Ørsta | 10.09.1994 |
| 56,9 | Kari Lundestad | Ørsta | 01.09.1984 |
| 61,8 | Grete Bjørdalbakke | Ørsta | 11.10.1975 |
| 62,5 | Ragnhild Norangshol | Aksla | 02.09.1972 |
| 64,0 | Anne Lisbeth Opsal | Volda | 18.08.1979 |
| 64,1 | Ida Kristine Myrøld | Ørsta | 10.06.2003 |
| 65,0 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 03.09.2002 |
| 65,8 | Ragnhild Sætre | Ålesund | 24.06.1976 |
| 66,6 | Elsa Liadal | Ålesund | 13.06.1976 |
| 67,0 | Liv Emblemsvåg | Ålesund | 19.08.1972 |

400 m Elektroniske tider

| | | | |
|--------------|--------------------------------|--------------------|-------------------|
| 56,89 | Ingrid Hjørdis Bjørdal | Huddinge - S | 03.09.1994 |
| 58,11 | Kari Lundestad | Byrkjelo | 06.07.1985 |
| 59,59 | Aina Opsal Bakke | Fana | 05.06.2011 |
| 60,63 | Silje Fjørtoft | Ørsta | 19.08.2006 |
| 60,86 | Ida Kristine Myrøld | Straumsnes | 23.07.2005 |
| 61,86 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 07.06.2005 |
| 62,05 | Maria Tamires Birkeland | Lillehammer | 22.06.2013 |
| 64,46 | Lene Kristiansen | Ålesund | 29.08.1998 |
| 64,50 | Marianne Hauge Kriken | | 1994 |
| 65,56 | Anita Kristiansen | Ålesund | 28.08.1999 |

200 m Elektroniske tider

| | | | |
|-------|-------------------------|--------------|------------|
| 23,3 | Jørn Erik Norangshol | Straumsnes | 20.06.1999 |
| 23,42 | Andry Andrianjafintrimo | Lillehammer | 08.08.1998 |
| 23,58 | Jarl Sæten Birkeland | Straumsnes | 22.06.2002 |
| 24,08 | John-Arne Winsnes | Ludwigsh-D | 29.06.1995 |
| 24,41 | Rivo Andrianjafintrimo | Stampesletta | 06.06.1998 |
| 24,46 | Simon Rasmussen | Straumsnes | 17.06.2006 |
| 24,94 | Erik Drange Tønnessen | Ørsta | 16.05.2004 |
| 25,05 | Leif Inge Skare | | 1992 |
| 25,11 | Kjetil Myklebust | Lillehammer | 27.06.1997 |
| 25,18 | Kristian Woldseth | Lillehammer | 22.09.2012 |

400 m Manuelle tider

| | | | |
|------|-------------------------|-----------|------------|
| 48,8 | Ivar Lødemel | Bislett | 12.06.1974 |
| 50,2 | Øystein Sæther | Bislett | 01.07.1976 |
| 50,8 | Kjell Brenne | Ålesund | 09.09.1967 |
| 50,8 | Lars Jostein Norangshol | Ålesund | 21.09.1970 |
| 51,0 | Ottar Pilskog | Trondheim | 12.07.1981 |
| 51,2 | Torbjørn Ryssevik | Molde | 16.06.1968 |
| 51,5 | Oddbjørn Brungot | Molde | 25.06.1972 |
| 51,8 | Jan Mørkedal | Ålesund | 24.08.1968 |
| 52,3 | Anton Røed Kristiansen | Bislett | 24.05.1973 |
| 52,6 | Einar Rostad | Hareid | 08.07.1973 |

400 m Elektroniske tider

| | | | |
|-------|-------------------------|-------------|------------|
| 49,57 | Jørn Erik Norangshol | Levanger | 22.08.1998 |
| 51,99 | John-Arne Winsnes | Ludwigsh-D | 29.06.1995 |
| 51,84 | Simon Rasmussen | Fana | 11.06.2006 |
| 52,00 | Karl Henning Halse | Trondheim | 1986 |
| 52,76 | Jarl Sæten Birkeland | Ålesund | 24.08.2003 |
| 54,34 | Andry Andrianjafintrimo | Lillehammer | 24.06.1995 |
| 54,82 | Kjetil Myklebust | Straumsnes | 05.09.1998 |
| 55,15 | Erik Drange Tønnessen | Elnesvåg | 01.10.2006 |
| 55,54 | Øyvind Sandbakk | Ørsta | 09.06.1998 |
| 56,23 | Kristian Woldseth | Fana | 29.09.2012 |

10 BESTE RESULTAT - LØP

800 m

| | | | |
|---------|-------------------------|-----------|------------|
| 2,13,68 | Silje Fjørtoft | Byrkjelo | 27.08.2006 |
| 2,14,06 | Kristine Eikrem Engeset | Moss | 04.09.2005 |
| 2,24,6 | Ingrid Hjørdis Bjørdal | Hornindal | 09.07.1994 |
| 2,25,7 | Kari Lundestad | Ørsta | 30.09.1984 |
| 2,26,1 | Ragnhild Norangshol | Ørsta | 30.07.1972 |
| 2,26,5 | Line Berg | Bergsøy | 15.09.1985 |
| 2,27,8 | Anne Kristin Sætre | Aksla | 17.08.1980 |
| 2,28,7 | Monica Roth | Bergsøy | 03.08.1986 |
| 2,31,1 | Anne Grete Brautaset | Aksla | 13.06.1981 |
| 2,31,23 | Maria Tamires Birkeland | Fana | 01.06.2012 |

1 000 m

| | | | |
|---------|-------------------------|----------|------------|
| 3,13,13 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 16.10.2004 |
| 3,14,91 | Line Berg | Nadderud | 11.08.1985 |
| 3,15,5 | Silje Fjørtoft | Ørsta | 11.06.2002 |
| 3,21,8 | Anne Kristin Sætre | Ålesund | 19.09.1982 |
| 3,23,7 | Monica Roth | Ørsta | 08.10.1986 |
| 3,31,5 | Merete Vatne | Ørsta | 28.06.1989 |

1 500 m

| | | | |
|---------|-------------------------|-------------|------------|
| 4,28,12 | Silje Fjørtoft | Tønsberg | 08.05.2007 |
| 4,38,59 | Kristine Eikrem Engeset | Haugesund | 07.08.2005 |
| 5,12,10 | Linda Innselset | Ørsta | 19.08.2000 |
| 5,14,00 | Bodil Vartdal Ryste | Ørsta | 07.08.2001 |
| 5,16,0 | Anne Kristin Sætre | Ørsta | 24.09.1980 |
| 5,17,1 | Monica Roth | Lillehammer | 28.06.1986 |
| 5,18,7 | Line Berg | Ørsta | 18.09.1985 |
| 5,22,4 | Anne Grete Brautaset | Ørsta | 24.09.1980 |
| 5,25,0 | Jorid Hovden | Ørsta | 26.07.1972 |
| 5,34,89 | Silje Heltne | Straumsnes | 19.08.2006 |

800 m

| | | | |
|---------|-------------------------|------------|------------|
| 1,51,2 | Ottar Pilskog | Bislett | 26.08.1971 |
| 1,52,4 | Lars Jostein Norangshol | Trondheim | 10.06.1970 |
| 1,53,87 | John-Arne Winsnes | Landau - D | 10.06.1995 |
| 1,54,4 | Øystein Sæther | Larvik | 01.08.1979 |
| 1,55,04 | Simon Rasmussen | Fana | 09.06.2006 |
| 1,55,5 | Oddbjørn Mulelid | Stovner | 31.07.1978 |
| 1,55,9 | Torbjørn Ryssevick | Meisingset | 10.07.1971 |
| 1,56,9 | Karl Henning Halse | Ørsta | 31.05.1986 |
| 1,58,0 | Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 18.08.1996 |
| 1,58,4 | Ole Berget | Bislett | 15.09.1979 |

1 000 m

| | | | |
|---------|--------------------|---------------|------------|
| 2,27,87 | John-Arne Winsnes | Frankfurt - D | 01.05.1996 |
| 2,33,6 | Karl Henning Halse | Ørsta | 08.10.1986 |
| 2,33,9 | John Hånes | Ørsta | 14.07.1971 |
| 2,35,5 | Geir Endal | Ørsta | 19.06.1985 |
| 2,36,3 | Halvard Moe | Ørsta | 19.06.1985 |
| 2,38,7 | Per Johan Sandbakk | Ørsta | 14.07.1976 |
| 2,40,2 | Jørn Helge Egset | Ørsta | 05.09.1990 |
| 2,40,7 | Ståle Liadal | Ørsta | 19.06.1985 |
| 2,41,1 | Nils Vegard Øye | Ørsta | 05.09.1990 |
| 2,42,3 | Arild Bjørdal | Ørsta | 14.07.1976 |

1 500 m

| | | | |
|---------|-------------------------|------------|------------|
| 3,53,65 | John-Arne Winsnes | Ludwigsh-D | 03.06.1995 |
| 3,56,3 | Kåre Heggen | Bislett | 13.07.1976 |
| 3,56,8 | Lars Jostein Norangshol | Bislett | 05.08.1970 |
| 3,57,5 | Per Johan Sandbakk | Bislett | 01.07.1976 |
| 3,58,1 | Karl Henning Halse | Straumsnes | 02.07.1989 |
| 4,01,2 | Leif Muribø | Bislett | 13.07.1977 |
| 4,01,9 | Arild Bjørdal | Ålesund | 19.06.1983 |
| 4,02,4 | Ole Berget | Bislett | 13.07.1977 |
| 4,03,7 | Ottar Pilskog | Ørsta | 02.06.1971 |
| 4,04,3 | John Hånes | Ålesund | 18.08.1972 |

10 BESTE RESULTAT - LØP

3 000 m

| | | | |
|----------|-------------------------|-----------|------------|
| 9,30,25 | Silje Fjørtoft | Tønsberg | 08.03.2007 |
| 9,53,12 | Kristine Eikrem Engeset | Haugesund | 07.08.2005 |
| 10,59,44 | Bodil Vartdal Ryste | Ørsta | 27.09.1997 |
| 11,38,1 | Grete Hjelle | Ørsta | 06.10.1982 |
| 11,51,9 | Dagrun Opsal | Ørsta | 12.06.1979 |
| 11,55,0 | Anne Mari Sætre | Ørsta | 30.09.1978 |
| 11,55,36 | Silje Heltne | Ørsta | 17.06.2006 |
| 12,21,2 | Monica Roth | Ørsta | 08.06.1988 |
| 12,24,2 | Anne Kristin Sætre | Ørsta | 02.09.1984 |
| 13,08,1 | Kari Lundestad | Ørsta | 29.09.1982 |

5 000 m

| | | | |
|---------|-------------------------|-------|------------|
| 17,43,1 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 20.09.2005 |
| 18,34,5 | Silje Fjørtoft | Ørsta | 20.09.2005 |
| 24,33,2 | Kari Lundestad | Ørsta | 01.09.1982 |

3 000 m

| | | | |
|---------|-------------------------|-----------------|------------|
| 8,36,9 | Per Johan Sandbakk | Bislett | 24.07.1979 |
| 8,37,4 | Kåre Heggen | Byrkjelo | 17.07.1976 |
| 8,37,8 | Arild Bjørdal | Ålesund | 13.07.1983 |
| 8,49,6 | Leif Muribø | Bislett | 24.07.1979 |
| 8,55,35 | Jørn Helge Egset | Tsjekkoslovakia | 28.06.1990 |
| 8,59,58 | Øyvind Sandbakk | Elnesvågen | 18.09.1999 |
| 8,59,6 | Johan Kjøde | Ålesund | 11.09.1965 |
| 8,59,8 | Lars Jostein Norangshol | Ørsta | 26.08.1970 |
| 9,01,4 | Ole Berget | Stovner | 15.06.1977 |
| 9,03,6 | Odd Foldal | Ørsta | 27.09.1972 |

