

ÅRSBERETNING 2025



Foto: Torbjørn Kaggerud
Telemark friidrettskrets

NORSK FRIIDRETT I TELEMAR

STYRETS RAPPORT:	3
ADMINISTRASJON	5
MEDLEMMER I UTVALG ,	5
MEDLEMSTALL	5
MØTER	6
REPRESENTASJON	6
EIENDELER	7
AKTIVITETER	7
GJENNOMGANG AV HANDLINGSPLAN MED STATUS FOR MÅLOPPNÅELSE	8
Administrasjon -	8
Sentralt initierte tiltak –	9
Aktivitet 13-14 år	10
Aktivitet 15 år og eldre	11
Annen aktivitet	11
Skolering	12
Anlegg	13
Rapport kretssamlinger/samarbeid	14
Rapport fra dommerkoordinator	15
Rapport fra 15+ og høstseminaret 2025	16
KARUSELLEN 2025	17
RAPPORT FRA Lerøysamlinger og LERØYLEKENE PÅ RJUKAN 2025.	18
Rapport fra Danmarkstur	19
ÅRSRAPPORT – 2025, HEDERSKOMMITEEN	20
ÅRSRAPPORT FOR SESONGEN 2025	22
Serie-/rekord-/statistikkutvalget	22

STYRETS RAPPORT:

På kretsting 2025 ble følgende valgt:

Kretsstyret:

Verv	Navn	Klubb
Leder:	Lill Berit Løyte Sjøsåsen	Eidanger friidrett
Nest leder:	Aina Berg	Herkules friidrett
Styremedlem:	Torbjørn Kaggerud	Urædd friidret
Styremedlem:	Elin Dale	Herkules friidrett
Styremedlem:	Imke Jürgens	Seljord friidrett
Styremedlem:	Wenche Schønberg	Eidanger friidrett
Utøver representant:	Odin Gundersen Palmgren	Urædd friidrett
Vara medlem:		

Område - ansvarlige:

Kasserer:	Stig Larsgaard	Herkules Friidrett
Dommerkoordinator:	Lill Berit Løyte Sjøsåsen	Eidanger Friidrett

Kontrollutvalg:

Revisor:	Roar Uglem	Snøgg Friidrett
Revisor:	Otto Djuve	Herkules Friidrett

Rekord-, Serie og Statistikkutvalg:

Leder:	Tore Bredesen	Snøgg Friidrett
--------	---------------	-----------------

Hederskomiteen:

Leder:	Tore Bredesen	Snøgg Friidrett
Medlem:	Roar Uglem	Snøgg Friidrett

Valgkomite:

Leder:	Kragerø
Medlem:	Urædd
Medlem:	Herkules

ADMINSTRASJON

Kretsen har i 2025 hatt daglig leder Mette Forsberg Dale, i 35 % stilling.

Regnskapet er ført av Stig Larsgaard, Herkules Friidrett

MEDLEMMER I UTVALG,

MEDLEMSTALL

Årstall	Registrerte klubber	Antall medlemmer
2011	26	1430
2012	28	1655
2013	31	1687
2014	32	1708
2015	35	1708
2016	36	1772
2017	35	1859
2018	35	2033
2019	34	2319
2020	34	2136
2021	36	2194
2022	37	2131
2023	37	1770
2024	36	1943
2025	37	Klart i April

Det er avholdt 1 kretsting, 1 lagledermøte og 10 styremøter (55 saker behandlet)

REPRESENTASJON

Norges Friidrettsforbunds Høstmøte, Oslo

- Lill Berit Løyte Sjøsåsen, Aina Berg,

Friidrettsting, Oslo

- Aina Berg, Lill Berit Løyte Sjøsåsen, Odin Palmgren

Personalsamlinger NFIF

- Mette Dale

Supersamling Lillehammer

- Mette Dale

Lerøyleker

- Odin Palmgren, Mette Dale

Idrettstinget Vestfold/Telemark:

- Lill Berit Løyte Sjøsåsen

Østlandsmesterskapet:

- Aina Berg/ Lill Berit Løyte Sjøsåsen
-

Norgeslekene 2026

- Lill Berit Løyte Sjøsåsen og Wenche Schønberg

KM aldersbestemt

- Wenche Schønberg

EIENDELER

Kretsen eier en PC , en skriver, en projektor, et telt, en utlånshenger med utstyr.

AKTIVITETER

De viktigste oppgavene styret har arbeidet med i 2025 har vært:

• Opplegg og gjennomføring av Telemarkskarusellen
• Samlinger for 15+
• Opplegg/overnatting i forbindelse med Lerøylekene for 13 – og 14. åringer
• Lerøy samlinger for 13 og 14 åringer.
• Opplegg for treningsleir i Danmark for aldersgruppen 12-13 år.
• Kretsens økonomi
• Sponsoravtaler
• «Allemed» prosjektet
• Innkjøp av utstyr til tilhenger
• Oppfølging av anlegg
• Supersamlinger/fellesprosjekt med 6 kretser
• Diverse kurs
• Trygg på trening
• Satsning på Para i Telemark
• Bidra til Norgeslekene 2026
• Østlandsmesterskapet
• Høydeprosjekt – (6 kretssamarbeid)

Friidretten i Telemark har i 2025,

Telemark hadde med deltagere både i UM, JR NM, hoved NM og NM masters. Godt gjennomført av alle utøvere i klubber og Telemark friidrettskrets. (se rapport fra statistikkutvalg)

Kretsen er registrert i organisasjonen «av og til» <http://avogtil.no/> og i antidoping Norge: <https://antidoping.no/>

Lagserien: Snøgg, endte som nr 17 i 3. divisjon menn, mens Rjukan er inne på tabellen med en 48 plass – med det er gledelig at hele 6 klubber fra Telemark (menn) nå er over 5000 poeng, og er inne på tabellen. På kvinnesiden ble Herkules beste Telemarkslag på 5.plass, med nesten opprykk til 2. divisjon. mens Urædd endte på 27 plass, og Rjukan 36.plass i 3. divisjon.

En nærmere omtale om utøvernes prestasjoner kan dere lese i Serie- og statistikkutvalgets rapport

Det jobbes godt i klubbene, noen drar også nytte av kurstilbud/klubbutvikling som kretsen tilbyr, der håper vi flere av klubbene blir med. Vi i kretsen bidrar gjerne med dette.

Vi ønsker dere alle lykke til med sesongen 2026.

GJENNOMGANG AV HANDLINGSPLAN MED STATUS FOR MÅLOPPNÅELSE

Administrasjon-

mål: bli en selvgående organisasjon

Tiltak:	Tid	Ansvarlig	Status 31.desember
1.1 Ungdomsrepresentant i kretsstyret Mål: Minimum en rep i styret		Ung. rep i styret + DL	Gjennomført
1.2 Skaffe sponsorer (mål 50 000)	Vår	DL/Styret	Gjennomført
1.3 Allemed	Hele året	DL/Styret	gjennomført

Sentralt initierte tiltak –

Mål: Rekruttere flere barn og unge til friidretten

Tiltak:	Tid:	Ansvarlig:	Status 31.desember
2.1 TineStafetten 2025 Mål: 1500 deltaker, 150 lag	30/5-11/5	Klubber/skoler. DL pådriver	Følgende har arrangert TineStafett i Telemark: 7 arrangører 165 - 3 lag 1630 - deltagere
2.3 Initiere til aktivitet i friidrett/løp i Norge	Alle mosjonsløp som blir lagt inn i EQtiming innen mars.	Klubber/DL	Gjennomført – men ikke til tiden

Aktivitet 13-14 år

Mål: Skape god lagånd og et godt sosialt miljø på tvers av klubb-/ og kretsgrensene.

Tiltak	Tid	Ansvarlig	Status 31.desember
3.1 Lerøyleker	September	Kretsen/Simen Sigurdsen, Elin Dale/Odin Palmgren	Deltatt. Se rapporter
3.2 Lerøysamlinger Mål: 4 samlinger, 25 deltakere	Gjennom året	Elin Dale, Simen Sigurdsen/Odin Palmgren	4 samlinger er gjennomført. Alle på Notodden
3.4 Lerøytur til Danmark Mål: 25 deltakere	Høst	Kretsen Torbjørn Kaggerud	Gjennomført 17 deltagere Se rapport
3.3 Telemarkskarusellen Mål: 5 stevner, 130 deltakere	5 stevner avholdt, Avholdt på Kjølnes, Rjukan x2, Eidanger og Herkules	Wenche Schønberg/kretsen	Til sammen 132 unike utøvere fra 10 ulike klubber har deltatt. Se rapporter fra karusellen her :

Aktivitet 15 år og eldre

Mål: Legge til rette for og gjennomføre konkrete idrettslige- og sosiale tiltak som bidrar til å opprettholde/øke aktiviteten blant ungdom.

Sørge for aktivitetstilbud for de som vil satse på friidrett på et høyt nivå.

Tiltak	Tid	Ansvarlig	Status 31.desember
4.2Supersamling	Desember/Mai	Daglig leder	Gjennomført, en i Lillehammer og en i Bærum
4.3 15+ seminar Mål: 20 utøvere	oktober	Aina Berg	Laget opplegg – men avlyst pga for få deltagere
4.4 Sosial samling 15.+	Desember	Odin Palmgren	Gjennomført
4.5Telemarskaruseller	Vår		Gjennomført, Se akt 13 -14 år

Annen aktivitet

Mål: Tilrettelegge friidrettskonkurranser for alle aldersgrupper

Tiltak:	Tid	Ansvarlig	Status pr
Lagledermøte	høst	Styret, klubber	Gjennomført
Startmøter/ klubbeseøk/ klubb utviklingsmøter	Hele året	DL, kursholder	Ikke gjennomført
Trygg på trening	Holdes oppdatert	Idrettskrets en/TFIK	Gjennomført

Mål: Styrke mottakerapparatet i klubbene

Tiltak	Tid	Ansvarlig	Status 31.desember
6.1Friidrett for barn	Vår/høst	Kretsen	Arrangert i 2024 – planlagt 2026
6.4Starterkurs	Hele året	DL/styret	Gjennomført – 8 deltagere
6.3' Kretsdommerkurs/ Oppfølgingskurs Mål: 8 deltakere	Vår/høst	DL/Dommerutvalg	Arrangert i 2024 – planlagt 2026
6,2Trener 1 kurs	Vår og høst	høst	Gjennomført i Bærum
6.5Antidoping Mål: elæring for alle i styret, samt alle utøvere (15+) som deltar i Team Telemark	fortløpende	Styret, klubb og utøver	gjennomført oppdateringer
6.7 Løypemålerkurs/		NFIF	Ingen nye løypemålere i Telemark i 2025

Anlegg

Målsetting: Støtte- og rådgivningsfunksjon overfor klubbene i anleggsspørsmål

Tiltak	Tid	Ansvarlig	Kommentar / status	Mål
Ajourføring av friidrettsanlegg i Telemark	Løpende	Styret, klubbene	løpende	
Videre arbeid for etablering av friidrettshall i Telemark	Løpende	Styret, Idrettskretsen Lill Berit L Sjøsåsen,	Det jobbes fremdeles med å få realisert hallen	

Rapport kretssamlinger/samarbeid

Det har vært avholdt 9 møter, hvor daglig leder har fungert som koordinator for 6 kretser (Innlandet, Oslo og Akershus, Telemark, Vestfold, Østfold og Buskerud)

Det jobbes nå sterk på tvers av kretser, og kurs/ samlinger blir forsøkt å arrangeres felles.

