



# 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

<b>LØP</b>				
Øving	Res	Namn	Stad	Dato
100 m	12,20	Kari Lundestad	Ørsta	25.08.1985
<b>100 m Elektr.</b>	<b>12,43</b>	<b>Hannah Marie Skjeret</b>	<b>Nadderud</b>	<b>15.06.2014</b>
200 m	25,30	Kari Lundestad	Raufoss	04.08.1985
<b>200 m Elektr.</b>	<b>25,32</b>	<b>Hannah Marie Skjeret</b>	<b>Lillehammer</b>	<b>20.06.2014</b>
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
<b>HOPP</b>				
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
<b>KAST</b>				
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
<b>MANGEKAMP</b>				
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
<b>STAFETT</b>				
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

<b>LØP</b>				
Øving	Res	Namn	Stad	Dato
100 m	12,20	Kari Lundestad	Ørsta	25.08.1985
<b>100 m Elektr.</b>	<b>12,43</b>	<b>Hannah Marie Skjeret</b>	<b>Nadderud</b>	<b>15.06.2014</b>
200 m	25,30	Kari Lundestad	Raufoss	04.08.1985
<b>200 m Elektr.</b>	<b>25,32</b>	<b>Hannah Marie Skjeret</b>	<b>Lillehammer</b>	<b>20.06.2014</b>
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

<b>HOPP</b>				
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

<b>KAST</b>				
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

<b>MANGEKAMP</b>				
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

<b>STAFETT</b>				
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

## Menn Senior

<b>LØP</b>				
<b>Øving</b>	<b>Res</b>	<b>Namn</b>	<b>Stad</b>	<b>Dato</b>
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
<b>HOPP</b>				
<b>Øving</b>	<b>Res</b>	<b>Namn</b>	<b>Stad</b>	<b>Dato</b>
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
<b>KAST</b>				
<b>Øving</b>	<b>Res</b>	<b>Namn</b>	<b>Stad</b>	<b>Dato</b>
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
<b>MANGEKAMP</b>				
<b>Øving</b>	<b>Res</b>	<b>Namn/einskildresultat</b>	<b>Stad</b>	<b>Dato</b>
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
<b>STAFETT</b>				
<b>Øving</b>	<b>Res</b>	<b>Namn</b>	<b>Stad</b>	<b>Dato</b>
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	Sunnalsøra	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 2014 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 Myrøld	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**

<b>12,43</b>	<b>Hannah Marie Skjeret</b>	<b>Nadderud</b>	<b>15.06.2014</b>
12,50	Kari Lundestad	Raufoss	05.09.1982
12,63	Ida Kristine Myrøld	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 Myrøld	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**

<b>25,32</b>	<b>Hannah Marie Skjeret</b>	<b>Lillehammer</b>	<b>20.06.2014</b>
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 Bjørdalsbakke	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
<b>64,64</b>	<b>Hannah Marie Skjeret</b>	<b>Molde</b>	<b>30.08.2014</b>