5 000 m

| | | | |
|----------|--------------------|------------|------------|
| 14,46,8 | Kåre Heggen | Stovner | 28.07.1976 |
| 14,52,33 | Arild Bjørdal | Fana | 09.07.1983 |
| 14,54,8 | Per Johan Sandbakk | Årdal | 15.08.1981 |
| 15,25,4 | Leif Muribø | Hareid | 03.09.1978 |
| 15,33,97 | Jørn Helge Egset | Overhalla | 30.05.1992 |
| 15,40,0 | Jon Øyvind Strand | Sunnalsøra | 10.09.1978 |
| 15,45,4 | Per Atle Røe | Ålesund | 24.08.1980 |
| 15,46,3 | Erlend Slokvik | Ålesund | 23.09.1979 |
| 15,48,6 | Øyvind Sandbakk | Ålesund | 28.08.1999 |
| 15,51,6 | Odd Foldal | Ørsta | 13.09.1972 |

10 000 m

| | | | |
|----------|------------------------|--------------|------------|
| 30,49,76 | Arild Bjørdal | Byrkjelo | 25.07.1982 |
| 31,14,99 | Per Johan Sandbakk | Byrkjelo | 25.07.1982 |
| 32,29,2 | Kåre Heggen | Ørsta | 10.08.1976 |
| 32,45,2 | Leif Muribø | Ørsta | 10.08.1976 |
| 32,58,0 | Odd Foldal | Hareid | 04.09.1974 |
| 33,20,6 | Karl Johan Vartdal | Aksla | 09.06.1982 |
| 34,24,5 | Per Atle Røe | Ørsta | 12.06.1979 |
| 34,37,8 | Nils Martin Romestrand | Ørsta | 29.08.1973 |
| 34,37,92 | John-Arne Winsnes | Ludwigshaf-D | 05.09.1996 |
| 36,23,0 | Harry Moe | Ørsta | 18.08.1966 |

10 BESTE RESULTAT - LØP

1 Engelsk mil

| | | | |
|---------|-------------------|---------|------------|
| 4,26,1 | Arild Bjørdal | Ålesund | 28.08.1983 |
| 4,35,42 | John-Arne Winsnes | Ålesund | 25.09.1994 |
| 4,36,8 | Tomas Molnes | Ørsta | 25.04.1991 |
| 4,50,7 | Nils Vegard Øye | Ørsta | 25.04.1991 |

100 m hekk Manuelle tider

| | | | |
|------|-----------------------|-----------|------------|
| 15,0 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 01.09.1984 |
| 18,3 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 24.09.2002 |
| 18,4 | Anita Kristiansen | Ørsta | 19.08.2000 |
| 18,4 | May Ch. Myklebust | Trondheim | 30.08.1986 |
| 18,4 | Lene Kristiansen | Ørsta | 24.09.2002 |
| 18,8 | Ida Kristine Myrøld | Ørsta | 14.10.2003 |
| 18,9 | Kari Lundestad | Ørsta | 01.09.1984 |
| 19,4 | Maria Mork | Ørsta | 22.08.1981 |
| 21,9 | Karin Yksnøy Bergmann | Ørsta | 24.09.2002 |

110 m hekk Manuelle tider

| | | | |
|------|------------------------|-----------|------------|
| 15,8 | Jan Mørkedal | Ørsta | 16.08.1964 |
| 16,4 | Oddbjørn Brungot | Hamar | 09.09.1972 |
| 16,9 | Jørn Erik Norangshol | Trondheim | 25.09.1999 |
| 17,1 | Yngve Sporstøl | Ørsta | 09.06.1990 |
| 19,3 | Hans Lundestad | Ørsta | 13.10.1985 |
| 19,5 | Anton Røed Kristiansen | Sandane | 14.08.1971 |
| 19,9 | Rasmus Lystad | Ørsta | 06.10.1962 |
| 19,9 | Olav Leira | Ørsta | 06.10.1962 |
| 20,7 | Hans Einar Engeset | Ålesund | 29.07.1962 |

100 m hekk Elektroniske tider

| | | | |
|-------|-----------------------|---------|------------|
| 15,66 | Grete Bjørdalsbakke | Ålesund | 12.09.1981 |
| 15,84 | Lene Kristiansen | Ørsta | 19.08.2000 |
| 17,45 | Anita Kristiansen | Ørsta | 07.08.2004 |
| 17,62 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 07.08.2004 |
| 17,97 | Ida Kristine Myrøld | Ørsta | 28.08.2004 |

110 m hekk Elektroniske tider

| | | | |
|-------|-----------------------|-------|------------|
| 15,98 | Erik Drange Tønnessen | Ørsta | 20.05.2002 |
| 20,88 | Leif Inge Skare | Ørsta | 20.09.1992 |

400 m hekk Manuelle tider

| | | | |
|------|---------------------|-------|------------|
| 67,3 | Kari Lundestad | Ørsta | 04.10.2004 |
| 71,8 | Grete Bjørdalsbakke | Molde | 25.09.1977 |

400 m hekk Manuelle tider

| | | | |
|------|--------------------|----------|------------|
| 55,2 | Oddbjørn Brungot | Nadderud | 15.07.1973 |
| 56,1 | Jan Mørkedal | Bislett | 11.06.1969 |
| 59,0 | Karl Henning Halse | Ålesund | 17.08.1986 |
| 64,0 | Arild Bjørdal | Ålesund | 1984 |
| 64,2 | Hallvard Moe | Ørsta | 25.09.1985 |
| 64,4 | Rasmus Lystad | Ørsta | 06.10.1962 |
| 64,6 | Kjell Petter Stene | Ørsta | 01.08.1981 |
| 64,8 | Asbjørn Gjerset | Elverum | 1965 |

10 BESTE RESULTAT - LØP

400 m hekk Elektroniske tider

| | | | |
|-------|----------------------|---------------|------------|
| 58,84 | Jørn Erik Norangshol | Levanger | 23.08.1998 |
| 60,30 | Øyvind Sandbakk | Sollefteå - S | 08.07.2001 |

2 000 m hinder

| | | | |
|---------|-------------------------|----------|------------|
| 6,48,43 | Silje Fjørtoft | Byrkjelo | 26.08.2006 |
| 6,54,06 | Kristine Eikrem Engeset | Moss | 03.09.2005 |

3 000 m hinder

| | | | |
|---------|-------------------------|------------|------------|
| 9,57,98 | Silje Fjørtoft | Bislett | 15.06.2007 |
| 10,54,4 | Kristine Eikrem Engeset | Straumsnes | 10.07.2005 |

3 000 m hinder

| | | | |
|---------|------------------------|------------|------------|
| 9,12,54 | Arild Bjørdal | Øvre Årdal | 12.06.1983 |
| 9,14,6 | Per Johan Sandbakk | Stovner | 28.08.1976 |
| 9,30,0 | Leif Muribø | Bislett | 01.08.1978 |
| 10,26,0 | Jon P. Vartdal | Hareid | 28.06.1981 |
| 10,29,4 | Nils Martin Romestrand | Hareid | 24.06.1979 |
| 11,34,2 | Dagfinn Nupen | Ålesund | 1956 |



FRIIDRETT

DEI 10 BESTE GJENNOM TIDENE

Endringar for 2013 er utheva

HOPP

KVINNER

Lengde uten tilløp

| | | | |
|------|---------------------|------------|------------|
| 2,84 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 13.03.1982 |
| 2,56 | Marianne Liadal | Ørsta | 22.03.1971 |
| 2,55 | Kari Lundestad | Ulsteinvik | 09.03.1980 |
| 2,53 | Åse Aam | Volda | 27.02.1962 |
| 2,52 | Olianne Olason | Ørsta | 19.03.1972 |
| 2,52 | Bente Vinjevoll | Ørsta | 06.03.1983 |
| 2,49 | Ingerid Qvale | Ørsta | 28.02.1976 |
| 2,49 | Annfrid Hovden | Ørsta | 19.03.1972 |
| 2,46 | Janne Marit Øye | Skodje | 09.03.1982 |
| 2,46 | Marianne Vinjevoll | Ørsta | 14.02.1991 |

Lengde

| | | | |
|------|------------------------|-------------|------------|
| 6,03 | Grete Bjørdalsbakke | Aksla | 23.08.1981 |
| 5,35 | Åse Aam | Tresfjord | 06.07.1963 |
| 5,27 | Ida Kristine Myrold | Ørsta | 26.07.2005 |
| 5,23 | Aina Opsal Bakke | Høddvoll | 22.05.2010 |
| 5,16 | Ingrid Hjørdis Bjørdal | Aksla | 20.06.1992 |
| 5,12 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Lillehammer | 29.06.2002 |
| 5,10 | Anne Lisbeth Opsal | Sandane | 19.09.1981 |
| 5,05 | Lene Kristiansen | Lillehammer | 26.06.1999 |
| 4,97 | Anita Kristiansen | Molde | 16.09.2000 |
| 4,93 | Synnøve Eiksund | Molde | 20.09.1986 |

MENN

Lengde uten tilløp

| | | | |
|------|------------------------|-----------|------------|
| 3,30 | Olav Leira | Trondheim | 23.02.1964 |
| 3,20 | Oddbjørn Brungot | Tønsberg | 10.03.1974 |
| 3,13 | Stein Aam | Ørsta | 18.01.1971 |
| 3,04 | Øystein Dimmen | Ørsta | 19.02.1966 |
| 3,02 | Lars Petter Ose | Ørsta | 15.12.1962 |
| 3,01 | Hans Einar Engeset | Ørsta | 09.12.1961 |
| 3,01 | Morten Vinjevoll | Ørsta | 17.03.1962 |
| 3,00 | Paul Krøvel | Ørsta | 12.05.1951 |
| 3,00 | Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 17.03.1998 |
| 2,97 | Otto Botnen | Ørsta | 11.03.1964 |

Lengde

| | | | |
|------|------------------------|-------------|------------|
| 6,68 | Per Midtkandal | Bergen | 24.06.1966 |
| 6,59 | Kjell Brenne | Ørsta | 16.10.1965 |
| 6,51 | Jarl Sæten Birkeland | Ålesund | 24.08.2003 |
| 6,46 | Karl Johan Hånes | Volda | 07.10.1962 |
| 6,39 | Einar Sjursen | Volda | 23.08.1936 |
| 6,29 | Kåre Aarseth | Ørsta | 02.10.1965 |
| 6,19 | Hermod Arne | Ørsta | 11.09.1948 |
| 6,18 | Rivo Andrianjafintrimo | Lillehammer | 08.08.1998 |
| 6,10 | Jarle Nerbøvik | Ørsta | 03.09.1961 |
| 6,10 | Anton Røed Kristiansen | Langevåg | 15.06.1974 |

10 BESTE RESULTAT - HOPP

Tresteg

| | | | |
|-------|------------------------|------------|------------|
| 11,43 | Aina Opsal Bakke | Lilehammer | 24.06.2011 |
| 10,86 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Molde | 11.06.2005 |
| 10,81 | Maren Nordang | Ørsta | 05.07.2011 |
| 10,72 | Ingrid Hjørdis Bjørdal | Ørsta | 08.06.1993 |
| 10,57 | Ida Kristine Myrold | Molde | 11.06.2005 |
| 10,52 | Lene Kristiansen | Krokum - S | 04.07.1999 |
| 10,26 | Hannah Marie Skjeret | Stjørdal | 29.08.2010 |
| 9,74 | Anita Kristiansen | Ørsta | 24.09.1996 |
| 9,49 | Monica Skare | Ørsta | 27.07.1995 |
| 9,29 | Grete Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 08.10.2010 |

Høgde uten tilløp

| | | | |
|------|-----------------------|------------|------------|
| 1,52 | Grete Bjørdalsbakke | Rosendal | 11.03.1984 |
| 1,30 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 21.02.2002 |
| 1,27 | Ida Kristine Myrold | Ørsta | 28.02.2004 |
| 1,26 | Kari Lundestad | Elnesvågen | 01.03.1981 |
| 1,24 | Ingerid Qvale | Ørsta | 02.03.1976 |
| 1,19 | Åse Aam | Ørsta | 15.02.1963 |
| 1,17 | Ingild Endal | Ørsta | 28.12.1988 |
| 1,16 | Siri Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 28.10.2004 |
| 1,15 | Marianne Liadal | Ørsta | 22.03.1971 |
| 1,15 | Ingebjørg Ravnå | Ørsta | 22.11.1980 |