Det ble i år avholdt supersamling både på Lillehammer (mai) og i Bærum (desember) - med rekordpåmelding – og Telemark var godt representert med utøvere fra mange klubber i vårt fylke, spesielt i Bærum (på tross av at samlingen ble full på ett døgn)

Nytt i år er Høydeprosjekt på tvers av kretsene. Her har vi fått 100 000 av friidrettens venner, til å gjennomføre et prosjekt – Kenneth Hoffmann og Marianne Husby er ansatt for å ta seg av disse samlingene. Utøvere fra Telemark er med.

Skien 14.januar 2026

Mette F. Dale

Rapport fra dommerkoordinator

Rapport for 2025 fra Dommerkoordinator i TFIK

Det ble holdt et kretsstarterkurs med 8 deltagere. Kursholder har vært Ole Kristian Weber fra Buskerud Friidrettskrets.

Det er planlagt et kretsdommerkurs i 2026.

Kretsen setter opp flere kurs dersom det er ønskelig.

Lill Berit Løyte Sjøsåsen.

Dommerkoordinator i Telemark Friidrettskrets

15+ samling 12. Oktober - AVLYST

Telemark Friidrettskrets inviterte til 15 + samling i Skien Fritidspark søndag 12.oktober. Samlingen var åpen for alle utøvere 14 år og eldre, samt interesserte trenere, ledere og foreldre.

Samlingen var gratis.

På programmet stod foredrag fra Sunn idrett og 24-timers utøveren før lunsj. Lunsj på Hotell Herkules. Så foredrag og trening med Josefine Tomine Eriksen, en av “stafett-jentene” etter lunsj.

Samlingen ble avlyst da det meldte seg veldig få utøvere.

KARUSELLEN 2025

Klubb	1	2	3	4	5	Totalt
Herkules Friidrett	195	297	251	191	260	1194
Urædd Friidrett	205	84	113	143	89	634
Rjukan IL	81	220	100	47	84	532
Snøgg Notodden Friidrett	46	66	30	70		212
Eidanger IL	95			56	0	151
Skarphedin IL			11	31	45	87
Seljord IL		29	18	15	12	74
Gjerpen Idrettsforening	12			43		55
Fyresdal IL					12	12
IL Skade		0				0
Stadsbygd IL			0			0
Totalt	634	696	523	596	502	2951



Årets vinnere – HERKULES, (sakset fra Ole-Kristians rapport – foto: Rikke Valen)

TELEMARKSkarusellen -2025

Lørdag 20 september, ble årets Telemarks karusell vinnere kåret. Kåringen fant sted i forbindelse med KM aldersbestemt på SEM i Vestfold, og arrangør var Herkules. Det ble dessverre en kollisjon mellom datoer, og det var ikke mulig å finne andre løsninger, men med litt godvilje fra SEM og Herkules ble dette en god avslutning allikevel 😊 Ole-Kristian fikk oppdaterte resultater, og regnet ut avslutningspoeng, som ble sendt over fortløpende til Herkules.

Karusellen har pågått siden i våres. Det har vært avholdt 5 stevner, med Eidanger, Herkules, Urædd og Rjukan x2 som arrangører

Ole Kristian Samuelsen, har hatt en stor jobb med å regne ut poengene etter hvert stevne, og de har kommet på rad og rekke. Beste klubb, beste gutt og beste jente skulle kåres. Karusellen har i år hatt 132 individuelle utøvere, fra 10 ulike klubber.

Etter 10 år sammenhengende å ha vunnet klubbkampen, ble Rjukan i år slått av Herkules.

Wenche Schønberg utarbeidet øvelser til de forskjellige stevnene, og kretsen takker for jobben.

Viser ellers til Ole – Kristians rapport på friidrett.no som er vel verd å lese.

Vi takker for i år, og håper på enda bedre karuseller i 2025

RAPPORT FRA Lerøysamlinger og LERØYLEKENE PÅ RJUKAN 2025.



Fra første samling på Notodden – foto: Elin Dale

Lerøysamlinger:

Det ble arrangert 4 samlinger før årets Lerøyleker. Første samling var med klatring og pizza i buldrehallen på Notodden. Resterende samlinger ble gjennomført på Notodden stadion, her var fokuset på å teste ut ulike friidrettsgrener rettet mot Lerøylekene, samt styrke det sosiale i gruppa. Tusen takk til Snøgg for super tilrettelegging..

Ansvarlige for samlingene har vært Elin Dale, Simen Sigurdsen og Odin Palmgren

Lerøylekene

Det var Even Dale, Odin Palmgren samt Magnus Ludvigsen, som hadde ansvaret denne helgen. I tillegg hadde vi flotte unge ledere som var med stort sett hele tiden, Albert Lomme, Maja Palmgren, Turid Lindtved og Iben Våer. Det var super innsats og engasjement fra utøverne, noe som kom fint frem på Instagram-kontoen som de unge lederne hadde ansvar for. Helgen var preget av mye latter, konkurranser og moro.

Takk for denne gang – vi satser på fullt lag i 2026 også 😊

Elin Dale



Foto: Elin Dale

Rapport fra Telemarkskarusellens Danmarkstur desember 2025

Totalt 17 utøvere samt 4 unge ledere deltok. Torbjørn Herder Kaggerud fra kretsstyret deltok som hovedleder.

De unge lederne hadde ansvaret for alt av aktiviteter og fulgte dette opp på en utmerket måte

Fredag: Avreise fra Larvik på morgenen, alle møtte opp i god tid.

Buss sto klar i Hirtshals ved ankomst og vi var på plass i Løkken i tide til lunsj.

Treningsøkt med gruppen delt i tre og rotasjon mellom stasjoner inne og ute.

Etter middag var det Action House med Gokart, Laser Tag og Bowling.

Alle i seng ca kl 23

Lørdag: Frokost kl 08:00

Nytt av året: Ca. 40 min rolig løpetur med Torbjørn for de som ønsket det. Ca halvparten av utøverne var med

Etter dette var det tur i bassenget, veldig bra at Odin stilte som livredder slik at vi fikk bassenget for oss selv (åpnet for alle kl 13)

På ettermiddagen var det treningsøkt i hallen

Avslutning med diverse konkurranser, god stemning. Kvelden avsluttet med Kahoot, ferdig ca kl 19:30

Søndag: Nytt tilbud om løpetur med Torbjørn etter frokost. Litt færre med enn på lørdag, men de som var med var med til Furreby Kystbatteri, på stranden litt nord for Løkken.

Utsjekk av rom og avreise som planlagt. Båttur tilbake til Larvik, med julebuffet.

Alt i alt en veldig positiv opplevelse å være med denne gjengen på tur. De unge lederne hadde full kontroll og er gode til å ivareta utøverne.

MVH
Torbjørn

ÅRSRAPPORT – 2025, HEDERSKOMMITEEN

HEDERSKOMITEEN TFIK

ÅRSRAPPORT – 2025

Hederskomiteen har det siste året kun fått forslag på nye utmerkelser fra Kretsstyret i TFIK. Dette dreier seg om 5 yngre jenter og gutter, som alle har gjort en flott innsats som ledere på ulike ungdomstiltak de siste årene, samtidig som de selv fortsatt er aktive utøvere. Kretsstyret har også innstilt 3 kandidater til Friidrettens Venners Kretspris for 2025, til årets trener/leder og beste 18-åringer. Det finnes imidlertid flere aktuelle kandidater rundt omkring i Friidretts-Telemark som har gjort seg fortjent til en utmerkelse, og det oppfordres derfor fremdeles til å komme med forslag til nye kandidater.

Statutter for de ulike hedersbevisningene ligger på kretsens hjemmeside på friidrett.no, hvor også oversikt over tidligere tildelinger av utmerkelser ligger. Hederskomiteen har på denne bakgrunn følgende innstilling:

- | | |
|----------------------------------|---------------------|
| • Kretsens Diplom | 5 innstillinger |
| • Forbundets Diplom | Ingen innstillinger |
| • Kretsens Hederstegn | Ingen innstillinger |
| • Friidrettens Venners Kretspris | 3 innstillinger |

Vi håper at klubbene tenker gjennom aktuelle kandidater i sine rekker som ennå ikke har fått sin fortjente heder, og sender forslag på disse til Hederskomiteen.

Komiteen ønsker også å motta forslag på kandidater til ”Friidrettens Venners Kretspris”, til fortjente trenere / ledere, i tillegg til kandidater til de øvrige hedersbevisningene.

Notodden 30.01.2026

Tore Bredesen

Tore Bredesen / leder i Hederskomiteen

Telemark Friidrettskrets v/styret

Hederskomiteens innstilling til hedersbevisninger for året 2025 er som følger:

Kretsens Diplom:

Turid Lindtvedt, Rjukan IL Friidrett
Albert Alexander Lomme, Urædd Friidrett
Maja Gundersen Palmgren, Urædd Friidrett
Odin Gundersen Palmgren, Urædd Friidrett
Iben Skov Vær, Rjukan IL Friidrett

Forslagstiller:

Kretsstyret TFIK
Kretsstyret TFIK
Kretsstyret TFIK
Kretsstyret TFIK
Kretsstyret TFIK

Forbundets Diplom:

Ingen forslag

Kretsens Hederstegn:

Ingen forslag

Friidrettens Venners Kretspris:

Trener/leder:	Svein Inge Valvik, Urædd Friidrett	Kretsstyret TFIK
Jenter 18 år:	Maria Halland, Herkules Friidrett	Kretsstyret TFIK
Gutter 18 år:	Sondre Røed Momrak, Fyresdal IL	Kretsstyret TFIK

ÅRSRAPPORT FOR SESONGEN 2025

Serie-/rekord-/statistikkutvalget

ÅRSBERETNING FOR SESONGEN 2025

ORGANISERING OG ARBEIDSOPPGAVER

Utvalgets sammensetning og mandat

Utvalget har hatt denne sammensetning:

Leder: Tore Bredesen, Rjukan

Utvalget følger "Instruks for serie- og statistikkutvalget" i Organisasjonsplan for TFIK.