**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 Ryssevick	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				800 m			
2,13,68	Silje Fjørtoft	Byrkjelo	27.08.2006	1,51,2	Ottar Pilskog	Bislett	26.08.1971
2,14,06	Kristine Eikrem Engeset	Moss	04.09.2005	1,52,4	Lars Jostein Norangshol	Trondheim	10.06.1970
2,24,6	Ingrid Hjørdis Bjørdal	Hornindal	09.07.1994	1,53,87	John-Arne Winsnes	Landau - D	10.06.1995
2,25,7	Kari Lundestad	Ørsta	30.09.1984	1,54,4	Øystein Sæther	Larvik	01.08.1979
2,26,1	Ragnhild Norangshol	Ørsta	30.07.1972	1,55,04	Simon Rasmussen	Fana	09.06.2006
2,26,5	Line Berg	Bergsøy	15.09.1985	1,55,5	Oddbjørn Mulelid	Stovner	31.07.1978
2,27,8	Anne Kristin Sætre	Aksla	17.08.1980	1,55,9	Torbjørn Ryssevick	Meisingset	10.07.1971
2,28,7	Monica Roth	Bergsøy	03.08.1986	1,56,9	Karl Henning Halse	Ørsta	31.05.1986
2,31,1	Anne Grete Brautaset	Aksla	13.06.1981	1,58,0	Jørn Erik Norangshol	Ørsta	18.08.1996
2,31,23	Maria Tamires Birkeland	Fana	01.06.2012	1,58,4	Ole Berget	Bislett	15.09.1979
1 000 m				1 000 m			
3,13,13	Kristine Eikrem Engeset	Ørsta	16.10.2004	2,27,87	John-Arne Winsnes	Frankfurt - D	01.05.1996
3,14,91	Line Berg	Nadderud	11.08.1985	2,33,6	Karl Henning Halse	Ørsta	08.10.1986
3,15,5	Silje Fjørtoft	Ørsta	11.06.2002	2,33,9	John Hånes	Ørsta	14.07.1971
3,21,8	Anne Kristin Sætre	Ålesund	19.09.1982	2,35,5	Geir Endal	Ørsta	19.06.1985
3,23,7	Monica Roth	Ørsta	08.10.1986	2,36,3	Halvard Moe	Ørsta	19.06.1985
3,31,5	Merete Vatne	Ørsta	28.06.1989	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				1 500 m			
4,28,12	Silje Fjørtoft	Tønsberg	08.05.2007	3,53,65	John-Arne Winsnes	Ludwigsh-D	03.06.1995
4,38,59	Kristine Eikrem Engeset	Haugesund	07.08.2005	3,56,3	Kåre Heggen	Bislett	13.07.1976
5,12,10	Linda Innselset	Ørsta	19.08.2000	3,56,8	Lars Jostein Norangshol	Bislett	05.08.1970
5,14,00	Bodil Vartdal Ryste	Ørsta	07.08.2001	3,57,5	Per Johan Sandbakk	Bislett	01.07.1976
5,16,0	Anne Kristin Sætre	Ørsta	24.09.1980	3,58,1	Karl Henning Halse	Straumsnes	02.07.1989
5,17,1	Monica Roth	Lillehammer	28.06.1986	4,01,2	Leif Muribø	Bislett	13.07.1977
5,18,7	Line Berg	Ørsta	18.09.1985	4,01,9	Arild Bjørdal	Ålesund	19.06.1983
5,22,4	Anne Grete Brautaset	Ørsta	24.09.1980	4,02,4	Ole Berget	Bislett	13.07.1977
5,25,0	Jorid Hovden	Ørsta	26.07.1972	4,03,7	Ottar Pilskog	Ørsta	02.06.1971
5,34,89	Silje Heltne	Straumsnes	19.08.2006	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 2014 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 Sjørnsen	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 2014 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

<b>Spyd</b>	<b>Namn</b>	<b>Stad</b>	<b>Dato</b>	<b>Spyd</b>	<b>Namn</b>	<b>Stad</b>	<b>Dato</b>
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 Myrold	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
<b>Slegge</b>	<b>Namn</b>	<b>Stad</b>	<b>Dato</b>	<b>Slegge</b>	<b>Namn</b>	<b>Stad</b>	<b>Dato</b>
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 Myrold	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 2014 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

<b>10 år</b>	<b>9,89</b>	<b>Marie Steinnes</b>	<b>Hareid</b>	<b>29.06.2014</b>
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
<b>18 år</b>	<b>7,96</b>	<b>Hannah Marie Skjeret</b>	<b>Fana</b>	<b>31.05.2014</b>

### 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
<b>18 år</b>	<b>12,43</b>	<b>Hannah Marie Skjeret</b>	<b>Nadderud</b>	<b>15.06.2014</b>

**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 Urkegjerde	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
<b>18 år</b>	<b>25,32</b>	<b>Hannah Marie Skjeret</b>	<b>Lillehammer</b>	<b>20.06.2014</b>

**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
<b>18 år</b>	<b>41,21</b>	<b>Hannah Marie Skjeret</b>	<b>Ørsta</b>	<b>24.08.2014</b>