Tresteg

| | | | |
|-------|------------------------|--------------|------------|
| 13,78 | Per Midtkandal | Sunnalsøra | 04.06.1966 |
| 13,16 | Jarl Sæten Birkeland | Straumsnes | 22.06.2002 |
| 12,86 | Oddbjørn Brungot | Ørsta | 24.09.1973 |
| 12,64 | Harald Bergmann | Molde | 1936 |
| 12,55 | Jan Mørkedal | Ørsta | 16.08.1976 |
| 12,51 | Lars Petter Ose | Volda | 07.06.1962 |
| 12,48 | Erik Drange Tønnessen | Ørsta | 20.08.2006 |
| 12,39 | Hans Einar Engeset | Larsnes | 22.07.1962 |
| 12,37 | Kåre Aarseth | Ørsta | 06.10.1966 |
| 12,26 | Rivo Andrianjafintrimo | Bollsnäs - S | 05.06.1997 |

Høgde uten tilløp

| | | | |
|------|-----------------------|------------|------------|
| 1,65 | Yngve Sporstøl | Valderøy | 03.03.1990 |
| 1,60 | Øystein Dimmen | Sandnes | 06.03.1966 |
| 1,60 | Hans Lundestad | Ørsta | 29.12.1984 |
| 1,57 | Oddbjørn Brungot | Elnesvågen | 02.03.1975 |
| 1,48 | Erik Drange Tønnessen | Ørsta | 21.02.2002 |
| 1,45 | Vidar Grimstad | Ørsta | 03.02.1976 |
| 1,44 | Rasmus Lystad | Ørsta | 19.01.1963 |
| 1,44 | Stein Aam | Ørsta | 14.01.1972 |
| 1,42 | Harry Moe | Ørsta | 15.12.1962 |
| 1,42 | Per Midtkandal | Hovdebygda | 08.02.1966 |

10 BESTE RESULTAT - HOPP

Høgde

| | | | |
|------|-----------------------|--------------|------------|
| 1,85 | Grete Bjørdalsbakke | Steinkjer | 17.09.1983 |
| 1,65 | Ingvild Endal | Steinkjer | 06.07.1988 |
| 1,58 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 30.07.2002 |
| 1,50 | Kari Lundestad | Ørsta | 25.06.1980 |
| 1,50 | Inger Madsen | Ålesund | 13.06.1981 |
| 1,50 | Ida Kristine Myrøld | Ørsta | 18.05.2003 |
| 1,50 | Kristine Trettø | Lillehammer | 21.06.2008 |
| 1,50 | Hannah Marie Skjeret | Ørsta | 22.08.2009 |
| 1,48 | Åse Aam | Nordfjordeid | 20.07.1963 |
| 1,48 | Marianne Liadal | Ørsta | 13.07.1972 |

Stav

| | | | |
|------|-----------------------|-------|------------|
| 2,10 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 03.09.2002 |
| 1,80 | Kristine Trettø | Molde | 17.06.2007 |

Høgde

| | | | |
|------|-----------------------|-------------|------------|
| 2,00 | Hans Lundestad | Moss | 23.06.1984 |
| 2,00 | Yngve Sporstøl | Fredrikstad | 22.07.1989 |
| 1,90 | Erik Drange Tønnessen | Elnesvågen | 24.08.2002 |
| 1,86 | Øyvind Sandbakk | Straumsnes | 21.06.1997 |
| 1,76 | Alf Bjørdal | Volda | 1949 |
| 1,76 | Per Midtkandal | Ålesund | 11.09.1965 |
| 1,76 | Knut Sæter | Florø | 10.10.1970 |
| 1,74 | Einar Sjursen | Ørsta | 29.09.1936 |
| 1,72 | Tormod Opsal | Ørsta | 12.06.1966 |
| 1,70 | Hallgeir Muren | Volda | 15.09.1982 |

Stav

| | | | |
|------|-----------------------|---------------|------------|
| 3,50 | Erik Drange Tønnessen | Elnesvågen | 01.10.2006 |
| 3,30 | Sindre Sandbakk | Sollefteå - S | 07.08.2001 |
| 3,20 | Øyvind Sandbakk | Krokum - S | 04.07.1999 |
| 3,15 | Leif Inge Skare | Ørsta | 20.09.1992 |
| 3,05 | Arild Bjørdal | Ørsta | 28.08.1984 |
| 3,00 | Arnfinn Haug | Ørsta | 19.06.1985 |
| 2,90 | Stig Brautaset | Ørsta | 10.07.1985 |
| 2,90 | Yngve Sporstøl | Ørsta | 09.06.1990 |
| 2,83 | Jarl Sæten Birkeland | Ørsta | 03.09.2002 |
| 2,80 | Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 12.09.1995 |



FRIIDRETT

DEI 10 BESTE GJENNOM TIDENE

Endringar for 2013 er utheva

KAST

KVINNER

| Kule | Namn | Stad | Dato |
|-------|-----------------------|------------|------------|
| 11,87 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 28.09.1980 |
| 11,86 | Ingerid Qvale | Sunnalsøra | 31.08.1975 |
| 10,43 | Åse Aam | Ålesund | 27.07.1963 |
| 10,14 | Lene Kristiansen | Bergsøy | 18.06.2005 |
| 10,10 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 28.08.2004 |
| 9,87 | Anne-Line Gausdal | Askøy | 16.06.2007 |
| 9,32 | Anita Kristiansen | Molde | 11.06.2005 |
| 9,26 | Anne Karine Graaner | Sandane | 17.09.1981 |
| 9,22 | Liv Breivik | Ørsta | 25.08.1979 |
| 9,04 | Elin Opsal | Skodje | 19.08.1979 |

| Diskos | Namn | Stad | Dato |
|--------|-----------------------|-------------|------------|
| 42,30 | Ingerid Qvale | Løten | 11.10.1975 |
| 30,85 | Lene Kristiansen | Lillehammer | 28.06.2003 |
| 30,84 | Grete Bjørdalsbakke | Aksla | 20.09.1979 |
| 30,32 | Anita Kristiansen | Trondheim | 25.06.2005 |
| 29,04 | Bodil Vartdal Ryste | Aksla | 14.08.1994 |
| 27,85 | Anne-Line Gausdal | Straumsnes | 06.09.2007 |
| 27,30 | Åse Aam | Ørsta | 24.06.1963 |
| 26,76 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Straumsnes | 22.06.2002 |
| 24,18 | Liv Emblemsvåg | Ørsta | 11.08.1973 |
| 23,82 | Liv Breivik | Ørsta | 11.08.1973 |

MENN

| Kule | Namn | Stad | Dato |
|-------|-----------------------|-------|------------|
| 13,10 | Nils Aarskog | Ørsta | 10.05.1967 |
| 12,58 | Erik Drange Tønnessen | Molde | 10.06.2006 |
| 12,55 | Harald Bergmann | Molde | 07.08.1938 |
| 12,41 | Arnor Bergmann | Ørsta | 14.06.1938 |
| 11,98 | Bernhald Bergmann | Volda | 24.08.1947 |
| 11,46 | Eldar Høydal | Volda | 20.09.1980 |
| 11,32 | Knut Olav Melle | Ørsta | 04.05.1995 |
| 11,19 | Jan Egil Romestrand | Ørsta | 15.05.1999 |
| 11,13 | Tor Bergmann | Ørsta | 27.08.1932 |
| 11,09 | Egil Rustad | Ørsta | 18.08.1982 |

| Diskos | Namn | Stad | Dato |
|--------|-----------------------|------------|------------|
| 37,28 | Andreas Langlo | Hudiksvall | 12.09.2004 |
| 36,66 | Eldar Høydal | Ørsta | 08.10.1980 |
| 35,98 | Tore Nyløkken | Ørsta | 02.10.1976 |
| 35,33 | Jan Egil Romestrand | Ørsta | 09.09.1999 |
| 34,95 | Karl Blindheim | Ørsta | 31.07.1937 |
| 34,90 | Kåre Aarseth | Ørsta | 27.09.1967 |
| 34,85 | Otto Botnen | Ørsta | 14.09.1966 |
| 34,82 | Erik Drange Tønnessen | Ørsta | 06.05.2004 |
| 33,98 | Bernhard Bergmann | Ålesund | 12.08.1951 |
| 33,00 | Hermod Arne | Ørsta | 26.09.1951 |

10 BESTE RESULTAT - KAST

| Spyd | Namn | Stad | Dato | Spyd | Namn | Stad | Dato |
|---------------|------------------------|-------------|-------------|---------------|-------------------------|-------------|-------------|
| 40,57 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Lillehammer | 27.06.2004 | 54,72 | Arild Amundsen | Molde | 06.05.1995 |
| 40,54 | Lene Kristiansen | Lillehammer | 27.06.2004 | 54,15 | Erik Drange Tønnessen | Ørsta | 11.06.2002 |
| 37,63 | Anita Kristiansen | Lillehammer | 26.06.2005 | 42,64 | Andreas Langlo | Molde | 19.09.2004 |
| 34,88 | Maren Nordang | Ørsta | 07.06.2011 | 40,32 | Arnstein Sandvik | Ørsta | 21.09.1993 |
| 28,26 | Grete Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 22.10.2005 | 41,07 | Kari Are Kristiansen | Ørsta | 19.08.2006 |
| 27,36 | Siri Bjørdalsbakke Mo | Ulsteinvik | 26.05.2007 | 38,72 | Jarl Sæten Birkeland | Ørsta | 08.10.2002 |
| 22,70 | Ida Kristine Myrøld | Ørsta | 08.10.2002 | 38,24 | Andry Andrianjafintrimo | Ørsta | 09.06.1998 |
| 22,28 | Karin Yksnøy Bergmann | Aksla | 14.09.2002 | 36,23 | Kjetil Myklebust | Aksla | 06.06.1999 |
| 21,99 | Anne-Line Gausdal | Straumsnes | 18.08.2007 | 36,16 | Even Bjerkhagen Standal | Lillehammer | 28.06.2003 |
| 17,29 | Silje Kristin Nilsen | Ørsta | 20.06.2000 | 35,42 | Petter Lars Bergmann | Bergsøy | 27.05.1995 |
| Slegge | Namn | Stad | Dato | Slegge | Namn | Stad | Dato |
| 36,94 | Anita Kristiansen | Ørsta | 02.09.2006 | 33,03 | Erik Drange Tønnessen | Ørsta | 20.08.2006 |
| 31,86 | Anne-Line Gausdal | Askøy | 16.06.2007 | 32,35 | Øyvind Opsal Bakke | Elnesvågen | 18.09.2005 |
| 29,93 | Lene Kristiansen | Elnesvågen | 22.08.2004 | 29,40 | Arild Bjørdal | Ørsta | 08.10.1980 |
| 25,87 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 29.08.2004 | 27,14 | Jørn Erik Norangshol | Levanger | 23.08.1998 |
| 23,23 | Grete Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 01.10.2002 | 26,18 | Andras Langlo | Ørsta | 28.08.2004 |
| 23,15 | Tove Lise Norangshol | Overhalla | 03.08.1996 | 25,88 | Kjetil Myklebust | Bergsøy | 06.09.1997 |
| 20,18 | Ingerid Qvale | Løten | 11.10.1975 | 25,38 | Stein Aam | Ørsta | 30.07.1975 |
| 17,61 | Kari Lundestad Myrøld | Ørsta | 25.09.2001 | 24,60 | Eldar Høydal | Ørsta | 08.10.1980 |
| 17,51 | Heidi Lid | Ørsta | 10.04.2007 | 23,74 | Per Johan Sandbakk | Ørsta | 30.07.1975 |
| 12,12 | Bodil Vartdal Ryste | Ørsta | 20.09.1994 | 23,40 | Øyvind Sandbakk | Bergsøy | 06.09.1997 |



FRIIDRETT

ALDERSREKORDAR LØP 10 - 18 ÅR

Nye aldersrekordar for 2013 er utheva

Jenter

40 meter - Elektroniske tider

| | | | | |
|-------|------|------------------|-------|------------|
| 10 år | 7,16 | Åshild Opsal | Ørsta | 18.08.2009 |
| 11 år | 6,59 | Aina Opsal Bakke | Fana | 12.07.2004 |
| 12 år | 6,19 | Aina Opsal Bakke | Fana | 05.06.2005 |