Om statistikkarbeidet

Arbeidet med lagseriene

Leder er medlem av Serieutvalget i Norges Friidrettsforbund, og er seriefører for Telemark. Det utarbeides ferdige serierapporter for senior, som publiseres på Friidrett.no gjennom sesongen. Framstillingen av jente- og gutteserien for kretsen er imidlertid mer tyngende, da flere av klubbene har mangelfull rapportering av resultater. Her bes klubbene om å etablere gode rutiner på fortløpende føring av statistikk over egne resultater gjennom sesongen. Det er viktig at klubbene «eier» egne resultater, noterer klubbrekorder samt resultater og plasseringer i mesterskap og større stevner. Utvalget har ikke kapasitet til å føre resultater for klubbene, da det ikke lenger legges ut resultatlistene fra stevner eller statistikk for de under 13 år.

Teleserien

For 2025 er det mottatt rapporter kun fra Rjukan og Skarphedin. Dette er alt for dårlig, og ut fra den manglende interessen hos klubbene vil det ikke bli satt opp lag for jenter og gutter i Teleserien fremover.

Resultatoversikt for Telemarksutøverne:

Utvalget fører løpende statistikk over de oppnådde resultatene for Telemarksutøverne, inkludert plasseringer i mesterskap, samt oppdaterer lister over rekorder / bestenoteringer og «Alle tiders» statistikk kontinuerlig. For junior og senior faller dette sammen med oppgaven som seriefører / koordinator. Det følges også med på resultatene til jente- og gutteutøvere, da fortrinnsvis for 13 år og eldre, men føres ikke komplett statistikk over disse resultatene.

"De Beste Gjennom Tidene"-oversikten (for Telemark):

Oversikten over de beste resultatene gjennom alle tider i Telemark kom ut første gang i 1991, og blir kontinuerlig ajourført. Det føres stadig inn endringer og tilføyelser i flere øvelser, også gjennom utvidelser av de nedre resultatgrensene. Nå er denne oversikten på 154 sider, og en oppdatert utgave legges ut på kretsens hjemmeside ved avslutningen av innendørssesongen nå i mars 2026.

Friidrettsbarometere:

Presentasjon av friidrettsbarometere for menn og kvinner er videreført under benevnelsen «TFIK's friidrettsbarometer». Disse legges ut på kretsens hjemmeside. Vi har nå sluttbarometre for menn sammenhengende for alle år etter 1947 (for kvinner er det kontinuerlig fra 1974), så her finnes det mye historie. Barometere for 2025 følger vedlagt (vedlegg 1 og vedlegg 2). Det er også laget eget barometer for jenter og gutter (vedlegg 3).

Aktuell informasjon, terminlister, resultatoversikter m.v.:

Terminlister og annen nødvendig informasjon, resultater og statistikk legges ut på NFIF's nettsider Friidrett.no, hvor også kretsene har sine egne sider. Utvalget sørger for ajourføring av all statistikk, som legges ut på hjemmesiden til Telemark Friidrettskrets.

RAPPORT OM DEN IDRETTSLIGE AKTIVITETEN

Lagseriene:

MENN:

Den landsomfattende lagserien omfatter 1., 2. og 3. divisjon. Det er en minimumsgrense på 5.000 poeng for å kunne være med på den offisielle poengstillingen. Denne sesongen var samtlige herrelag fra Telemark i 3. divisjon, og det var 6 lag fra 6 klubber som kom over grensen på 5.000 poeng. Snøgg Friidrett var igjen det beste laget i Telemark, og kom på en 17. plass i 2025 med 11.886 poeng, mens Rjukan med en 46. plass var det andre Telemarks-laget blant de 50 beste.

Landsserien, 3. divisjon:

(12 obligatoriske + 8 valgfrie øvelser = 20 resultater)

17. Snøgg Friidrett, 1. lag	11.886 p.	(20 res., 8 delt)	(20. 11.984)
46. Rjukan IL	9.770 "	(20 " 6 ")	(31. 10.936)
59. Herkules Friidrett	9.179 "	(20 " 8 ")	(62. 9.328)
73. IL Skarphedin	8.664 "	(16 " 9 ")	(91. 7.582)
115. Urædd Friidrett	6.505 "	(17 " 6 ")	(94. 7.490)
134. Fyresdal IL	5.843 "	(9 " 2 ")	(-)

Teleserien:

(12 obligatoriske + 8 valgfrie øvelser = 20 resultater)

1. Snøgg Friidrett 1. lag	11.886 p.	(20 res., 8 delt)	(1. 11.984)
2. Rjukan IL	9.770 "	(20 " 6 ")	(2. 10.936)
3. Herkules Friidrett 1. lag	9.179 "	(20 " 8 ")	(3. 9.328)
4. IL Skarphedin	8.664 "	(16 " 9 ")	(5. 7.582)
5. Urædd Friidrett	6.505 "	(17 " 6 ")	(6. 7.490)
6. Fyresdal IL	5.843 "	(9 " 2 ")	(8. 4.594)
7. Eidanger IL	4.458 "	(15 " 6 ")	(12. 2.828)
8. Seljord IL	4.060 "	(9 " 3 ")	(9. 4.510)
9. Snøgg Friidrett 2. lag	4.018 "	(12 " 8 ")	(10. 4.460)
10. IF Ørn	3.603 "	(9 " 3 ")	(13. 2.416)
11. Kragerø IF	2.168 "	(3 " 1 ")	(4. 7.597)
12. Snøgg Friidrett 3. lag	1.950 "	(7 " 5 ")	(15. 1.908)
13. Herkules Friidrett 2. lag	1.651 "	(10 " 4 ")	(14. 2.229)

Landsserien, 3. divisjon:

Vinnerlaget:

Christian Baluyot Bredesen, Vebjørn Bredesen, Kjetil Bøen Brårud, Vebjørn Hovdejord,

Sander Paul Mikkelsen, Adrian Svendsen, Espen Vasby og Roar Uglem.

KVINNER:

I 2025 var det 5 kvinnelag i Telemark, fordelt på 4 klubber, som kom over grensen på 5000 poeng for å kunne være med på den landsomfattende poengstillingen. Urædd rykket ned fra 2. divisjon i 2024, mens Herkules med sin 5. plass var nær ved å rykke opp til 2. divisjon, som beste Telemarkslag i 2025. Urædd ble nr. 27 og Rjukan nr. 36 i 3. divisjon.

Landsserien, 3. divisjon:

(12 obligatoriske + 8 valgfrie øvelser = 20 resultater)

5. Herkules Friidrett, 1. lag	13.063 p.	(20 res., 8 delt)	(11. 12.430)
27. Urædd Friidrett	10.540 "	(20 " , 7 ")	(14. 12.831 – 2. div.)
36. Rjukan IL, 1. lag	10.181 "	(20 " , 9 ")	(29. 10.637)
110. Snøgg Friidrett	6.222 "	(16 " , 6 ")	(60. 8.938)
130. Herkules Friidrett, 2. lag	5.209 "	(16 " , 4 ")	(84. 7.963)

Teleserien:

(12 obligatoriske + 8 valgfrie øvelser = 20 resultater)

1. Herkules Friidrett, 1. lag	13.063 p.	(20 res., 8 delt)	(1. 12.430)
2. Urædd Friidrett 1. lag	10.540 "	(20 " , 7 ")	(2. 11.048) *
3. Rjukan IL, 1. lag	10.181 "	(20 " , 9 ")	(3. 10.637)
4. Snøgg Friidrett 1. lag	6.222 "	(16 " , 6 ")	(4. 8.938)
5. Herkules Friidrett, 2. lag	5.209 "	(16 " , 4 ")	(5. 7.693)
6. Rjukan IL, 2. lag	4.081 "	(15 " , 6 ")	(6. 6.984)
7. IL Skarphedin	2.250 "	(6 " , 3 ")	(13. 1.740)
8. Seljord IL	1.562 "	(7 " , 2 ")	(10. 3.038)
9. Eidanger IL	1.192 "	(6 " , 4 ")	(11. 2.544)
10. Kragerø IF	594 "	(1 " , 1 ")	(7. 4.752)

5. Herkules Friidrett, 2. lag	5.209 "	(16 " , 4 ")	(5. 7.693)
6. Rjukan IL, 2. lag	4.081 "	(15 " , 6 ")	(6. 6.984)
7. IL Skarphedin	2.250 "	(6 " , 3 ")	(13. 1.740)
8. Seljord IL	1.562 "	(7 " , 2 ")	(10. 3.038)
9. Eidanger IL	1.192 "	(6 " , 4 ")	(11. 2.544)
10. Kragerø IF	594 "	(1 " , 1 ")	(7. 4.752)

* Redusert fra 25 resultater i 2. divisjon til 20. resultater i 3. divisjon

* Redusert fra 25 resultater i 2. divisjon til 20. resultater i 3. divisjon.

Vinnerlaget:

Eilén Brenne, Kaja Holte Fjeldstad, Maria Halland, Marie Tveitan Hilmarsen, Lilly-Marlien Krijger,

Neele Tincman-Aune, Viktoria Westgård og Mille Augusta Wiborg.

Gutter:

1. Rjukan IL 1. lag	18.868 p	(20 res., 4 delt)	(1. 19.156)
2. IL Skarphedin	15.308 p	(20 " , 9 ")	(6. 15.813)
3. Snøgg Friidrett	14.777 p	(20 " , 8 ")	(8. 13.087)

Vinnerlaget:

Steffen Dyrnes, Noah Fronth Høybø, Jakob Macek og Jens Kristian Samuelsen.

Jenter:

1. Rjukan IL 1. lag	16.783 p	(20 res, 9 delt)	(3. 17.049)
2. Snøgg Friidrett 1. lag	16.043 p	(20 " , 4 ")	(5. 16.337)
3. IL Skarphedin	13.560 p	(20 " , 5 ")	(7. 12.321)
4. Snøgg Friidrett 2. lag	2.198 p	(7 " , 2 ")	(8. 2.510)

Vinnerlaget:

Julie Gollo Forberg, Alvilde Johansen Kvaran, Elida Johansen Kvaran, Maja Macek, Thea Amalie Mårtensson, Teodora Niksic, Eira Lenasdatter Sætre, Iril Lenasdatter Sætre og Iben Amalie Skov Våer.

Landskampsdeltakelse/representasjon:

Menn

I sesongen 2025 hadde vi 1 mannlig utøver som representerte Norge i ulike internasjonale mesterskap, mot 2 i 2024. Vebjørn Hovdejord fra Snøgg startet på 3000 m hinder under European Team Championships Division 2, i Maribor i Slovenia i slutten av juni, men måtte

bryte etter et uhell underveis i løpet. Vebjørn ble også tatt ut til EM U23, på Fana Stadion i Bergen i juli, hvor han ble nr. 24 i forsøket på 3000 m hinder.