**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 Klungsøy	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 2014 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	<b>3,74 Marie Steinnes</b>	<b>Ørsta</b>	<b>09.09.2014</b>
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
<b>11 år</b>	<b>8,45 Guro Øyehaug</b>	<b>Ørsta</b>	<b>17.06.2014</b>
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 2014 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

**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

					<b>Slegge 5 kg</b>				
					16 år	36,32	Øyvind Opsal Bakke	Ørsta	14.08.2004
					17 år	41,26	Øyvind Opsal Bakke	Moss	02.09.2005
					<b>Slegge 6 kg</b>				
					17 år	26,50	Jørn Erik Norangshol	Ørsta	28.09.1995
					18 år	36,01	Øyvind Opsal Bakke	Byrkjelo	26.08.2006
<b>Spyd 400 g</b>					<b>Spyd 400 g</b>				
10 år	18,67	Anna Hjellen Haugland	Høddvoll	15.09.2012	10 år	23,92	Toralv Opsal	Lillehammer	19.06.2008
11 år	25,00	Anna Hjellen Haugland	Måndalen	14.09.2013	11 år	32,10	Toralv Opsal	Lillehammer	26.09.2009
12 år	35,52	Lene Kristiansen	Ørsta	12.09.1995	12 år	36,53	Kai Are Kristiansen	Lillehammer	27.06.2002
13 år	39,04	Lene Kristiansen	Bislett	29.06.1996	13 år	39,10	Toralv Opsal	Molde	28.05.2011
14 år	41,86	Lene Kristiansen	Ørsta	24.08.1997	<b>Spyd 600 g (Ny spydtype i 1999)</b>				
15 år	<b>38,98</b>	<b>Andrine Hjellen Haugland</b>	<b>Straumsnes</b>	<b>26.06.2014</b>	13 år	31,49	Kai Are Kristiansen	Bergsøy	24.05.2003
<b>Spyd 500 g (frå 2014)</b>					14 år	39,06	Kai Are Kristiansen	Ørsta	29.08.2004
15 år	<b>35,26</b>	<b>Andrine Hjellen Haugland</b>	<b>Høddvoll</b>	<b>24.05.2014</b>	15 år	42,64	Kai Are Kristiansen	Bergsøy	04.06.2005
16 år					16 år	39,71	Jarl Sæten Birkeland	Ørsta	12.06.2001
17 år	<b>21,68</b>	<b>Annelin Elde Sætre</b>	<b>Fana</b>	<b>29.05.2014</b>	<b>Spyd 700 g</b>				
<b>Spyd 600 g (Ny spydtype i 1999)</b>					16 år	41,77	Kai Are Kristiansen	Ålesund	12.08.2006
15 år	34,84	Lene Kristiansen	Ørsta	23.05.1998	<b>Spyd 800 g</b>				
16 år	37,12	Anita Kristiansen	Krokum - S	04.07.1999	16 år	41,07	Kai Are Kristiansen	Ørsta	19.08.2006
17 år	40,57	Tone Bjørdalsbakke Mo	Lillehammer	27.06.2004	17 år	38,72	Jarl Sæten Birkeland	Ørsta	08.10.2002
18 år	38,79	Tone Bjørdalsbakke Mo	Lillehammer	26.06.2005	<b>Liten ball 80 g</b>				
<b>Liten ball 80 g</b>					10 år	33,00	Benjamin Eiksund	Ørsta	21.08.2007
10 år	21,85	Åshild Opsal	Ørsta	20.11.2009	11 år	49,01	Kai Are Kristiansen	Ålesund	10.06.2001
11 år	42,28	Lene Kristiansen	Ålesund	23.05.1994	12 år	47,96	Kai Are Kristiansen	Bergsøy	01.06.2002
12 år	49,78	Lene Kristiansen	Ålesund	25.05.1995					

## ALDERSREKORDAR KAST + MANGEKAMP

**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

**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
-------	------	----------------------	-------	------------