60 meter - Manuelle tider

| | | | | |
|-------|-----|---------------------|----------|------------|
| 11 år | 8,5 | Grete Bjørdalsbakke | Konsberg | 04.09.1971 |
| 12 år | 8,3 | Lene Kristiansen | Ålesund | 24.09.1995 |
| 13 år | 8,1 | Lene Kristiansen | Ørsta | 11.06.1996 |
| 14 år | 8,1 | Kari Lundestad | Ålesund | 15.09.1979 |
| 15 år | 7,8 | Kari Lundestad | Ørsta | 24.09.1980 |
| 16 år | 8,3 | Ida Kristine Myrøld | Ørsta | 27.05.2003 |
| 17 år | 8,3 | Ida Kristine Myrøld | Ørsta | 06.05.2004 |

60 meter - Elektroniske tider

| | | | | |
|--------------|-------------|-----------------------------|-------------|-------------------|
| 10 år | 9,93 | Åshild Opsal | Midsund | 21.05.2009 |
| 11 år | 9,12 | Lene Kristiansen | Bergsøy | 25.05.1994 |
| 12 år | 8,58 | Lene Kristiansen | Oslo | 23.07.1995 |
| 13 år | 8,24 | Lene Kristiansen | Ørsta | 07.09.1996 |
| 14 år | 8,00 | Hannah Marie Skjeret | Lillehammer | 19.06.2010 |
| 15 år | 8,24 | Hannah Marie Skjeret | Fana | 04.06.2011 |
| 16 år | 8,17 | Hannah Marie Skjeret | Fana | 02.06.2012 |
| 17 år | 7,95 | Hannah Marie Skjeret | Fana | 01.06.2013 |
| 18 år | 8,23 | Ida Kristine Myrøld | Fana | 04.06.2005 |

Gutar

40 meter - Elektroniske tider

| | | | | |
|-------|------|---------------------|-------|------------|
| 10 år | 6,93 | Toralv Opsal | Ørsta | 18.09.2008 |
| 11 år | 6,71 | Toralv Opsal | Ørsta | 18.08.2009 |
| 12 år | 6,60 | Toralv Opsal | Ørsta | 01.06.2010 |
| 13 år | 6,72 | Harald Jonas Riiber | Ørsta | 31.07.2008 |

60 meter - Manuelle tider

| | | | | |
|-------|-----|----------------------------|---------|------------|
| 11 år | 8,6 | Rivo Andrianjafintrimo | Molde | 11.09.1993 |
| 12 år | 8,6 | Geir Eiken | Bislett | 21.06.1972 |
| | | 8,6 Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 06.09.1994 |
| 13 år | 8,0 | Rivo Andrianjafintrimo | Ålesund | 24.09.1995 |
| 14 år | 7,3 | Anton Røed Kristiansen | Ørsta | 10.06.1970 |
| 15 år | | | | |
| 16 år | 8,3 | Even Bjekhagen Standal | Ørsta | 28.05.2002 |
| 17 år | 7,3 | Jarl Sæten Birkeland | Ørsta | 28.05.2002 |

60 meter - Elektroniske tider

| | | | | |
|-------|------|-------------------------|-------------|------------|
| 10 år | 9,68 | Arnstein Madsen Stokke | Høddvoll | 27.07.2009 |
| 11 år | 8,90 | Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 06.09.1993 |
| 12 år | 8,65 | Rivo Andrianjafintrimo | Lillehammer | 25.06.1994 |
| 13 år | 8,20 | Rivo Andrianjafintrimo | Kongsberg | 06.09.1995 |
| 14 år | 7,78 | Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 07.09.1996 |
| 15 år | 7,64 | Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 19.08.1997 |
| 16 år | 7,58 | Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 24.09.1998 |
| 17 år | 7,86 | Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 27.07.1995 |
| 18 år | 7,76 | Andry Andrianjafintrimo | Ørsta | 27.05.1997 |

ALDERSREKORDAR LØP

80 meter - Elektroniske tider

| | | | | |
|--------------|--------------|------------------------|--------------|-------------------|
| 10 år | 13,15 | Ina Karen Lianes | Ørsta | 07.06.2005 |
| 11 år | 12,70 | Maria Myklebust | Ørsta | 11.06.2013 |
| 12 år | 11,49 | Aina Opsal Bakke | Ørsta | 07.06.2005 |
| 13 år | 11,11 | Hannah Marie Skjeret | Ørsta | 06.06.2009 |
| 14 år | 11,54 | Aina Opsal Bakke | Ørsta | 06.12.2007 |
| 15 år | 11,07 | Aina Opsal Bakke | Ørsta | 07.06.2008 |
| 16 år | 10,76 | Hannah Marie Skjeret | Ørsta | 19.06.2012 |
| 17 år | 11,06 | Aina Opsal Bakke | Ørsta | 01.06.2010 |
| 18 år | | | | |

100 meter - Manuelle tider

| | | | | |
|-------|------|---------------------|-----------|------------|
| 13 år | 13,7 | Grete Bjørdalsbakke | Ålesund | 16.06.1973 |
| 14 år | 13,0 | Lene Kristiansen | Molde | 14.09.1997 |
| 15 år | 12,6 | Kari Lundestad | Steinkjer | 27.09.1980 |
| 16 år | 12,6 | Kari Lundestad | Ålesund | 22.08.1981 |
| 17 år | 12,3 | Kari Lundestad | Hareid | 22.08.1982 |
| 18 år | 12,4 | Kari Lundestad | Steinkjer | 17.09.1983 |

100 meter - Elektroniske tider

| | | | | |
|--------------|--------------|-----------------------------|-------------------|-------------------|
| 13 år | 13,01 | Hannah Marie Skjeret | Lillehammer | 27.09.2009 |
| 14 år | 12,57 | Hannah Marie Skjeret | Lillehammer | 20.06.2010 |
| 15 år | 12,92 | Lene Kristiansen | Straumsnes | 21.06.1998 |
| 16 år | 12,55 | Hannah Marie Skjeret | Lillehammer | 23.09.2012 |
| 17 år | 12,48 | Hannah Marie Skjeret | Ulsteinvik | 25.05.2013 |
| 18 år | 12,72 | Ida Kristine Myrøld | Lillehammer | 26.06.2005 |

200 meter - Manuelle tider

| | | | | |
|-------|-------|-----------------------|-----------|------------|
| 13 år | 28,80 | Marianne Hauge Kriken | Ørsta | 22.06.1993 |
| 14 år | 28,90 | Marianne Hauge Kriken | Ørsta | 06.09.1994 |
| 15 år | 26,20 | Kari Lundestad | Steinkjer | 28.09.1980 |
| 16 år | 26,10 | Kari Lundestad | Ålesund | 13.08.1981 |
| 17 år | 25,60 | Kari Lundestad | Ålesund | 12.09.1982 |
| 18 år | 25,80 | Kari Lundestad | Steinkjer | 18.09.1983 |

80 meter - Elektroniske tider

| | | | | |
|-------|-------|------------------------|-------|------------|
| 10 år | 12,93 | Arnstein Madsen Stokke | Ørsta | 06.06.2009 |
| 11 år | 12,73 | Toralv Opsal | Ørsta | 06.06.2009 |
| 12 år | 11,89 | Toralv Opsal | Ørsta | 01.06.2010 |
| 13 år | 10,98 | Hadid Tavaen | Ørsta | 06.06.2009 |
| 14 år | 11,82 | Simon Høydal Sætre | Ørsta | 19.06.2012 |
| 15 år | 11,83 | Magnus Urkegjerd | Ørsta | 07.06.2008 |
| 16 år | | | | |
| 17 år | 11,19 | Kai Are Kristiansen | Ørsta | 06.12.2007 |
| 18 år | | | | |

100 meter - Manuelle tider

| | | | | |
|-------|------|------------------------|---------|------------|
| 13 år | 12,8 | Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 12.09.1995 |
| 14 år | 11,7 | Anton Røed Kristiansen | Ørsta | 08.07.1980 |
| 15 år | 11,4 | Anton Røed Kristiansen | Oslo | 11.05.1971 |
| 16 år | 11,1 | Anton Røed Kristiansen | Ålesund | 02.09.1972 |
| 17 år | 11,2 | Ivar Lødemel | Bislett | 25.05.1973 |
| 18 år | 11,1 | Ivar Lødemel | Bislett | 27.06.1974 |

100 meter - Elektroniske tider

| | | | | |
|-------|-------|------------------------|-------------|------------|
| 13 år | 12,98 | Rivo Andrianjafintrimo | Molde | 09.09.1995 |
| 14 år | 12,60 | Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 24.09.1995 |
| 15 år | 11,92 | Rivo Andrianjafintrimo | Lillehammer | 29.06.1997 |
| 16 år | 11,68 | Jarl Sæten Birkeland | Bergen | 08.09.2001 |
| 17 år | 11,58 | Jarl Sæten Birkeland | Ørsta | 20.05.2002 |
| 18 år | 11,36 | Jarl Sæten Birkeland | Lillehammer | 29.06.2003 |

200 meter - Manuelle tider

| | | | | |
|-------|------|------------------------|-----------|------------|
| 13 år | 28,2 | Øyvind Sandbakk | Ørsta | 07.07.1994 |
| 14 år | 25,7 | Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 23.05.1996 |
| 15 år | 23,6 | Anton Røed Kristiansen | Ørsta | 18.08.1971 |
| 16 år | 23,4 | Anton Røed Kristiansen | Ålesund | 18.08.1972 |
| 17 år | 22,9 | Anton Røed Kristiansen | Nadderud | 13.07.1973 |
| 18 år | 22,8 | Ivar Lødemel | Stavanger | 02.08.1974 |

ALDERSREKORDAR LØP

200 meter - Elektroniske tider

| | | | | |
|--------------|--------------|-----------------------------|-----------------|-------------------|
| 10 år | 33,91 | Sigrid Vartdal | Ørsta | 21.08.2011 |
| 11 år | 32,09 | Aina Opsal Bakke | Ørsta | 17.08.2004 |
| 12 år | 28,78 | Aina Opsal Bakke | Fana | 03.06.2005 |
| 13 år | 26,89 | Hannah Marie Skjeret | Lillehammer | 26.09.2009 |
| 14 år | 26,01 | Hannah Marie Skjeret | Lillehammer | 17.06.2010 |
| 15 år | 26,71 | Hannah Marie Skjeret | Lillehammer | 24.06.2011 |
| 16 år | 25,96 | Hannah Marie Skjeret | Lillehammer | 22.09.2012 |
| 17 år | 25,33 | Hannah Marie Skjeret | Nadderud | 14.06.2013 |
| 18 år | 26,01 | Ida Kristine Myrøld | Moss | 03.09.2005 |

300 meter - Manuelle tider

| | | | | |
|-------|-------|-------------------------|-------|------------|
| 14 år | 47,70 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 30.07.2002 |
| 15 år | 45,70 | Ida Kristine Myrøld | Ørsta | 30.07.2002 |

300 meter - Elektroniske tider

| | | | | |
|-------|-------|----------------------|-------|------------|
| 13 år | 47,80 | Aina Opsal Bakke | Ørsta | 28.09.2006 |
| 14 år | 44,01 | Hannah Marie Skjeret | Ørsta | 17.08.2010 |
| 15 år | 43,38 | Aina Opsal Bakke | Ørsta | 07.06.2008 |
| 16 år | 42,86 | Aina Opsal Bakke | Ørsta | 06.06.2009 |
| 17 år | 44,03 | Aina Opsal Bakke | Ørsta | 17.08.2010 |
| 18 år | 43,27 | Aina Opsal Bakke | Ørsta | 05.07.2011 |

400 meter - Manuelle tider

| | | | | |
|-------|------|-------------------------|---------|------------|
| 15 år | 61,4 | Kari Lundestad | Hareid | 22.06.1980 |
| 16 år | 58,8 | Kari Lundestad | Ålesund | 22.08.1981 |
| 17 år | 56,6 | Ingrid Hjørdis Bjørddal | Ørsta | 10.09.1994 |
| 18 år | 60,7 | Kari Lundestad | Ålesund | 28.08.1983 |

400 meter - Elektroniske tider

| | | | | |
|-------|-------|-------------------------|--------------|------------|
| 14 år | 63,85 | Maria Tamires Birkeland | Ørsta | 29.09.2011 |
| 15 år | 63,10 | Aina Opsal Bakke | Straumsnes | 17.08.2008 |
| 16 år | 61,81 | Aina Opsal Bakke | Midsund | 09.08.2009 |
| 17 år | 56,89 | Ingrid Hjørdis Bjørddal | Huddinge - S | 09.09.1994 |
| 18 år | 58,11 | Ingrid Hjørdis Bjørddal | Lillehammer | 24.06.1995 |