Kvinner

På kvinnesiden hadde 2 utøvere representasjonsoppgaver i sesongen 2025, mot 4 i 2024. Under VM i Mountain and Trail Running, i Canfranc-Pirineos i Spania i slutten av september, løp Mari Klakegg Fenre fra Siljan inn til en flott 16. plass i Long Trail 82 km.

Under EM U20, i Tampere i Finland i august, ble Nora Eikeng fra Urædd nr. 17 i kvalifiseringen i stav. Nora ble også tatt ut i stav til Nordisk mesterskap og landskamp senior innendørs, i Espoo i Finland i februar, og til Nordisk juniorlandskamp U20, i Uppsala i Sverige i juli, men ble stående uten resultat i begge disse stevnene da hun ikke klarte åpningshøyden.

Plasseringer i Norske mesterskap:

Menn

Under NM Hovedmesterskapet på Askøy, tok Vebjørn Hovdejord fra Snøgg 12. plass på 5000 m, på ny årsbeste. I tillegg ble det 33. plass til Christian Bredesen, Snøgg, på 800 m, og en 46. plass til Christian på 1500 m. Under NM innendørs i Bærum ble det en 15. plass til Christian Bredesen på 800 m, en 17. plass til Henrik Graver Odden, Kragerø, på 800 m, og en 22. plass til Henrik på 1500 m.

Forrige sesong, i 2024, ble det en 4. plass på 3000 m hinder og en 8. plass på 5000 m under Hovedmesterskapet. Under NM innendørs var det ingen deltagere fra Telemarks i 2024.

Under NM for junior på Fana Stadion i Bergen ble det 5. plass til Christian Bredesen, Snøgg, på 800 m i U23, og 7. plasser til Henrik Graver Odden, Kragerø, på 800 m og Jens Kristian Samuelsen, Rjukan, på 5000 m i U20. Videre ble det 15. plass til Sondre Røed Momrak, Fyresdal, og 18. plass til Tarjei Røed Momrak, Fyresdal, på 5000 m, 20. plass til Henrik Graver Odden på 1500 m, 21. plass på 800 m og 26. plass på 1500 m til Tobias Harstad Rinde,

Skarphedin, 27. plass på Sondre Røed Momrak og 31. plass til Tarjei Røed Momrak på 1500 m i U20. Forrige sesong, i 2024, ble det 6. plasser i kule og diskos, og 10. plass på 5000 m i U20.

Under UM Stjørdal ble det 2 gull til Jakob Macek, Rjukan, på 1500 m Hinder og 2000 m kappgang i G16, sølv til Henrik Graver Odden, Kragerø, på 800 m i G17, sølv til Philip Habla-Foss, Urædd, i slegge i G15 og bronse Odin Gundersen Palmgren, Urædd, i spyd i G18/19. Videre ble det 4. plasser til Jens Kristian Samuelsen, Rjukan, på 3000 m i G18/19, Tobias Harstad Rinde, Skarphedin, på 2000 m H i G17, Odin Gundersen Palmgren i kule i G18/19 og Philip Habla-Foss i kule i G15, 5. plasser i diskos til Philip Habla-Foss i G15 og Odin Gundersen Palmgren i G18/19, 6. plass til Tobias Harstad Rinde på 800 m i G17, 8. plass til Jakob Macek på 3000 m i G16, 11. plass til Tobias Harstad Rinde på 3000 m i G17, 24. plass på 100 m og 28. plass på 200 m til Albert Alexander Lomme, Urædd, i G18/19.

Forrige sesong i 2024 ble det sølv på 2000 m Hinder i G18/19, sølv i slegge i G15 og bronse på 1500 m Hinder i G15. Videre ble det 4. plass på 3000 m i G18/19, 5. plass på 800 m i G16, 8. plass på 200 m i G15, 9. plasser på 100 m og i lengde, 13. plass på 2000 m, 14. plass på 800 m og 15. plass på 2000 m i G15, 9. plass på 3000 m i G17 og 10. plass på 800 m i G18/19 til Telemark i UM.

Det var ingen deltagere fra Telemark på UM innendørs i 2025. I 2024 ble det gull på 1500 m kappgang i G15, bronse på 800 m i G16, 5. plass på 1500 m i G16 og 10. plass på 800 m i G15 i UM innendørs.

Under NM og UM Terrengløp kort løype på Bjerkebanen i Oslo ble det 6. plass til Sondre Harstad Rinde, Skarphedin, og 9. plass til Sondre Røed Momrak, Fyresdal, på 2 km i NM U20, 5. plass til Henrik Graver Odden, Kragerø, på 2 km i UM G17, og 19. plass til Sondre Garegg Gårdsmoen, Skarphedin, på 3 km i MS. I NM og UM Terrengløp lang løype på Jessheim, ble det bronse til Tarjei Røed Momrak, Fyresdal, på 3 km i G16, 5. plass til Tobias Harstad Rinde, Skarphedin, på 3 km i G17, 17. plass til Sondre Røed Momrak, Fyresdal, på 4,5 km i U20, og 24. plass til Sondre Garegg Gårdsmoen på 7,5 km i MS.

Under NM på Maraton og 10 km gateløp i Oslo, innlagt i Oslo Maraton, ble det en 18. plass til Marius Liljeberg Wang, Herkules, på 10 km i MS, mens Jens Kristian Samuelsen, Rjukan, tok

en flott 5. plass på 10 km i U20. I veteranklassene løp Otto Gullesen, Gjerpen, inn til en gullmedalje på Maraton i MV65-69 år. For øvrig tok utøvere fra Telemark totalt 11 gull og 3 sølv under de ulike veteranmesterskapene på bane innendørs og utendørs, samt terreng og gate, i 2025.

I 2024 ble det gull i MS under NM Terrengultra 88 km. Under NM/UM terrengløp kort løype i 2024 ble det 6. plasser i G16 og G17 og 8. plass i G15 på 2 km i UM, og 12. plass på 2 km i U20 i NM. I UM/NM terrengløp lang løype ble det 13. plass i NM senior på 10 km, 9. og 16. plass i NM junior på 6 km, sølv i G17, bronse i G16 og 4. plass i G15 på 4 km i UM. På NM 5 km gateløp i 2024 ble det 16. plass i MS og 8. plass i U20, mens det i NM 10 km gateløp også ble 16. plass i MS og en 6. plass i U20. I tillegg ble det sølv til Telemark i MV 65-69 år på 10 km. Det ble totalt 9 gull, 7 sølv og 1 bronse under ulike veteranmesterskap i 2024.

Kvinner

Telemark hadde ingen deltagere under NM Hovedmesterskapet på Askøy i 2025. Under NM innendørs i Bærum ble det sølv til Mille Augusta Wiborg, Herkules, i lengde uten tilløp i U20, 5. plass til Nora Eikeng, Urædd, i stav og 17. plass til Mille Augusta Wiborg på 60 m. Forrige sesong, i 2024, ble 4. plasser i stav og slegge, samt en 6. plass i slegge, under Hovedmesterskapet, mens det ble bronse i U20 i lengde uten tilløp under NM innendørs.

I NM for junior på Fana Stadion i Bergen i 2025 ble det 2 bronsemedaljer til Kaja Holte Fjeldstad, Herkules, på 1500 m og 3000 m i U20. Videre ble det 4. plass til Julie Lie Karlberg, Snøgg, i slegge, 8. plasser til Alvilde Johansen Kvaran, Rjukan, i lengde og Janna Lie Karlberg, Snøgg, i spyd, samt 11. plass til Janna Lie Karlberg i slegge og 21. plass til Alvilde Johansen Kvaran på 100 m i U20. Forrige sesong, i 2024, ble det gull i slegge i U23, 8. plass på 200 m og 11. plass på 100 m i U23, og 21. plass på 200 m i U20.

Under UM i Stjørdal i 2025 ble det hele 11 medaljer til Telemarks jenter, 4 gull, 2 sølv og 5 bronse. Kaja Holte Fjeldstad, Herkules, tok 2 gull i J15 på 800 m og 2000 m, Janna Lie Karlberg, Snøgg, tok gull i slegge i J15 og Maja Macek, Rjukan, tok gull på 2000 m kappgang i J15. Videre ble det 2 sølv til Maja Gundersen Palmgren, Urædd, i høyde og kule i J16, samt bronse i lengde. Julie Gollo Forberg, Rjukan, tok bronse på 1500 m hinder i J15, Julie Lie Karlberg, Snøgg, bronse i slegge i J18/19, Maja Macek bronse i spyd i J15 og Teodora Niksic, Rjukan, bronse i spyd i J17.

Aurora M. Naper-Helgestad, Kragerø, ble nr. 4 i lengde i J16, Maja Macek og Teodora Niksic nr. 4 i diskos i J15 og J17, Janna Lie Karlberg nr. 4 i kule i J15 og Maja Gundersen Palmgren nr. 4 spyd i J16. Videre i spyd ble det 5. plasser til Janna Lie Karlberg i J15 og Kaja Storøygaard, Rjukan, i J17, 6. plasser til Teodora Niksic i høyde J17, Iril Lenasdatter Sætre, Rjukan, i tresteg J16 og Anna Martine Ose Vinnstag, Urædd, i kule J16, 7. plass til Alvilde Johansen Kvaran, Rjukan, i lengde J18/19, 8. plass til Ann Kristin Eggerud, Rjukan, i spyd J16, 9. plass til Anna Martine Ose Vinnstad i spyd J16, 12. plass til Alvilde Johansen Kvaran på 100 m i J18/19, 13. plass til Julie Gollo Forberg på 200 m i J15, 14. plass til Maria Halland, Herkules, på 200 m i J18/19 og 16. plass til Carita Mehlum Vilnes, Rjukan, på 100 m i J15.

Forrige sesong, i 2024, ble det gull i slegge i J18/19, 3 sølv i J15, på 100 m, kule og spyd, og bronse på 200 m i J15. Videre ble det 4. plass i tresteg, 5. plass i lengde, 6. plass i spyd, 7. plass i tresteg og 9. plass i lengde i J15, 5. plasser i diskos og spyd, 6. plass i lengde, 7. plass i spyd og 8. plass i høyde i J16 og 7. plass i lengde i J17. Det var heller ingen deltagere fra Telemark under UM innendørs i 2025. Forrige sesong, i 2024, ble det gull på 60 m i J15, 7. plasser i høyde i J15 og J16, og 8. plasser i tresteg i J15 og lengde i J16.