200 meter - Elektroniske tider

| | | | | |
|-------|-------|------------------------|-------------|------------|
| 10 år | 35,54 | Elias Nilsen | Ørsta | 06.09.2011 |
| 11 år | 33,65 | Eirik Åmbakk | Ørsta | 21.08.2011 |
| 12 år | 28,96 | Toralv Opsal | Ørsta | 11.09.2010 |
| 13 år | 27,19 | Toralv Opsal | Molde | 29.05.2011 |
| 14 år | 25,86 | Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 24.09.1996 |
| 15 år | 24,83 | Rivo Andrianjafintrimo | Lillehammer | 27.06.1997 |
| 16 år | 23,82 | Jarl Sæten Birkeland | Lillehammer | 29.06.2001 |
| 17 år | 23,58 | Jarl Sæten Birkeland | Straumsnes | 22.06.2002 |
| 18 år | 23,58 | Jarl Sæten Birkeland | Ørsta | 18.05.2003 |

300 meter - Manuelle tider

| | | | | |
|-------|------|-------------------------|-------|------------|
| 14 år | 46,4 | Øyvind Opsal Bakke | Ørsta | 30.07.2002 |
| 15 år | 40,4 | Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 07.09.1993 |
| 16 år | 44,9 | Even Bjerkhagen Standal | Ørsta | 01.10.2002 |
| 17 år | 37,4 | Jarl Sæten Birkeland | Ørsta | 01.10.2002 |

300 meter - Elektroniske tider

| | | | | |
|-------|-------|----------------------|---------------|------------|
| 13 år | 41,69 | Toralv Opsal | Ørsta | 29.09.2011 |
| 14 år | 47,60 | Nazim Rizai | Ørsta | 11.09.2012 |
| 15 år | 44,21 | Kai Are Kristiansen | Ørsta | 13.09.2005 |
| 16 år | 37,42 | Jarl Sæten Birkeland | Sollefteå - S | 08.07.2001 |
| 17 år | 37,34 | Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 01.08.1995 |

400 meter - Manuelle tider

| | | | | |
|-------|------|------------------------|----------|------------|
| 15 år | 54,4 | Ivar Lødemel | Ørsta | 26.05.1971 |
| 16 år | 52,5 | Anton Røed Kristiansen | Farstad | 18.06.1972 |
| 17 år | 49,3 | Ivar Lødemel | Nadderud | 15.07.1973 |
| 18 år | 48,8 | Ivar Lødemel | Bislett | 12.06.1974 |

400 meter - Elektroniske tider

| | | | | |
|-------|-------|----------------------|-------------|------------|
| 15 år | 54,74 | Jørn Erik Norangshol | Molde | 18.09.1973 |
| 16 år | 53,34 | Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 10.09.1994 |
| 17 år | 51,73 | Jørn Erik Norangshol | Lillehammer | 24.06.1995 |
| 18 år | 50,24 | Jørn Erik Norangshol | Bergsøy | 24.08.1996 |

ALDERSREKORDAR LØP

600 meter - Elektroniske tider

| | | | | |
|-------|---------|-------------------------|-------------|------------|
| 10 år | 2,16,97 | Sigrid Vartdal | Ørsta | 20.08.2011 |
| 11 år | 2,01,50 | Ann Lauren Ose | Ørsta | 09.09.2008 |
| 12 år | 1,57,28 | Tone Aarflot Kalland | Lillehammer | 23.06.2005 |
| 13 år | 1,51,64 | Maria Tamires Birkeland | Høddvoll | 19.09.2010 |
| 14 år | 1,43,82 | Kristine Eikrem Engeset | Aksla | 08.06.2002 |
| 15 år | 1,50,57 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 30.09.2003 |
| 16 år | 1,49,83 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 16.10.2004 |

800 meter

| | | | | |
|-------|---------|-------------------------|-------------|------------|
| 11 år | 2,43,40 | Merete Vatne | Ørsta | 24.09.1988 |
| 12 år | 2,31,30 | Monica Roth | Bergsøy | 22.09.1985 |
| 13 år | 2,27,80 | Anne Kristin Sætre | Ålesund | 17.08.1980 |
| 14 år | 2,25,74 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 18.08.2002 |
| 15 år | 2,22,31 | Kristine Eikrem Engeset | Lillehammer | 29.06.2003 |
| 16 år | 2,17,60 | Kristine Eikrem Engeset | Lillehammer | 27.06.2004 |
| 17 år | 2,14,06 | Kristine Eikrem Engeset | Moss | 04.09.2005 |
| 18 år | 2,22,60 | Silje Fjørtoft | Elnesvågen | 18.09.2005 |

1 000 meter

| | | | | |
|-------|---------|-------------------------|----------|------------|
| 11 år | 4,07,00 | Merete Vatne | Ørsta | 12.10.1988 |
| 12 år | 3,27,15 | Monica Roth | Nadderud | 11.08.1985 |
| 13 år | 3,23,70 | Monica Roth | Ørsta | 08.10.1986 |
| 14 år | 3,14,48 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 11.06.2002 |
| 15 år | 3,15,48 | Silje Fjørtoft | Ørsta | 11.06.2002 |
| 16 år | 3,13,13 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 16.10.2004 |
| 17 år | 3,49,20 | Karin Yksnøy Bergmann | Ørsta | 11.06.2002 |

1 000 meter kappgang

| | | | | |
|-------|---------|--------------------------|----------|------------|
| 13 år | 7,04,45 | Andrine Hjellen Haugland | Stjørdal | 08.09.2012 |
| 14 år | 6,20,33 | Maria Tamires Birkeland | Stjørdal | 03.09.2011 |

600 meter - Elektroniske tider

| | | | | |
|-------|---------|---------------------|-------------|------------|
| 10 år | 2,03,53 | Jens Jørgen Winsnes | Høddvoll | 23.05.2010 |
| 11 år | 1,52,75 | Jens Jørgen Winsnes | Ørsta | 20.08.2011 |
| 12 år | 1,49,44 | Toralv Opsal | Lillehammer | 11.09.2010 |
| 13 år | 1,43,04 | Toralv Opsal | Ørsta | 18.09.2011 |
| 14 år | 1,47,00 | Håkon Opsal | Ørsta | 07.09.2010 |
| 15 år | 1,38,32 | Håkon Opsal | Molde | 03.05.2011 |
| 16 år | 1,34,31 | Kristian Woldseth | Molde | 03.05.2011 |

800 meter

| | | | | |
|-------|---------|----------------------|-------------|------------|
| 10 år | 3,00,82 | Håkon Woldsund | Ørsta | 23.08.2008 |
| 11 år | 2,32,82 | Børre Nilsen | Molde | 12.09.1993 |
| 12 år | 2,25,40 | Pål Are Eikrem | Ørsta | 05.10.1995 |
| 13 år | 2,10,90 | Ole Johnny Kvalsund | Bergsøy | 08.08.1987 |
| 14 år | 2,09,52 | Ole Johnny Kvalsund | Lillehammer | 26.06.1988 |
| 15 år | 2,06,32 | Jørn Erik Norangshol | Straumsnes | 25.07.1993 |
| 16 år | 2,01,00 | Geir Endal | Ørsta | 29.09.1984 |
| 17 år | 1,59,40 | Geir Endal | Ålesund | 24.08.1985 |
| 18 år | 1,57,40 | Karl Henning Halse | Ørsta | 26.05.1984 |

1 000 meter

| | | | | |
|-------|---------|----------------------|----------|------------|
| 11 år | 3,26,67 | Tore Sørheim | Nadderud | 11.08.1985 |
| 12 år | 3,17,10 | Pål Arne Eikrem | Ørsta | 28.09.1995 |
| 13 år | 3,08,80 | Pål Arne Eikrem | Ørsta | 17.08.1996 |
| 14 år | 2,57,10 | Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 06.10.1992 |
| 15 år | 2,51,30 | Øyvind Sandbakk | Bismo | 30.06.1996 |
| 16 år | 2,52,56 | Ingar Mikal Halse | Ørsta | 15.08.1996 |
| 17 år | 2,35,50 | Geir Endal | Ørsta | 19.06.1985 |
| 18 år | 2,40,70 | Ståle Liadal | Ørsta | 19.06.1985 |

1 000 meter kappgang

| | | | | |
|-------|---------|--------------|----------|------------|
| 13 år | 6,46,86 | Toralv Opsal | Stjørdal | 03.09.2011 |
|-------|---------|--------------|----------|------------|

ALDERSREKORDAR LØP

1 500 meter

| | | | | |
|-------|---------|-------------------------|-------------|------------|
| 13 år | 5,17,10 | Monica Roth | Lillehammer | 28.06.1986 |
| 14 år | 5,02,73 | Kristine Eikrem Engeset | Lillehammer | 27.06.2002 |
| 15 år | 4,56,50 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 06.09.2003 |
| 16 år | 4,48,71 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 07.08.2004 |
| 17 år | 4,38,59 | Kristine Eikrem Engeset | Haugesund | 07.08.2005 |
| 18 år | 4,44,60 | Silje Fjørtoft | Lillehammer | 23.06.2005 |

2 000 meter

| | | | | |
|-------|---------|-------------------------|-----------|------------|
| 14 år | 7,30,93 | Silje Fjørtoft | Ørsta | 09.10.2001 |
| 15 år | 6,44,52 | Kristine Eikrem Engeset | Overhalla | 31.08.2003 |

3 000 meter

| | | | | |
|-------|----------|-------------------------|------------|------------|
| 15 år | 11,00,06 | Kristine Eikrem Engeset | Straumsnes | 14.09.2003 |
| 16 år | 10,29,96 | Kristine Eikrem Engeset | Fagernes | 15.08.2004 |
| 17 år | 9,53,12 | Kristine Eikrem Engeset | Bergsøy | 19.06.2005 |
| 18 år | 10,12,39 | Silje Fjørtoft | Haugesund | 05.08.2005 |

5 000 meter

| | | | | |
|-------|----------|-------------------------|-------|------------|
| 17 år | 17,43,10 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 20.09.2005 |
| 18 år | 18,34,50 | Silje Fjørtoft | Ørsta | 20.09.2005 |

60 meter hekk - 68 cm - Elektroniske tider

| | | | | |
|-------|-------|-----------------------|-------------|------------|
| 10 år | 12,95 | Sigrid Vardal | Høddvoll | 12.09.2011 |
| 11 år | 12,42 | Åse Øyehaug | Høddvoll | 26.05.2012 |
| 12 år | 11,48 | Aina Opsal Bakke | Nadderud | 19.06.2005 |
| 13 år | 12,41 | Ragnhild Krutnes | Lillehammer | 27.09.2009 |
| 14 år | 12,74 | Siri Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 13.09.2005 |

60 meter hekk - 76,2 cm - Manuelle tider

| | | | | |
|-------|------|-----------------------|------------|------------|
| 11 år | 14,7 | Siri Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 24.09.2002 |
| 12 år | 14,1 | Susanne Klungsøyr | Ørsta | 24.09.2002 |
| 13 år | 12,2 | Lisbeth Lund | Straumsnes | 10.06.1995 |
| 14 år | 13,4 | Maria Gjengedal | Ørsta | 24.09.2002 |

1 500 meter

| | | | | |
|-------|---------|---------------------|------------|------------|
| 12 år | 5,16,70 | Eirik Løvoll | Ørsta | 12.09.1987 |
| 13 år | 4,43,50 | Ole Johnny Kvalsund | Ørsta | 02.08.1987 |
| 14 år | 4,35,50 | Jan Ståle Myklebust | Molde | 10.08.1989 |
| 15 år | 4,25,66 | Ingar Mikal Halse | Molde | 06.09.1992 |
| 16 år | 4,19,00 | Øyvind Sandbakk | Molde | 14.06.1997 |
| 17 år | 4,12,90 | Hallvard Moe | Ålesund | 08.08.1983 |
| 18 år | 4,06,94 | Øyvind Sandbakk | Straumsnes | 12.06.1999 |

2 000 meter

| | | | | |
|-------|---------|-------------------|-------|------------|
| 15 år | 6,13,88 | Odd Magne Liaskar | Florø | 15.09.1999 |
|-------|---------|-------------------|-------|------------|