I NM og UM i terrengløp kort løype, på Bjerkebanen i Oslo, ble det gull i UM til Kaja Holte Fjeldstad, Herkules, på 2 km i J15. Under NM 24-timer, på innendørsbanen rundt Bislett, ble det en flott 11. plass i KS til Sarah Marie Samuelsen, Rjukan, i hennes debut på 24-timers løp med totalt 175.973 km. Underveis i løpet ble det oppsiktsvekkende passeringer og nye kretsrekorder på 6-timer, 12-timer, 100 km og 100 Miles, før kroppen sa stopp etter ca. 19 timer. Fram til det tidspunktet hadde hun ligget på 2.-4. plass hele løpet. I NM og UM i mangekamp, innendørs i Bærum og utendørs på Jessheim, ble det 2 nye sølvmedaljer i UM til Maja Gundersen Palmgren, Urædd, i 5-kamp innendørs og 7-kamp utendørs i J16. I tillegg ble det totalt 5 gull, 4 sølv og 1 bronse til Telemark i de ulike veteranmesterskapene innendørs, utendørs, i mangekamp og i terrengløp.

Forrige sesong, i 2024, ble det gull på 88 km i KS under NM Terrengultra, samt 7. plass på 10 km i U20 under NM 10 km gateløp. I NM/UM i mangekamp ble det sølv i 5-kamp innendørs og sølv i 7-kamp utendørs i UM J15. I tillegg ble det totalt 3 gull, 3 sølv og 1 bronse til Telemark i de ulike veteranmesterskapene innendørs, i terrengløp og i gateløp.

I sesongen 2025 ble det tatt til sammen 47 mesterskapsmedaljer for jenter, gutter, kvinner og menn, 15 år til veteraner, fordelt på 27 for jenter/kvinner, og 20 for gutter/menn. Det var samme antall som i 2024, hvor det også ble tatt totalt 47 medaljer. Vi viser ellers til den omfattende og komplette resultatoversikten i vedlegg 4.

Analysen av resultatnivået i friidrettsbarometerne:

Barometerstatus pr. 31.12.2025 (sammendrag og sammenlikning):

Menn

Totalnivået for seniorfriidretten for menn i Telemark er dessverre fortsatt synkende, for de 16 sammenlignbare øvelsene av totalt 20. Barometerstatusen viser samlet sett en kraftig tilbakegang i sprintløpene, spesielt på de korteste distansene, mens det er en liten fremgang på 400 m. Det er nå ingen fra Telemark som hevder seg i nasjonal sammenheng i sprint lenger, i UM klassene fra 15 år og oppover, junior- eller seniorklassene.

I de lengre løpene er imidlertid nivået fortsatt høyt, og den positive utviklingen, ser ut til å fortsette med solid fremgang på 800 m og 3000 m. Vi fikk også fylt opp barometeret med 3 resultater på 3000 m hinder i 2025, og et solid poengsnitt på 724 poeng. Det høyeste snittet har vi på 3000 m, med 823 poeng, og med 5000 m like bak med 815 poeng. Nivået kan illustreres med 3 resultater under 1.57,0 på 800 m, 3 resultater under 4.00,0 på 1500 m, 5 resultater under 8.40,0 på 3000 m og 4 resultater under 15.00,0 på 5000 m. Totalt sett viser poengsnittet en liten fremgang fra året før. Vi har nå flere unge løpere fra 7 ulike klubber som alle har prestert mange sterke resultater på mellom- og langdistanse det siste året.

I hoppøvelsene har det igjen vært en kraftig tilbakegang i 2025, etter en liten fremgang året før. Det er i hovedsak svært unge utøvere i gutteklassene som har resultater i hopp, blandet med noen veteraner. Situasjonen i hopp er den samme som i sprint. Det var ingen deltagere fra Telemark i hoppøvelsene i nasjonale mesterskap (UM og NM) i 2025.

I kast er også nivået svært lavt, og resultatene er i hovedsak oppnådd av eldre veteraner og noen hobbykastere. Unntaket er spyd, hvor det er oppnådd et anstendig resultat av Odin Gundersen Palmgren (19) fra Urædd, som også har det beste resultatet i hopp med sitt lengderesultat. Det er ikke oppnådd noen resultater i slegge, men resultatene i spyd sørger for en samlet fremgang i kast fra året før på de 3 sammenlignbare øvelsene.

Situasjonen i kastøvelsene er noe lysere enn i sprint og hopp. Vi har noen utøvere som har hevdet seg bra i UM og tatt medaljer i flere kastøvelser i 2025. Flere av disse resultatene, med unntak av spyd, er imidlertid oppnådd med lettere kastredskap, så vi får håpe at utøverne etter hvert også oppnår resultater med seniorredskap. Status og nivå på seniorfriidretten i Telemark gjenspeiles for øvrig også av at det kun er satt 1 ny kretsrekord for menn senior og junior i 2025, av Vebjørn Hovdejord på 3000 m i MJ U23.

Telemark har imidlertid flere spennende utøvere på mellom- og langdistanse i Vebjørn Hovdejord (22), Snøgg, Marius Liljeberg Wang (24), Herkules, Arve Moen Listaul (31), Seljord, Jens Kristian Samuelsen (19), Rjukan, Sondre Harstad Rinde (19) og Tobias Harstad Rinde (17), Skarphedin, Sondre Røed Momrak (18) og Tarjei Røed Momrak (16), Fyresdal, Henrik Graver Odden (17), Kragerø, Christian Bredesen (20), Snøgg og Jakob Macek (16), Rjukan. Bakfra kommer det også en meget spennende 14-åring, Jonas Wilhelmsen Serkland, Herkules, som har satt en rekke nye bestenoteringer i Telemark i 2025. Samtlige deltagere fra Telemark i junior- og senior-NM i 2025 deltok for øvrig på mellom- og langdistanseløp.

	Poengsum	Poengsum	
	pr. 31.12.25	pr. 31.12.24	Diff.
Løp I (4 korte løp)	2.282	2.516	- 234
Løp II (5 lange løp)	3.880	3.826	+ 54
Hopp (4 resultater)	1.633	1.819	- 186
Kast (3 resultater)	1.217	1.059	+158
Sum 16 øvelser (av totalt 20)	9.012	9.220	- 208

Det er i 2025 fullt sammenligningsgrunnlag for kun 16 av de totalt 20 øvelsene. Fullstendig barometer i alle øvelser fremgår av vedlegg 1.

Kvinner

Også på kvinnesiden har tilbakegangen i resultatnivået i Telemark fortsatt å falle i 2025. Som for menn er det relativ stor tilbakegang i de korte sprintløpene, mens det er fremgang på 400 m. Totalt sett blir derfor ikke tilbakegangen i sprint så stor. I lange løp har fremgangen fra 2024 fortsatt, i likhet med på herresiden, og det er forbedring på alle de 3 distansene det er sammenlignings-grunnlag for. Vi har imidlertid kun klart å fylle opp barometeret på 13 av de 20 øvelsene, og her mangler resultater på både 5000 m, 10000 m hekkeløp og hinder, samt kule og spyd.

I hopp er det også samlet sett fremgang fra 2024, spesielt i øvelsene stav, lengde og tresteg, mens det er en liten tilbakegang i høyde. Det er kun den nye kretsrekorden til Nora Eikeng (19), Urædd, på 4,12 i stav fra innendørssesongen som er av nasjonalt format. Men, vi har flere lovende yngre utøvere som har prestert gode resultater både i høyde, lengde og tresteg, og som hevder seg bra i nasjonal sammenheng i aldersbestemte klasser. I kast opplever vi den største tilbakegangen i 2025, hvor vi ikke klarer å fylle opp barometeret i kule og spyd, og i tillegg har stor tilbakegang i de 2 eneste øvelsene som er fylt opp, diskos og slegge. Slegge og 800 m er imidlertid de 2 beste øvelsene på kvinnesiden i Telemark i 2025, med et snitt på 719 poeng. I 2024 hadde vi et snitt på 830 poeng i slegge.

I sprint har flere av våre beste utøvere fra de siste årene, som har hevdet seg i nasjonal sammenheng, ikke konkurrert i 2025. Dette gjelder både Tora Bøgeberg Lilleaas (20), Eidanger, og Lisa Maylen Stensøy (21), Herkules. Mille Augusta Wiborg (16) fra Herkules har dermed overtatt hegemoniet som den klart beste kortsprinter i Telemark. Vi fikk også et gledelig comeback etter skadefravær av Alvilde Johansen Kvaran (19), Rjukan, på kortsprinten og i lengde, hvor hun topper barometeret.

På mellom- og langdistanse har Eilén Brenne (22), Herkules, som for tiden studerer i USA, igjen levert flere gode løp på 800. Hun har fått med seg Kaja Holte Fjeldstad (15) i Herkules, og Kaja har prestert en rekke toppresultater på både 800 m, 1500 m og ikke minst 3000 m i

2025. Etter at hun bare var 0,06 sekund bak aldersrekorden i Norge for J 14 på 2000 m i 2024, forbedret hun i 2025 aldersrekorden på 3000 m i J 15 med over 6 sekunder til sterke 9.38,43. Den gamle rekorden på 9.44,7 tilhørte legenden Gunvor Hilde, og ble satt så langt tilbake som i 1978. I tillegg har Kaja også satt ny kretsrekord på 1500 m i KJ U23, med 4.28,42.

I hopp har vi heller ikke mange utøvere som hevder seg på nasjonalt nivå. I tillegg til Nora Eikeng i stav og Alvilde Johansen Kvaran i lengde, har vi Maja Gundersen Palmgren (16), Urædd, som hevder seg bra i høyde og lengde. Maja satser i likhet med tidligere klubbvenninner i Urædd på mangekamp, og har også vist lovende takter i kule, men har ennå ikke prøvd seg med seniorredskap. Ellers har vi en svært lovende tresteg- og lengdehopper, samt kortsprinter i 14-åringen Neele-Tincman-Aune, Herkules, og Mille Augusta Wiborg har prestert gode resultater både i tresteg og lengde uten tilløp, hvor hun tok sølv i junior-NM.

I kastøvelsene kule, diskos og spyd er nivået på seniorsiden i Telemark svært dårlig, med nesten ingen resultater på seniornivå, men vi fikk medaljer i UM både i kule og spyd også i 2025. I slegge har vi nå bare søstrene Janna (15) og Julie Lie Karlberg (19) fra Snøgg tilbake på nasjonalt nivå, og begge tok medaljer i UM i 2025.

	Poengsum	Poengsum	
	pr. 31.12.25	pr. 31.12.24	Diff.
Løp I (4 korte løp)	2.722	2.792	- 70
Løp II (3 lange løp)	1.970	1.843	+127
Hopp (4 res.)	2.445	2.366	+ 79
Kast (2 res.)	1.121	1.353	- 232
Sum 13 øvelser (av totalt 20)	8.258	8.354	- 96

Det er i 2025 fullt sammenligningsgrunnlag for kun 13 av de totalt 20 øvelsene. Fullstendig barometer i alle øvelser fremgår av vedlegg 2.

Jenter og gutter

Barometrene for jenter og gutter fra 10-19 år, vedlegg 3, viser en liten tilbakegang på totalt 66 poeng for jentene, og en tilbakegang på 47 poeng for guttene i sesongen 2025. For jenter er nivået omtrent som i 2025, men med en liten marginal tilbakegang i alle øvelsesgruppene. Den beste øvelsesgruppen er igjen lange løp, med et snitt på 1105 poeng, mot 1116 i 2024. For guttene er det fremgang i lange løp, som er den klart beste øvelsesgruppen med et snitt på 1086 poeng, mens det er en liten fremgang i hopp og tilbakegang i sprint, hekk og kast.

Rekordforbedringer (kretsrekorder, klasserekorder m.v.):

Menn

Det ble registrert kun 1 kretsrekord i sesongen 2025, på 3000 m i junior 22. Forrige sesong, i 2024, var det 16 forbedringer, hvorav 4 innendørs.

Kvinner

Vi fikk til sammen 8 rekordforbedringer i sesongen 2025, hvorav 1 innendørs og 5 utendørs for senior. Hele 4 av seniorrekordene ble satt på ulike Ultradistanser, i forbindelse med 24-timers løp. For junior ble det satt 2 rekorder, hvorav den ene også er seniorrekord. Alle utendørsrekordene ble satt på lange løp. I forrige sesong, i 2024, var det i alt 10 forbedringer, hvorav 3 innendørs.

Jenter og gutter

Det ble registrert totalt 20 bestenoteringer/klasserekorder for jenter og gutter i 2025, mot 21 i 2024. 12 av rekordene i 2025 var for jenter og 8 for gutter. Liste over alle bestenoteringer som er oppnådd for jenter og gutter 11-19 år, samt kretsrekorder for menn og kvinner, inngår i vedlegg 4. Komplette ajourførte liste over gjeldende kretsrekorder / bestenoteringer legges ut årlig på kretsens hjemmeside.

De 20 beste utøverne (for jenter og gutter:

I vedlegg 5 følger oversikter over de 20 beste jenter og gutter i 2025, representert med den enkeltes beste resultat beregnet etter Tyrvingtabellen. Poengsnittet for de 20 beste resultatene viser en liten tilbakegang for jentene, fra 993 poeng i 2024 til 979 poeng i 2025, og føyer seg inn i rekken med årlig tilbakegang helt tilbake til 2018, hvor snittet var 1051 poeng. Rekordsnittet på 1059 poeng er fra 2009. For guttene er det også en liten tilbakegang, fra 986 poeng i 2024 til 978 poeng i 2025. Her har nivået holdt seg jevnt de fleste årene, med et rekordsnitt på 1002 poeng i 2007.

TFIK's utmerkelser:

Oversikt over vinnere av TFIK's utmerkelser i 2025 for de enkelte øvelsesgrupper, jenter - kvinner og gutter - menn, framgår av vedlegg 6, og liste over kretsmestere i Telemark i 2025 i vedlegg 7.

Status og framtidsutsikter

Som det fremgår av gjennomgangen av resultatnivået for friidretten i Telemark, så er bredden totalt sett relativt tynn. Innenfor mellom- og langdistanseløp er imidlertid nivået og bredden god, med både kvinner/jenter og menn/gutter som hevder seg bra både i nasjonal og internasjonal sammenheng. Men i mange øvelser, spesielt i hopp og kast på guttesiden, er det veldig liten bredde og få nye utøvere som kommer opp. På jentesiden er imidlertid nivået i hopp og kast bedre, slik som blant annet i stav og slegge, hvor Telemark har hatt noen av landets beste utøvere. Også i sprint kommer det opp nye lovende utøvere på jentesiden i Telemark.

Det ble tatt forholdsvis mange medaljer i mesterskap også i sesongen 2025, og mange av disse ble tatt i de ulike veteranmesterskapene. Men også under de ulike UM ble det tatt mange medaljer, totalt 20, hvorav hele 14 for jenter, mens det i NM junior ble tatt 3 medaljer i 2025. For senior ble det ikke tatt noen medaljer i Hovedmesterskapet i 2025, slik det også var i 2024. Det er i imidlertid flere Telemarksutøvere som hevder seg i toppen nasjonalt på seniornivå, som har tatt medaljer i Hovedmesterskapene de siste årene, og som fremdeles er aktive. Situasjonen er derfor ikke bare negativ, og flere av disse vil nok fortsatt være med i kampen om medaljer i årene fremover.

Totalt sett er det derfor såpass mange lovende yngre utøvere i flere øvelser, både for jenter og gutter, at fremtiden for friidretten i Telemark må anses som relativt lys.

Notodden 24. februar 2026

Tore Bredesen

- Vedlegg 1 - TFIK's friidrettsbarometer for menn pr. 31.12.2025
- Vedlegg 2 - TFIK's friidrettsbarometer for kvinner pr. 31.12.2025
- Vedlegg 3 - Friidrettsbarometre for jenter og gutter pr. 31.12.2025
- Vedlegg 4 - Resultatoversikt friidrettssesongen 2025, inkludert nye kretsrekorder og
bestenoteringer og mesterskapsplasseringer i 2025
- Vedlegg 5 - De 20 beste jentene og guttene i Telemark i 2025
- Vedlegg 6 - TFIK's utmerkelser for sesongen 2025
- Vedlegg 7 - Telemarks kretsmestere i 2025

ÅRSBERETNING FOR SESONGEN 2023

SERIE-/REKORD-/STATISTIKKUTVALGET

ORGANISERING OG ARBEIDSOPPGAVER

Utvalgets sammensetning og mandat

Utvalget har hatt denne sammensetning:

Leder: Tore Bredeesen, Snøgg

Utvalget arbeider i henhold til "Instruks for serie- og statistikkutvalget" i Organisasjonsplan for Telemark Friidrettskrets.

Om statistikkarbeidet

Arbeidet med lagseriene

Leder er medlem av Serieutvalget i Norges Friidrettsforbund, og er seriefører for Telemark. Det utarbeides ferdige serierapporter for senior, som publiseres på Friidrett.no gjennom sesongen. Framstillingen av jente- og gutteserien for kretsen er imidlertid mer tyngende, da flere av klubbene har mangelfull rapportering av resultater. Her bes klubbene om å etablere gode rutiner på fortløpende føring av statistikk over egne resultater gjennom sesongen. Det er viktig at klubbene «eier» egne resultater, noterer klubbrekorder samt resultater og plasseringer i mesterskap og større stevner.

For 2023 er det kun mottatt rapporter for Teleserien for gutter og jenter fra Rjukan, Skarphedin og Snøgg. **Årsberetningen inneholder derfor kun resultatene til disse 3 klubbene.** Dersom kretsen fremdeles skal presentere resultater fra Teleserien fremover må klubbene ta ansvar for å sende inn sine resultater til statistikkfører. Dette trenger ikke være mer komplisert enn en liste over utøvernes besteresultater i hver øvelse for den enkelte sesong.

Resultatoversikt for Telemarksutøverne:

Utvalget fører løpende statistikk over de oppnådde resultatene for Telemarksutøverne, inkludert plasseringer i mesterskap, samt oppdaterer lister over rekorder / bestenoteringer og Alle tiders statistikk kontinuerlig. For junior og senior faller dette sammen med oppgaven som seriefører / koordinator. Det følges også med på resultatene til jente- og gutte-utøvere, men føres ikke komplett oversikt for disse resultatene.

"Alle tiders"-oversikten (for Telemark):

Oversikten over de beste resultatene gjennom alle tider i Telemark kom ut første gang i 1991, og blir kontinuerlig ajourført. Det føres stadig inn endringer og tilføyelser i flere øvelser, også gjennom utvidelser av de nedre resultatgrensene. Nå er denne oversikten på over 140 sider, og en oppdatert utgave legges ut på kretsens hjemmeside ved avslutningen av innendørssesongen nå i mars 2024.

Friidrettsbarometere:

Presentasjon av friidrettsbarometere for menn og kvinner er videreført under benevnelsen «TFIK's friidrettsbarometer». Disse legges ut på kretsens hjemmeside. Vi har nå sluttbarometre for menn sammenhengende for alle år etter 1947 (for kvinner er det kontinuerlig fra 1974), så her finnes det mye historie. Barometere for 2023 følger vedlagt ([vedlegg 1](#) og [vedlegg 2](#)). Det er også laget eget barometer for jenter og gutter ([vedlegg 3](#)).

Aktuell informasjon, terminlister, resultatoversikter m.v.:

Terminlister og annen nødvendig informasjon, resultater og statistikk legges ut på NFIF's nettsider Friidrett.no, hvor også kretsene har sine egne sider. Utvalget sørger for ajourføring av all statistikk, som legges ut på hjemmesiden til Telemark Friidrettskrets.

RAPPORT OM DEN IDRETTSLIGE AKTIVITETEN

Lagseriene:

MENN:

Den landsomfattende lagserien omfatter 1., 2. og 3. divisjon. Det er en minimumsgrense på 5.000 poeng for å kunne være med på den offisielle poengstillingen. Denne sesongen var samtlige herrelag fra Telemark i 3. divisjon, og det var 7 lag fra 5 klubber som kom over grensen på 5.000 poeng. Samme antall lag, men 2 færre klubber enn i 2022. Snøgg Friidrett kom på en 10. plass i 2023 med 12.738 poeng, mens Rjukan med en 28. plass var det andre Telemarkslaget blant de 50 beste.