3 000 meter

| | | | | |
|-------|---------|---------------------|-----------------|------------|
| 15 år | 9,54,60 | Jan Ståle Myklebust | Ørsta | 06.06.1990 |
| 16 år | 9,23,39 | Øyvind Sandbakk | Nesbyen | 03.09.1997 |
| 17 år | 9,08,90 | Jørn Helge Egset | Straumsnes | 11.06.1989 |
| 18 år | 8,55,35 | Jørn Helge Egset | Tsjekkoslovakia | 28.06.1990 |

5 000 meter

| | | | | |
|-------|----------|------------------|---------------|------------|
| 17 år | 15,48,10 | Jørn Helge Egset | Sundsvall - S | 03.06.1989 |
| 18 år | 15,48,60 | Øyvind Sandbakk | Ålesund | 28.08.1999 |

60 meter hekk - 68 cm - Elektroniske tider

| | | | | |
|-------|-------|--------------|----------|------------|
| 10 år | 13,87 | Elias Nilsen | Høddvoll | 12.09.2011 |
| 11 år | 13,96 | Elias Nilsen | Valder | 09.09.2012 |

60 meter hekk - 76,2 cm - Manuelle tider

| | | | | |
|-------|------|----------------------|-------|------------|
| 11 år | 14,2 | Amund Ose Andreassen | Ørsta | 01.08.1987 |
| 12 år | 10,9 | Øyvind Sandbakk | Ørsta | 21.09.1993 |

60 meter hekk - 76,2 cm - Elektroniske tider

| | | | | |
|-------|-------|-----------------|-------------|------------|
| 11 år | 11,12 | Toralv Opsal | Lillehammer | 27.09.2009 |
| 12 år | 10,94 | Øyvind Sandbakk | Ørsta | 17.08.1993 |
| 13 år | 10,07 | Toralv Opsal | Høddvoll | 12.09.2011 |

ALDERSREKORDAR LØP

60 meter hekk - 76,2 cm - Elektroniske tider

| | | | | |
|-------|-------|-----------------------|----------|------------|
| 11 år | 12,74 | Anita Kristiansen | Ørsta | 16.08.1994 |
| 12 år | 11,78 | Marianne Hauge Kriken | Ørsta | 18.08.1992 |
| 13 år | 10,24 | Anita Kristiansen | Ørsta | 18.08.1996 |
| 14 år | 10,89 | Aina Opsal Bakke | Byrkjelo | 07.01.2007 |

80 meter hekk - 76,2 cm - Manuelle tider

| | | | | |
|-------|------|-----------------------|------------|------------|
| 15 år | 13,9 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 30.07.2002 |
| 16 år | 13,9 | Ida Kristine Myrøld | Straumsnes | 21.06.2003 |

80 meter hekk - 76,2 cm - Elektroniske tider

| | | | | |
|-------|-------|------------------|-------------|------------|
| 15 år | 13,06 | Lene Kristiansen | Lillehammer | 26.06.1998 |
|-------|-------|------------------|-------------|------------|

100 meter hekk - 76,2 cm - Elektroniske tider

| | | | | |
|-------|-------|------------------|-------|------------|
| 17 år | 15,82 | Lene Kristiansen | Ørsta | 05.10.2000 |
|-------|-------|------------------|-------|------------|

100 meter hekk - 84,0 cm - Elektroniske tider

| | | | | |
|-------|-------|---------------------|-------|------------|
| 18 år | 18,44 | Ida Kristine Myrøld | Ørsta | 29.09.2005 |
|-------|-------|---------------------|-------|------------|

200 meter hekk - 68,0 cm - Elektroniske tider

| | | | | |
|-------|-------|------------------|----------|------------|
| 11 år | 42,99 | Maria Myklebust | Høddvoll | 25.05.2013 |
| 12 år | 37,85 | Åse Øyehaug | Høddvoll | 25.05.2013 |
| 13 år | 33,74 | Aina Opsal Bakke | Ørsta | 02.09.2006 |

200 meter hekk - 76,2 cm - Elektroniske tider

| | | | | |
|-------|-------|------------------|----------|------------|
| 14 år | 37,72 | Aina Opsal Bakke | Stjørdal | 09.09.2007 |
| 17 år | 34,32 | Lene Kristiansen | Ørsta | 05.10.2000 |

2 000 meter hinder - 76,2 cm

| | | | | |
|-------|---------|-------------------------|------|------------|
| 17 år | 6,54,06 | Kristine Eikrem Engeset | Moss | 03.09.2005 |
| 18 år | 7,24,05 | Silje Fjørtoft | Moss | 03.09.2005 |

3 000 meter hinder

| | | | | |
|-------|----------|-------------------------|-------------|------------|
| 17 år | 10,54,40 | Kristine Eikrem Engeset | Straumsnes | 10.07.2005 |
| 18 år | 11,12,39 | Silje Fjørtoft | Kaunas, LIT | 22.07.2005 |

80 meter hekk - 76,2 cm - Elektroniske tider

| | | | | |
|-------|-------|-----------------|-----------|------------|
| 13 år | 13,86 | Sindre Sandbakk | Kongsberg | 31.08.1997 |
|-------|-------|-----------------|-----------|------------|

80 meter hekk - 84,0 cm - Manuelle tider

| | | | | |
|-------|------|----------------|-----------|------------|
| 14 år | 13,1 | Yngve Sporstøl | Kongsberg | 08.09.1986 |
|-------|------|----------------|-----------|------------|

80 meter hekk - 84,0 cm - Elektroniske tider

| | | | | |
|-------|-------|-----------------|-----------|------------|
| 14 år | 12,78 | Øyvind Sandbakk | Kongsberg | 27.08.1995 |
|-------|-------|-----------------|-----------|------------|

200 meter hekk - 68 cm - Elektroniske tider

| | | | | |
|-------|-------|--------------|-------|------------|
| 13 år | 30,86 | Toralv Opsal | Molde | 28.05.2011 |
|-------|-------|--------------|-------|------------|

200 meter hekk - 76,2 cm - Manuelle tider

| | | | | |
|-------|------|----------------------|---------|------------|
| 15 år | 30,6 | Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 21.09.1993 |
| 17 år | 28,5 | Øyvind Sandbakk | Ålesund | 06.06.1998 |

300 meter hekk - 84,0 cm - Elektroniske tider

| | | | | |
|-------|-------|----------------------|----------|------------|
| 16 år | 45,23 | Jørn Erik Norangshol | Stjørdal | 03.07.1994 |
|-------|-------|----------------------|----------|------------|

300 meter hekk - 91,4cm - Elektroniske tider

| | | | | |
|-------|-------|----------------------|--------------|------------|
| 17 år | 42,64 | Jørn Erik Norangshol | Hørnsand - S | 01.07.1995 |
| 18 år | 40,14 | Jørn Erik Norangshol | Straumsnes | 06.07.1996 |

400 meter hekk - 91,4 cm - Manuelle tider

| | | | | |
|-------|------|----------------------|-------|------------|
| 17 år | 59,7 | Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 28.08.1995 |
|-------|------|----------------------|-------|------------|

400 meter hekk - 91,4 cm - Elektroniske tider

| | | | | |
|-------|-------|----------------------|-------|------------|
| 18 år | 60,18 | Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 10.09.1996 |
|-------|-------|----------------------|-------|------------|

1 500 meter hinder - 76,2 cm

| | | | | |
|-------|---------|-----------------|-------------|------------|
| 16 år | 4,36,17 | Øyvind Sandbakk | Bollnäs - S | 05.06.1997 |
|-------|---------|-----------------|-------------|------------|

2 000 meter hinder - 91,4 cm

| | | | | |
|-------|---------|-------------------|---------|------------|
| 17 år | 6,48,85 | Odd Magne Liaskar | Bergen | 07.09.2001 |
| 18 år | 6,16,46 | Øyvind Sandbakk | Ålesund | 28.08.1999 |



FRIIDRETT

ALDERSREKORDAR HOPP 10 - 18 ÅR

Nye aldersrekordar for 2013 er utheva

Jenter

Lengde uten tilløp

| | | | | |
|-------|------|---------------------|-------|------------|
| 10 år | 2,02 | Maria Myklebust | Ørsta | 05.12.2012 |
| 11 år | 2,30 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 17.12.1971 |
| 12 år | 2,46 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 15.12.1972 |
| 13 år | 2,54 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 17.03.1973 |
| 14 år | 2,63 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 20.12.1974 |
| 15 år | 2,59 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 31.01.1975 |
| 16 år | 2,74 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 17.12.1976 |
| 17 år | 2,79 | Grete Bjørdalsbakke | Askøy | 06.03.1977 |
| 18 år | 2,82 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 28.11.1978 |

Lengde

| | | | | |
|-------|------|---------------------|-------------|------------|
| 11 år | 4,52 | Grete Bjørdalsbakke | Kongsberg | 05.09.1971 |
| 12 år | 4,84 | Grete Bjørdalsbakke | Kongsberg | 02.09.1972 |
| 13 år | 5,17 | Grete Bjørdalsbakke | Bergen | 26.08.1973 |
| 14 år | 5,21 | Grete Bjørdalsbakke | Ålesund | 24.08.1974 |
| 15 år | 5,34 | Grete Bjørdalsbakke | Noresund | 02.08.1975 |
| 16 år | 5,77 | Grete Bjørdalsbakke | Ålesund | 05.09.1976 |
| 17 år | 5,73 | Grete Bjørdalsbakke | Lillehammer | 27.08.1977 |
| 18 år | 5,76 | Grete Bjørdalsbakke | Steinkjer | 12.08.1978 |

Gutar

Lengde uten tilløp

| | | | | |
|-------|------|------------------------|-------|------------|
| 10 år | 2,09 | Elias Nilsen | Ørsta | 14.12.2011 |
| 11 år | 2,22 | Børre Nilsen | Ørsta | 14.12.1993 |
| 12 år | 2,31 | Toralv Opsal | Ørsta | 09.12.2010 |
| 13 år | 2,62 | Toralv Opsal | Ørsta | 14.12.2011 |
| 14 år | 2,80 | Rune Insetset | Ørsta | 15.12.1972 |
| 15 år | 2,84 | Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 20.03.1997 |
| 16 år | 3,00 | Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 17.03.1998 |
| 17 år | 3,08 | Oddbjørn Brungot | Ørsta | 15.02.1971 |
| 18 år | 3,13 | Oddbjørn Brungot | Ørsta | 28.01.1972 |

Lengde

| | | | | |
|-------|------|------------------------|--------------|------------|
| 11 år | 4,50 | Rivo Andrianjafintrimo | | 1993 |
| 12 år | 4,68 | Geir Eiken | Ørsta | 23.08.1972 |
| 13 år | 5,14 | Rivo Andrianjafintrimo | Molde | 10.09.1995 |
| 14 år | 5,77 | Rivo Andrianjafintrimo | Lillehammer | 23.06.1996 |
| 15 år | 5,95 | Jan Erik Kristiansen | Ørsta | 26.09.1992 |
| 16 år | 6,28 | Jarl Sæten Birkeland | Høddvoll | 19.05.2001 |
| 17 år | 6,37 | Jarl Sæten Birkeland | Ørsta | 08.10.2002 |
| 18 år | 6,60 | Per Midtkandal | Nordfjordeid | 10.10.1965 |

ALDERSREKORDAR HOPP

Lengde med satssone

| | | | | |
|-------|------|----------------------|----------|------------|
| 10 år | 3,60 | Guro Øyehaug | Høddvoll | 21.09.2013 |
| 11 år | 4,36 | Lene Kristiansen | Ørsta | 20.08.1994 |
| 12 år | 4,63 | Aina Opsal Bakke | Ørsta | 28.08.2005 |
| 13 år | 4,97 | Hannah Marie Skjeret | Høddvoll | 13.09.2009 |
| 14 år | 5,00 | Aina Opsal Bakke | Fana | 06.02.2007 |

Tresteg

| | | | | |
|-------|-------|------------------|-------------|------------|
| 13 år | 9,89 | Lene Kristiansen | Ørsta | 24.09.1996 |
| 14 år | 10,55 | Aina Opsal Bakke | Ørsta | 10.04.2007 |
| 15 år | 11,05 | Aina Opsal Bakke | Lillehammer | 27.09.2008 |
| 16 år | 11,42 | Aina Opsal Bakke | Lillehammer | 26.09.2009 |
| 17 år | 11,37 | Aina Opsal Bakke | Nadderud | 12.06.2010 |
| 18 år | 11,43 | Aina Opsal Bakke | Lillehammer | 24.06.2011 |