Landsserien, 3. divisjon:

(12 obligatoriske + 8 valgfrie øvelser = 20 resultater)

10. Snøgg Friidrett, 1. lag	12.738 p.	(20 res., 7 delt)	(16. 12.033)
28. Rjukan IL, 1. lag	10.759 "	(20 " , 7 ")	(46. 9.252)
54. Herkules Friidrett	9.117 "	(18 " , 8 ")	(63. 8.454)
110. Snøgg Friidrett, 2. lag	6.522 "	(19 " , 12 ")	(-)
127. IL Skarphedin	5.959 "	(10 " , 5 ")	(98. 7.051)

128. Urædd Friidrett	5.926 "	(15 " , 5 ")	(38. 9.833)
139. Rjukan IL, 2. lag	5.673 "	(20 " , 10 ")	(79. 7.464)

Teleserien:

(12 obligatoriske + 8 valgfrie øvelser = 20 resultater)

1. Snøgg Friidrett, 1. lag	12.738 p.	(20 res., 7 delt)	(1. 12.033)
2. Rjukan IL 1. lag	10.759 "	(20 " , 7 ")	(3. 9.252)
3. Herkules Friidrett	9.117 "	(18 " , 8 ")	(4. 8.454)
4. Snøgg Friidrett, 2. lag	6.522 "	(19 " , 12 ")	(8. 3.819)
5. IL Skarphedin	5.959 "	(10 " , 5 ")	(7. 7.051)
6. Urædd Friidrett 1. lag	5.926 "	(15 " , 5 ")	(2. 9.833)
7. Rjukan IL, 2. lag	5.673 "	(20 " , 10 ")	(9. 3.487)
8. Fyresdal IL	4.950 "	(10 " , 2 ")	(10. 3.371)
9. Seljord IL	4.536 "	(8 " , 3 ")	(6. 7.464)
10. Kragerø IF	3.828 "	(9 " , 7 ")	(5. 7.469)
11. Snøgg Friidrett, 3. lag	2.891 "	(8 " , 5 ")	(-)
13. Langesund Friidrett	2.737 "	(7 " , 7 ")	(12. 2.846)
14. Eidanger IL	2.421 "	(10 " , 5 ")	(16. 881)
15. IF Ørn	2.291 "	(5 " , 1 ")	(11. 3.052)
16. Snøgg Friidrett, 4. lag	1.715 "	(7 " , 7 ")	(-)
17. Gjerpen IF	983 "	(5 " , 2 ")	(13. 1.170)
18. Sauland IL	488 "	(1 " , 1 ")	(-)
19. Treungen IL	359 "	(4 " , 1 ")	(17. 488)

Vinnerlaget:

Lars Andreas Arud, Christian Bredesen, Kjetil Brårud, Vebjørn Hovdejord, Sondre Mork Kasin,
Adrian Svendsen og Roar Uglem.

KVINNER:

Denne sesongen var det 6 kvinnelag i Telemark, fordelt på 4 klubber, som kom over grensen på 5000 poeng for å kunne være med på den offisielle landsomfattende poengstillingen. Det var 2 lag og 2 klubber mindre enn i 2022. Som for menn var også alle kvinnelagene fra Telemark i 3. divisjon i 2023, men Urædd som beste lag fra Telemark på en 4. plass rykker dermed opp i 2. divisjon i 2024. Herkules på 6. plass og Rjukan på 20. plass var like bak.

Landsserien, 3. divisjon:

(12 obligatoriske + 8 valgfrie øvelser = 20 resultater)

4. Urædd Friidrett	13.078 p.	(20 res., 7 delt)	(5. 12.974)
6. Herkules Friidrett, 1. lag	12.764 "	(20 " , 10 ")	(14. 11.755)
20. Rjukan IL, 1. lag	11.274 "	(20 " , 7 ")	(31. 10.164)
79. Snøgg Friidrett	7.787 "	(19 " , 6 ")	(51. 9.193)
87. Herkules Friidrett, 2. lag	7.572 "	(16 " , 8 ")	(80. 7.476)
89. Rjukan IL, 2. lag	7.464 "	(20 " , 7 ")	(127. 5.535)

Teleserien:

(12 obligatoriske + 8 valgfrie øvelser = 20 resultater)

1. Urædd Friidrett 1. lag	13.078 p.	(20 res., 7 delt)	(1. 12.974)
2. Herkules Friidrett, 1. lag	12.764 "	(20 " , 10 ")	(2. 11.755)
3. Rjukan IL, 1. lag	11.274 "	(20 " , 7 ")	(3. 10.164)
4. Snøgg Friidrett 1. lag	7.787 "	(19 " , 6 ")	(4. 9.193)
5. Herkules Friidrett, 2. lag	7.572 "	(16 " , 8 ")	(5. 7.476)
6. Rjukan IL, 2. lag	7.464 "	(19 " , 7 ")	(8. 5.535)
7. Seljord IL	4.626 "	(8 " , 3 ")	(6. 6.922)

8. IL Skarphedin	4.208 "	(12 " , 7 ")	(9. 4.466)
9. Kragerø IF	3.452 "	(7 " , 3 ")	(10. 3.515)
10. Eidanger IL	3.056 "	(4 " , 1 ")	(7. 6.773)
11. Høydalsmo IL	2.644 "	(4 " , 1 ")	(13. 2.241)
12. Langesund Friidrett	819 "	(2 " , 2 ")	(12. 2.750)
13. IF Ørn	583 "	(1 " , 1 ")	(14. 391)
14. Gjerpen IF	390 "	(1 " , 1 ")	(11. 2.790)

Vinnerlaget:

Leonora Maria Bråthen, Ida Eikeng, Nora Eikeng, Kaja Holte Fjeldstad, Matilda Leonora Moen Kasin, Maja Gundersen Palmgren og Anna Martine Ose Vinnstad.

Gutter:

1. Rjukan IL 1. lag	19.986 p	(20 res., 6 delt)	(1. 20.170)
2. Snøgg Friidrett 1. lag	16.790 p	(20 " , 8 ")	(2. 18.210)
3. IL Skarphedin	15.362 p	(20 " , 13 ")	(4. 16.708)
4. Snøgg Friidrett 2. lag	6.070 p	(11 " , 5 ")	(9. 14.296)

Vinnerlaget:

Steffen Dyrnes, Noah Osman Fronth Høybø, Jakob Macek, Bastian Asdal Ringsevjen, Jens Kristian Samuelsen og Håvard Solvold Sætre.

Jenter:

1. Rjukan IL 1. lag	17.565 p	(20 res., 8 delt)	(3. 17.426)
2. Snøgg Friidrett 1. lag	17.029 p	(20 " , 6 ")	(4. 16.557)
3. IL Skarphedin	13.701 p	(20 " , 11 ")	(8. 14.583)
4. Snøgg Friidrett 2. lag	3.060 p	(7 " , 2 ")	(11. 3.216)

Vinnerlaget:

Julie Gollo Forberg, Alvilde Johansen Kvaran, Maja Macek, Teodora Niksic, Kaja Storøygard, Iril Lenasdatter Sætre, Carita Mehlum Vilnes og Iben Amalie Skov Vår.

Landskampsdeltakelse/representasjon:

Menn

I sesongen 2023 hadde vi 2 mannlige utøvere som representerte Norge i ulike internasjonale mesterskap, mot 3 i 2022. **Vebjørn Hovdejord** fra Snøgg Friidrett tok bronse på 3000 m hinder under Nordisk mesterskap for senior i København i Danmark. I VM Terrengultra i Østerrike tok **Tobias Dahl Fenre** fra Siljan en 18. plass på 87 km. Under EM U23 i Espoo i Finland løp Vebjørn inn til 13. plass på 5000 m, men måtte bryte 3000 m hinder etter skade. I EM i terrengløp i Brüssel i Belgia ble det en ny 13. plass på Vebjørn i U23 på 7 km, mens det ble en gledelig og historisk bronsemedalje på Vebjørn i lagkonkurransen, som den nest beste løperen på det norske laget.

Kvinner

På kvinnesiden hadde hele 6 utøvere representasjonsoppgaver i sesongen 2023, mot 2 i 2022. **Sarah-Christine Mikkelsen**, Snøgg, og **Julie Lie Karlberg**, Snøgg, deltok i kastalandskamp for junior mellom Danmark og Norge, i Haderslev i Danmark. Sarah ble nr. 2 i slegge i U23 og Julie nr. 5 i slegge i U20. I VM Terrengultra i Østerrike tok **Mari Klakegg Fenre** fra Siljan en meget sterk 8. plass på 87 km.

Under Nordisk juniorlandskamp på Bislett ble **Lisa Maylen Stensøy**, Herkules, nr. 7 på 400

m, og deltok på vinnerlaget til Norge på 4 x 400 m stafett. Det ble også en 7. plass til Julie Lie Karlberg i slegge. Under Student-OL i Chengdu i Kina deltok **Ida Eikeng**, Urædd. Hun ble nr. 13 i spyd, og brøt 7-kampen. Til slutt deltok **Tora Bøgeberg Lilleaas**, Eidanger, og Lisa Maylen Stensøy i EM U20 i Jerusalem i Israel. Tora ble slått ut i forsøket på 100 m, og løp på Norges lag på 4 x 100 m stafett, som ble nr. 9. Lisa Maylen løp på laget på 4 x 400 m stafett, som ble nr. 10.

Plasseringer i Norske mesterskap:

Menn

Under **NM Hovedmesterskapet på Jessheim**, forsvarte Vebjørn Hovdejord fra Snøgg sin bronsemedalje på 3000 m Hinder fra NM i 2022. Dermed har det blitt bronse til Telemark på 3000 m hinder i NM 4 år på rad. I tillegg ble det 21. plass til Halvor Nymoen Winberg, Her-kules, på 1500 m, etter at han ble utslått i forsøket. Under **NM innendørs i Bærum** ble det 7. plass til Sondre Mork Kasin, Snøgg, i lengde uten tilløp, 9. plass til Vebjørn Hovdejord på 3000 m og 12. plass til Halvor Nymoen Winberg på 1500 m.

Forrige sesong i 2022 ble det, i tillegg til bronse også en 8. plass på 3000 m hinder, samt en 10. plass på 1500 m under Hovedmesterskapet. Under NM innendørs ble det 6. plass på 1500 m og 8. plass på 3000 m i 2022.

Under **NM for junior i Sandnes** ble det sølv i klasse U23 til Vebjørn Hovdejord, Snøgg, på 3000 m Hinder, samt 4. plass på 5000 m. Odin Gundersen Palmgren, Urædd, tok 4. plass i spyd i U20, og Christian Bredesen, Snøgg, 8. plass på 800 m i U20, etter å ha vunnet sitt forsøksheat. I tillegg ble det 10. plass på Marius Liljeberg Wang, Herkules, på 5000 m i U23, 11. plass på Sondre Harstad Rinde, Skarphedin, på 800 m i U20 og 22. plass på Jens Kristian Samuelsen, Rjukan, på 5000 m i U20.

Forrige sesong, i 2022, ble det gull på 3000 m Hinder, sølv på 110 m hekk, bronse i stav, 4. plass på 5000 m og 5. plass på 200 m i U20, mens det ble en 5. plass på 5000 m i U23.

Under **UM i Bergen** ble det 1 sølv og 2 bronse til Telemark. Odin Gundersen Palmgren, Urædd, tok sølv i spyd og bronse i kule i G17, samt 6. plass i diskos. Sebastian Gollo Forberg, Rjukan, tok bronse i spyd G16, Jens Kristian Samuelsen, Rjukan, ble nr. 6 på 3000 m i G17, og Bastian Asdal Ringsevjen, Rjukan, ble nr. 7 i høyde i G16.