Tresteg med satssone

| | | | | |
|-------|-------|-------------------------|----------|------------|
| 10 år | 8,07 | Guro Øyehaug | Ørsta | 01.10.2013 |
| 11 år | 8,35 | Maria Tamires Birkeland | Ørsta | 24.08.2008 |
| 11 år | 8,35 | Åse Øyehaug | Ørsta | 11.09.2012 |
| 12 år | 9,78 | Aina Opsal Bakke | Ørsta | 13.09.2005 |
| 13 år | 10,57 | Hannah Marie Skjeret | Stjørdal | 06.09.2009 |
| 14 år | 10,94 | Aina Opsal Bakke | Byrkjelo | 30.06.2007 |

Høgde uten tilløp

| | | | | |
|-------|------|-----------------------|--------|------------|
| 10 år | 0,95 | Åshild Opsal | Ørsta | 12.12.2009 |
| 10 år | 0,95 | Sigrid Vartdal | Ørsta | 14.12.2011 |
| 11 år | 1,13 | Siri Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 21.12.2002 |
| 12 år | 1,20 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 19.03.1972 |
| 13 år | 1,29 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 17.03.1973 |
| 14 år | 1,37 | Grete Bjørdalsbakke | Hareid | 20.12.1974 |
| 15 år | 1,37 | Grete Bjørdalsbakke | Hareid | 08.03.1975 |
| 16 år | 1,46 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 14.12.1976 |
| 17 år | 1,47 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 25.01.1977 |
| 18 år | 1,45 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 26.02.1978 |

Lengde med satssone

| | | | | |
|-------|------|---------------------|------------|------------|
| 10 år | 3,86 | Toralv Opsal | Ørsta | 23.08.2008 |
| 11 år | 4,47 | Kai Are Kristiansen | Ørsta | 12.06.2001 |
| 12 år | 4,81 | Kai Are Kristiansen | Høddvoll | 21.09.2002 |
| 13 år | 5,28 | Toralv Opsal | Høddvoll | 21.05.2011 |
| 14 år | 5,55 | Kai Are Kristiansen | Elnesvågen | 18.09.2004 |

Tresteg

| | | | | |
|-------|-------|------------------------|-------------|------------|
| 13 år | 10,81 | Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 28.09.1995 |
| 14 år | 11,51 | Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 24.09.1996 |
| 15 år | 12,26 | Rivo Andrianjafintrimo | Bollnäs - S | 05.06.1997 |
| 16 år | 12,30 | Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 29.09.1998 |
| 17 år | 13,16 | Jarl Sæten Birkeland | Straumsnes | 22.06.2002 |
| 18 år | 11,91 | Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 24.09.1996 |

Tresteg med satssone

| | | | | |
|-------|-------|----------------------|----------|------------|
| 10 år | 8,23 | Toralv Opsal | Ørsta | 18.09.2008 |
| 11 år | 9,58 | Toralv Opsal | Ørsta | 08.09.2009 |
| 12 år | 10,42 | Toralv Opsal | Ørsta | 17.08.2010 |
| 13 år | 11,42 | Toralv Opsal | Byrkjelo | 01.07.2011 |
| 14 år | 9,46 | Joar Sæten Birkeland | Ørsta | 29.09.2005 |

Høgde uten tilløp

| | | | | |
|-------|------|-------------------|------------|------------|
| 10 år | 0,90 | Toralv Opsal | Ørsta | 06.02.2008 |
| 11 år | 1,17 | Kjetil Aarseth | Ulsteinvik | 11.11.1984 |
| 12 år | 1,20 | Geir Arne Aarseth | Ørsta | 12.12.1983 |
| 13 år | 1,37 | Yngve Sporstøl | Ørsta | 29.12.1985 |
| 14 år | 1,40 | Yngve Sporstøl | Ørsta | 30.12.1986 |
| 15 år | 1,50 | Yngve Sporstøl | Ørsta | 28.12.1987 |
| 16 år | 1,55 | Yngve Sporstøl | Ørsta | 28.12.1988 |
| 17 år | 1,50 | Hans Lundestad | Ørsta | 06.03.1973 |
| 18 år | 1,65 | Yngve Sporstøl | Ørsta | 03.03.1990 |

ALDERSREKORDAR HOPP

Høgde

| | | | | |
|-------|------|----------------------|---------------|------------|
| 10 år | 1,15 | Åshild Opsal | Ørsta | 23.08.2009 |
| 10 år | 1,15 | Felicia Lerkerød Flo | Ørsta | 24.07.2012 |
| 11 år | 1,40 | Ingvild Endal | Kristiansund | 14.09.1986 |
| 12 år | 1,54 | Ingvild Endal | Ulsteinvik | 16.08.1987 |
| 13 år | 1,65 | Ingvild Endal | Steinkjer | 06.07.1988 |
| 14 år | 1,65 | Ingvild Endal | Stovner, Oslo | 29.06.1989 |
| 15 år | 1,62 | Grete Bjørdalsbakke | Hareid | 27.08.1975 |
| 16 år | 1,70 | Grete Bjørdalsbakke | Lyngby - Da | 17.07.1976 |
| 17 år | 1,77 | Grete Bjørdalsbakke | Greve - Da | 14.08.1977 |
| 18 år | 1,80 | Grete Bjørdalsbakke | Gjøvik | 26.08.1978 |

Stav

| | | | | |
|-------|------|-----------------------|-------|------------|
| 14 år | 1,80 | Kristine Trettø | Molde | 17.06.2007 |
| 15 år | 2,10 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 03.09.2002 |
| 16 år | 1,53 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 07.10.2003 |

Høgde

| | | | | |
|-------|------|---------------------|--------------|------------|
| 10 år | 1,20 | Toralv Opsal | Høddvoll | 31.05.2008 |
| 11 år | 1,40 | Toralv Opsal | Høddvoll | 26.06.2009 |
| 12 år | 1,54 | Ole Johnny Kvalsund | Kristiansund | 13.06.1986 |
| 13 år | 1,65 | Ole Johnny Kvalsund | Ørsta | 08.08.1987 |
| 14 år | 1,80 | Yngve Sporstøl | Molde | 20.09.1986 |
| 15 år | 1,93 | Yngve Sporstøl | Ørsta | 01.08.1987 |
| 16 år | 1,94 | Yngve Sporstøl | Steinkjer | 07.08.1988 |
| 17 år | 2,00 | Yngve Sporstøl | Fredrikstad | 22.07.1989 |
| 18 år | 2,00 | Hans Lundestad | Moss | 23.06.1984 |

Stav

| | | | | |
|-------|------|-----------------|---------------|------------|
| 11 år | 2,13 | Sindre Sandbakk | Ørsta | 12.09.1995 |
| 12 år | 2,29 | Sindre Sandbakk | Ørsta | 10.09.1996 |
| 13 år | 2,70 | Sindre Sandbakk | Kongsberg | 30.08.1997 |
| 14 år | 3,00 | Sindre Sandbakk | Ørsta | 23.07.1998 |
| 15 år | 3,16 | Øyvind Sandbakk | Ørsta | 10.09.1996 |
| 16 år | 3,20 | Sindre Sandbakk | Levanger | 06.07.2000 |
| 17 år | 3,30 | Sindre Sandbakk | Sollefteå - S | 08.07.2001 |
| 18 år | 3,20 | Øyvind Sandbakk | Krokum - S | 04.07.1999 |

FRIIDRETT

ALDERSREKORDAR KAST - MANGEKAMP 10 - 18 ÅR

Nye aldersrekordar for 2013 er utheva



Jenter

Kule 2 kg

| | | | | |
|-------|-------|--------------------------|-------|------------|
| 10 år | 7,19 | Anna Hjellen Haugland | Ørsta | 18.08.2012 |
| 11 år | 8,34 | Sigrun Heltne | | 1985 |
| 12 år | 10,49 | Bodil Vartdal Ryste | | 1991 |
| 13 år | 9,81 | Andrine Hjellen Haugland | Ørsta | 08.05.2012 |

Kule 3 kg

| | | | | |
|-------|-------|-----------------------|---------|------------|
| 11 år | 6,66 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 02.10.1971 |
| 12 år | 7,85 | Liv Wenche Frøland | Ørsta | 09.10.1971 |
| 13 år | 8,94 | Anita Kristiansen | Ørsta | 07.09.1996 |
| 14 år | 9,81 | Lene Kristiansen | Molde | 14.09.1997 |
| 15 år | 11,16 | Lene Kristiansen | Ålesund | 06.06.1998 |
| 16 år | 11,07 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Bergen | 01.06.2003 |

Kule 4 kg

| | | | | |
|-------|-------|---------------------|---------|------------|
| 15 år | 10,05 | Grete Bjørdalsbakke | Skodje | 21.09.1975 |
| 16 år | 10,04 | Grete Bjørdalsbakke | Ålesund | 24.06.1976 |
| 17 år | 10,73 | Grete Bjørdalsbakke | Ålesund | 18.09.1977 |
| 18 år | 11,86 | Ingerid Qvale | Løten | 31.08.1975 |

Diskos 0,6 kg

| | | | | |
|-------|-------|---------------------|------------|------------|
| 10 år | 16,40 | Åshild Opsal | Ørsta | 06.08.2009 |
| 11 år | 20,31 | Åshild Opsal | Ørsta | 12.08.2010 |
| 12 år | 28,34 | Åshild Opsal | Hässelholm | 31.07.2011 |
| 13 år | 36,30 | Anita Kristiansen | Bislett | 28.06.1996 |
| 14 år | 34,16 | Bodil Vartdal Ryste | Kongsberg | 29.08.1993 |

Gutar

Kule 2 kg

| | | | | |
|-------|-------|-----------------|-------|------------|
| 10 år | 9,82 | Toralv Opsal | Ørsta | 19.08.2008 |
| 11 år | 12,54 | Toralv Opsal | Ørsta | 20.11.2009 |
| 12 år | 12,24 | Tarjei Almestad | Ørsta | 12.09.1995 |

Kule 3 kg

| | | | | |
|-------|-------|---------------|----------|------------|
| 11 år | 9,50 | Toralv Opsal | Ørsta | 20.11.2009 |
| 12 år | 11,67 | Frode Eidheim | Ørsta | 17.09.1986 |
| 13 år | 13,42 | Toralv Opsal | Byrkjelo | 02.07.2011 |
| 14 år | 13,49 | Rune Skår | Skodje | 10.09.1972 |

Kule 4 kg

| | | | | |
|-------|-------|-----------|---------|------------|
| 15 år | 14,83 | Rune Skår | Bergen | 05.08.1973 |
| 16 år | 15,63 | Rune Skår | Ålesund | 08.06.1974 |

Kule 5 kg

| | | | | |
|-------|-------|--------------------|------------|------------|
| 16 år | 10,56 | Øyvind Opsal Bakke | Hudiksvall | 11.09.2004 |
| 17 år | 7,50 | Kristian Woldseth | Ørsta | 05.12.2012 |

Kule 5,5 kg

| | | | | |
|-------|-------|--------------|-------|------------|
| 17 år | 14,42 | Nils Aarskog | Ørsta | 17.06.1966 |
| 18 år | 13,60 | Nils Aarskog | Ørsta | 12.07.1967 |

Diskos 0,6 kg

| | | | | |
|-------|-------|------------------------|-------|------------|
| 10 år | 13,71 | Arnstein Madsen Stokke | Ørsta | 18.09.2009 |
| 11 år | 31,08 | Toralv Opsal | Ørsta | 18.08.2009 |
| 12 år | 19,39 | Kai Are Kristiansen | Ørsta | 03.09.2002 |

ALDERSREKORDAR KAST + MANGEKAMP

Diskos 0,75 kg

| | | | | |
|-------|--------------|---------------------------------|-----------------|-------------------|
| 14 år | 22,64 | Andrine Hjellen Haugland | Byrkjelo | 29.06.2013 |
| 15 år | 34,88 | Lene Kristiansen | Straumsnes | 02.06.1998 |
| 16 år | 33,32 | Lene Kristiansen | Lillehammer | 25.06.1999 |

Diskos 1,0 kg

| | | | | |
|-------|-------|------------------|-------|------------|
| 17 år | 29,36 | Lene Kristiansen | Molde | 16.09.2000 |
| 18 år | 42,30 | Ingerid Qvale | Løten | 11.10.1975 |

Slegge 2,0 kg

| | | | | |
|-------|-------|----------------------|-------|------------|
| 10 år | 19,71 | Åshild Opsal | Ørsta | 06.08.2009 |
| 11 år | 20,85 | Annelin Elde Sætre | Ørsta | 04.12.2008 |
| 12 år | 30,42 | Åshild Opsal | Ørsta | 20.08.2011 |
| 13 år | 27,00 | Hannah Marie Skjeret | Ørsta | 29.09.2009 |

Slegge 3,0 kg

| | | | | |
|-------|-------|----------------------|-------|------------|
| 13 år | 19,54 | Tove Lise Norangshol | Ørsta | 27.08.1994 |
| 14 år | 24,35 | Hannah Marie Skjeret | Ørsta | 07.09.2010 |
| 15 år | 24,02 | Anita Kristiansen | Ørsta | 26.05.1998 |

Slegge 4,0 kg

| | | | | |
|-------|-------|-----------------------|-----------|------------|
| 15 år | 21,36 | Tove Lise Norangshol | Overhalla | 03.08.1996 |
| 16 år | 23,25 | Anita Kristiansen | Ørsta | 28.09.1999 |
| 17 år | 25,87 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 29.08.2004 |
| 18 år | 22,88 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 20.09.2005 |

Spyd 400 g

| | | | | |
|-------|--------------|------------------------------|-----------------|-------------------|
| 10 år | 18,67 | Anna Hjellen Haugland | Høddvoll | 15.09.2012 |
| 11 år | 25,00 | Anna Hjellen Haugland | Måndalen | 14.09.2013 |
| 12 år | 35,52 | Lene Kristiansen | Ørsta | 12.09.1995 |
| 13 år | 39,04 | Lene Kristiansen | Bislett | 29.06.1996 |
| 14 år | 41,86 | Lene Kristiansen | Ørsta | 24.08.1997 |
| 15 år | 32,23 | Siri Bjørdalsbakke Mo | Ålesund | 14.05.2006 |

Diskos 0,75 kg

| | | | | |
|-------|-------|--------------|----------|------------|
| 12 år | 31,84 | Toralv Opsal | Ørsta | 22.08.2010 |
| 13 år | 41,71 | Toralv Opsal | Stjørdal | 03.09.2011 |

Diskos 1,0 kg

| | | | | |
|-------|-------|-----------------|-------|------------|
| 13 år | 29,68 | Tarjei Almestad | Ørsta | 13.08.1996 |
| 14 år | 30,39 | Håkon Opsal | Ørsta | 13.07.2010 |
| 15 år | 36,06 | Håkon Opsal | Fana | 03.06.2011 |

Diskos 1,5 kg

| | | | | |
|-------|-------|--------------------|------------|------------|
| 15 år | 26,00 | Øyvind Sandbakk | Ørsta | 13.08.1996 |
| 16 år | 34,49 | Øyvind Opsal Bakke | Hudiksvall | 12.09.2004 |
| 17 år | 35,18 | Øyvind Opsal Bakke | Nadderud | 18.06.2005 |

Diskos 1,75 kg

| | | | | |
|-------|-------|----------------------|------------|------------|
| 16 år | 18,79 | Kai Are Kristiansen | Levanger | 17.09.2006 |
| 17 år | 28,33 | Øyvind Opsal Bakke | Straumsnes | 23.07.2005 |
| 18 år | 25,52 | Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 11.06.1996 |

Slegge 2 kg

| | | | | |
|-------|-------|--------------|-------|------------|
| 10 år | 24,63 | Toralv Opsal | Ørsta | 04.12.2008 |
| 11 år | 31,02 | Toralv Opsal | Ørsta | 23.08.2009 |

Slegge 3 kg

| | | | | |
|-------|-------|---------------------|-----------|------------|
| 12 år | 28,87 | Toralv Opsal | Ørsta | 21.08.2010 |
| 13 år | 34,80 | Toralv Opsal | Byrkjelo | 01.07.2011 |
| 14 år | 32,79 | Kai Are Kristiansen | Trondheim | 05.09.2004 |

Slegge 4 kg

| | | | | |
|-------|-------|----------------------|-------------|------------|
| 13 år | 19,32 | Øyvind Opsal Bakke | Ørsta | 02.10.2001 |
| 14 år | 26,96 | Kai Are Kristiansen | Lillehammer | 25.06.2004 |
| 15 år | 32,73 | Øyvind Opsal Bakke | Ørsta | 02.09.2003 |
| 16 år | 33,62 | Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 10.10.1994 |

ALDERSREKORDAR KAST + MANGEKAMP

Spyd 600 g (Ny spydtype i 1999)

| | | | | |
|-------|-------|-----------------------|-------------|------------|
| 15 år | 34,84 | Lene Kristiansen | Ørsta | 23.05.1998 |
| 16 år | 37,12 | Anita Kristiansen | Krokum - S | 04.07.1999 |
| 17 år | 40,57 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Lillehammer | 27.06.2004 |
| 18 år | 38,79 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Lillehammer | 26.06.2005 |

Liten ball 80 g

| | | | | |
|-------|-------|------------------|---------|------------|
| 10 år | 21,85 | Åshild Opsal | Ørsta | 20.11.2009 |
| 11 år | 42,28 | Lene Kristiansen | Ålesund | 23.05.1994 |
| 12 år | 49,78 | Lene Kristiansen | Ålesund | 25.05.1995 |

Liten ball 150 g. Ny vekt for alle frå 2010

| | | | | |
|-------|-------|-----------------------|-------------|------------|
| 10 år | 27,16 | Anna Hjellen Haugland | Lillehammer | 22.06.2012 |
| 11 år | 35,72 | Åshild Opsal | Molde | 30.05.2010 |
| 12 år | 48,82 | Åshild Opsal | Molde | 29.05.2011 |
| 13 år | 56,58 | Lene Kristiansen | Ørsta | 24.09.1996 |
| 14 år | 61,70 | Lene Kristiansen | Fosnavåg | 19.05.1997 |

Slengball 1 kg

| | | | | |
|-------|-------|----------------------|-------|------------|
| 10 år | 15,28 | Åshild Opsal | Ørsta | 30.10.2009 |
| 11 år | 21,30 | Lene Kristiansen | Ørsta | 20.09.1994 |
| 12 år | 27,30 | Lene Kristiansen | Ørsta | 12.09.1995 |
| 13 år | 31,62 | Tove Lise Norangshol | Ørsta | 20.08.1994 |
| 14 år | 32,32 | Anita Kristiansen | Ørsta | 23.09.1997 |

4 Kamp - 60m - Lengde - Kule - 800m

| | | | | |
|-------|------|------------------|-------|------------|
| 11 år | 3577 | Lene Kristiansen | Ørsta | 21.08.1994 |
|-------|------|------------------|-------|------------|

4 Kamp - 60m - Lengde - Kule (2kg) - 600m

| | | | | |
|--------------|-------------|------------------------------|--------------|-------------------|
| 10 år | 2619 | Åse Øyehaug | Ørsta | 18.09.2011 |
| 11 år | 2881 | Anna Hjellen Haugland | Ørsta | 25.08.2013 |
| 12 år | 3074 | Åshild Opsal | Ørsta | 18.09.2011 |

6 Kamp - 60m - 60m hekk - Høgde - Lengde - Kule - 800m

| | | | | |
|-------|------|---------------------|-------|------------|
| 13 år | 5663 | Lene Kristiansen | Ørsta | 15.08.1996 |
| 14 år | 3817 | Bodil Vartdal Ryste | Ørsta | 15.08.1993 |

Slegge 5 kg

| | | | | |
|-------|-------|--------------------|-------|------------|
| 16 år | 36,32 | Øyvind Opsal Bakke | Ørsta | 14.08.2004 |
| 17 år | 41,26 | Øyvind Opsal Bakke | Moss | 02.09.2005 |

Slegge 6 kg

| | | | | |
|-------|-------|----------------------|----------|------------|
| 17 år | 26,50 | Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 28.09.1995 |
| 18 år | 36,01 | Øyvind Opsal Bakke | Byrkjelo | 26.08.2006 |

Spyd 400 g

| | | | | |
|-------|-------|---------------------|-------------|------------|
| 10 år | 23,92 | Toralv Opsal | Lillehammer | 19.06.2008 |
| 11 år | 32,10 | Toralv Opsal | Lillehammer | 26.09.2009 |
| 12 år | 36,53 | Kai Are Kristiansen | Lillehammer | 27.06.2002 |
| 13 år | 39,10 | Toralv Opsal | Molde | 28.05.2011 |

Spyd 600 g (Ny spydtype i 1999)

| | | | | |
|-------|-------|----------------------|---------|------------|
| 13 år | 31,49 | Kai Are Kristiansen | Bergsøy | 24.05.2003 |
| 14 år | 39,06 | Kai Are Kristiansen | Ørsta | 29.08.2004 |
| 15 år | 42,64 | Kai Are Kristiansen | Bergsøy | 04.06.2005 |
| 16 år | 39,71 | Jarl Sæten Birkeland | Ørsta | 12.06.2001 |

Spyd 700 g

| | | | | |
|-------|-------|---------------------|---------|------------|
| 16 år | 41,77 | Kai Are Kristiansen | Ålesund | 12.08.2006 |
|-------|-------|---------------------|---------|------------|

Spyd 800 g

| | | | | |
|-------|-------|----------------------|-------|------------|
| 16 år | 41,07 | Kai Are Kristiansen | Ørsta | 19.08.2006 |
| 17 år | 38,72 | Jarl Sæten Birkeland | Ørsta | 08.10.2002 |

Liten ball 80 g

| | | | | |
|-------|-------|---------------------|---------|------------|
| 10 år | 33,00 | Benjamin Eiksund | Ørsta | 21.08.2007 |
| 11 år | 49,01 | Kai Are Kristiansen | Ålesund | 10.06.2001 |
| 12 år | 47,96 | Kai Are Kristiansen | Bergsøy | 01.06.2002 |

ALDERSREKORDAR KAST + MANGEKAMP

7 Kamp - 80m hekk - 200m - 800m - Høgde - Lengde - Kule - Spyd

15 år 2992 Bodil Vartdal Ryste Ørsta 21.08.1994

Liten ball 150 g. Ny vekt for alle frå 2010

10 år 41,14 Elias Nilsen Ørsta 29.09.2011

11 år 34,78 Elias Nilsen Dimna 27.05.2012

12 år 46,39 Elias Nilsen Molde 08.06.2013

13 år 58,52 Sverre Engeset Folldal Dimna 15.09.1996

14 år 63,80 Sindre Dimmen Ørsta 12.09.1995

Slengball 1 kg

10 år 13,90 Håkon Opsal Ålesund 09.09.2006

11 år 23,91 Toralv Opsal Ørsta 30.10.2009

12 år 32,64 Rivo Andrianjafintrimo Ørsta 20.09.1994

13 år 35,00 Rivo Andrianjafintrimo Ørsta 12.09.1995

14 år 35,84 Rivo Andrianjafintrimo Ørsta 24.09.1996

4 Kamp - 60m - Lengde - Kule (3kg) - 600m

12 år 3031 Arnstein Madsen Stokke Ørsta 18.09.2011

4 Kamp - 60m - Lengde - Kule - 800m

11 år 3172 Øyvind Sandbakk Ørsta 20.09.1992

12 år 3325 Sindre Sandbakk Ørsta 18.08.1996

6 Kamp - 60m - Lengde - kule (3kg) - 60m hekk - Høgde - 600m

13 år 5366 Toralv Opsal Ørsta 17-18.09.11

6 Kamp - 60m - 80m hekk - Høgde - Lengde - Kule - 800m

13 år 4548 Sindre Sandbakk Ålesund 07.06.1997

14 år 4907 Rivo Andrianjafintrimo Ørsta 08.09.1996

9 Kamp - 100m - 100m hekk - Diskos - Stav - Spyd - Lengde - Kule - Høgde - 1000m

15 år 4528 Øyvind Sandbakk Nadderud 15.09.1996

16 år 4226 Jørn Erik Norangshol Ørsta 21.08.1994

10 Kamp - 100m - Lengde - Kule - Høgde - 400m - 110m hekk - Diskos - Stav - Spyd - 1500m

17 år 4754 Jørn Erik Norangshol Ørsta 03.09.1995