Forrige sesong ble det 1 gull, 1 sølv og 2 bronse til Telemark i UM, samt 4. plass i spyd og 8. plasser i diskos og slegge i G15, 6. plass på 3000 m og i diskos, samt 7. plass i lengde og 8. plasser på 800 m og kule i G16, 7. plass på 400 m i G17 og 9. plasser på 100 m og på 3000 m i G18/19.

Under **UM innendørs i Ulsteinvik** ble det 6. plass til Christian Kahindo, Snøgg, i kule i G15, 10. plass til Markus Aseged Nesholen, Snøgg, på 800 m i G16 og 12. plass til Adrian Svendsen i lengde G18/19. I 2022 ble det bronse på 1500 m i G16, 5. plass på 800 m i G15, 6. plass på 400 m og 7. plass på 800 m i G17.

Under **NM og UM Terrengløp kort løype i Grimstad** ble det bronse til Sondre Harstad

Rinde, Skarphedin, på 2 km i G17 og 6. plass til Tobias Harstad Rinde, Skarphedin, på 2 km i G15. Under **NM og UM Terrengløp lang løype i Oslo** ble det 7. plass til Tobias Harstad Rinde, Skarphedin, på 4 km i G15, 11. plass til Vebjørn Hovdejord, Snøgg, og 24. plass til Marius Liljeberg Wang, Herku-les, på 10 km senior, samt bronse til Raymond Albrigtsen, Langesund, på 6 km i MV 55-59 år. Under **NM Halvmaraton i Skien** ble beste plasseringer i seniorklassen en 21. plass til Arve Listaul, Seljord, og en 22. plass til Lars Heldal Larsen, Gjerpen. I veteranklassene ble det 1 gull, 1 sølv og 2 bronse til Telemark. Utøvere fra Telemark tok også totalt 10 gull og 1 bronse, fordelt på 3 utøvere, under **veteranmesterskapene på bane** innendørs og utendørs i 2023.

Under NM/UM terrengløp forrige sesong i 2022 ble det 6. plass i UM i G17 og 12. plass i NM senior i kort løype, sølv på 6 km U20, 15. plass på 10 km i MS, 7. plass på 4 km i UM G16 og 8. plass på 4 km i UM G17 i lang løype. I tillegg ble 15. og 19. plass i seniorklassen under NM Maraton, og totalt 15 gull, 5 sølv og 3 bronse, under ulike veteranmesterskap i 2022.

Kvinner

I **NM Hovedmesterskapet på Jessheim** ble det sølv til Sarah-Christine Mikkelsen, Snøgg, i slegge, samt en 7. plass til Julie Lie Karlberg, Snøgg, i samme øvelse. Videre ble det 8. plass i finalen til Tora Bøgeberg Lilleaas, Eidanger, på 100 m, 9. plass til Eilén Brenne, Herkules, på 800 m og 12. plass til Lisa Maylen Stensøy, Herkules, på 400 m. Forrige sesong ble det gull og 10. plass i slegge, 10. plass på 200 m, 11. plass på 400 og 12. plass i spyd.

- I **NM for junior i Sandnes** ble det igjen gull til Sarah-Christine Mikkelsen, Snøgg, i slegge i U23, og bronse til Julie Lie Karlberg, Snøgg, i samme øvelse i U20. Videre ble det bronse til Tora Bøgeberg Lilleaas, Eidanger, på 100 m, og til Lisa Maylen Stensøy, Herkules, på 400 m i U20, samt til Herkules på 1000 m stafett i U20. Videre ble det 11. plasser til Thea Lovise Nordanger, Herkules, på 100 m i U23 og til Alvilde Johansen Kvaran, Rjukan, i lengde U20, samt 13. plass til Ingrid Stigen Byggland, Høydalsmo, på 200 m.

- Forrige sesong i 2022 ble det gull og bronse i slegge og bronse i diskos i U23, og bronse på 400 m og 1000 m stafett i U20. Videre ble det 4. plasser i slegge i U20 og i kule i U23, 5. plass på 800 m i U20, og 6. og 8. plass i spyd i U20.

- I **UM i Bergen** ble det 2 sølv, til Lisa Maylen Stensøy, Herkules, på 200 m i J18/19, og til Alvilde Johansen Kvaran, Rjukan, i tresteg J17, og 4 bronse, til Lisa Maylen på 400 m i J18/19, Louise Skovgaard Fjalestad, Herkules, på 100 m i J18/19, Julie Lie Karlberg, Snøgg, i slegge i J17 og Iben Amalie Skov Vær, Rjukan, i slegge J16. Videre ble det 4. plasser til Alvilde i lengde J17 og Teodora Niksic i spyd J15 og 5. plass til Herkules på 1000 m stafett i J17-19. Teodora tok også 5. plass i diskos og 6. plass i høyde i J15. I tillegg ble det 6. plass til Christina Amalie Sverdsten, Herkules, og 7. plass til Kaja Storøygard, Rjukan, i lengde J15, 8. plasser til Ingrid Stigen Byggland, Høydalsmo, på 100 m i J18/19 og Ingvild Horgen, Skarphedin, på 800 m i J15, samt 10. plass til Louise på 100 m i J18/19 og 13. plasser på 200 m til Ingrid på 200 m i J18/19 og Thea Steiro Belvik på 100 m i J17.

- Under **UM innendørs i Ulsteinvik** ble det gull til Nora Eikeng, Urædd, i stav J17 og sølv til Tora Bøgeberg Lilleaas, Eidanger, på 200 m i J18/19. Tora tok også en 4. plass på 60 m i J18/19, mens Nora ble nr. 6 på 60 m i J17. Leah Marie Lorne, Seljord, ble nr. 11 på 200 m

og nr. 13 på 60 m i J17.

-
- Forrige sesong ble det gull på 400 m og 800 m i J18/19 og i slegge i J16, sølv og bronse i spyd J18/19, bronse på 100 m h k i J17 og 1000 m stafett i J17-19. Videre ble det 4. plasser på 200 m og 400 m i J18/19 og kule og diskos i J16, 5. plass i slegge i J15, og 6. plasser på 400 m i J17 og J18/19 og i tresteg J18/19.
-
- Under **NM i Halvmaraton i Skien** ble det 2 gull, 1 sølv og 1 bronse i veteranklassene til Telemark og i **NM Motbakkeløp i Treungen** ble det 5. plass til Gunhild Kvålseth, Morgedal, 8. plass til Mariann Roe, Skarphedin, og 9. plass til Brita Cecilie Mustad, Langesund, på 4,3 km i kvinner senior. I **NM Maraton i Oslo** ble det 12. plass til Marie Fornes Danielsen, Gjerpen, 13. plass til Kari Beate Hovde, Sauland, og 15. plass til Marianne Årdalen, Gjerpen, i seniorklassen. I tillegg ble det 1 gull til Telemark under **NM veteraner på bane i Modum** ved Torunn Holtan, Gjerpen, på 5000 m i KV 60-64 år. Forrige sesong i 2022 ble det gull i NM Terrengultra, samt 8. plass og 16. plass under NM maraton.

I sesongen 2023 ble det da tatt totalt 44 mesterskapsmedaljer, mens det i 2023 ble tatt 53 medaljer. Vi viser ellers til den omfattende og komplette resultatoversikten i vedlegg 4.

Analyser av resultatnivået i friidrettsbarometerne:

Barometerstatus pr. 31.12.2023 (sammendrag og sammenlikning):

Menn

Etter en liten fremgang på seniorsiden i friidrett for menn i Telemark i sesongen 2022, har det igjen vært en tilbakegang i 2023. Barometerstatusen viser en liten tilbakegang i sprintløpene, samt en større tilbakegang i hopp og kast. I lange løp fortsetter imidlertid den positive utviklingen, med fremgang i alle øvelsene fra 800 m til 10000 m. Nivået i lengre løp, både på mellomdistanse og langdistanse, er nå generelt høyt, og spesielt på langdistanse har det knapt vært bedre.

Gjennomsnittet for de 3 beste på 3000 m og 5000 m er igjen over 800 poeng, som i 2021 og 2022, og i tillegg er også snittet på 10000 m over 800 poeng i 2023. Disse øvelsene er derfor de klart beste på herresiden i Telemark, med snittet på 3000 m på 875 poeng som en klar topp. Det viser også antall nye kretsrekorder for menn senior og junior i 2023, hvor hele 11 rekorder/forbedringer er satt på lengre løpsdistanser innendørs og utendørs.

I sprint har nivået i Telemark gått kraftig tilbake de siste årene, men har flatet litt ut i 2023 hvor nivået stort sett er på samme nivå som i 2022 i de enkelte øvelsene. Med ett unntak er det ingen fra Telemark som hevder seg i nasjonal sammenheng i sprint lenger. I hoppøvelsene er situasjonen noe av det samme, men i stav har nivået falt kraftig da ingen av de beste stavhopperne har konkurrert i 2023 på grunn av skader og militærtjeneste. I kastøvelsene er det ikke lenger utøvere på et godt seniornivå, med unntak av i spyd hvor det er noen yngre kastere som hevder seg. Nedgangen i resultatnivået fra tidligere år er derfor spesielt merkbart i de tekniske øvelsene, hopp og kast samt hekkeløp, men dette er også en tydelig trend i nasjonal sammenheng.

Telemark har imidlertid flere spennende utøvere på mellom- og langdistanse i Vebjørn

Hovdejord (21), Snøgg, Marius Liljeberg Wang (23), Herkules, og Halvor Nymoen Winberg (25), Herkules. Vebjørn forsvarte sin NM-bronse på 3000 m hinder, og tok også bronse på samme distanse i Nord-isk mesterskap for senior i 2023. Han er på U23-landslaget i mellom- og langdistanse, og representerer Norge i EM U23 på bane og i EM terrengløp. Der tok han en historisk bronsemedalje i lagkonkurransen i U23, som nest beste løper på det norske laget. Det er første medalje til en Telemarking i en løpsøvelse i EM noen gang. Vebjørn slettet også en 50 år gammel kretsrekord på 5000 m i 2023.

Halvor har også fortsatt fremgangen, og nærmer seg nå kretsrekorden i Telemark på 3000 m, mens Marius har tatt store steg og var 1 av 2 løpere fra Telemark på 29-tallet på 10000 m i 2023. Dette lover derfor veldig bra for fremtiden, og det er et godt håp om at flere av de gamle kretsrekordene på 3000 m og 10000 m nå også kan bli slått.

	Poengsum pr. 31.12.23	Poengsum pr. 31.12.22	Diff.
Løp I (4 korte løp)	2.530	2.556	- 26
Løp II (5 lange løp)	4.032	3.747	+285
Hopp (4 res.)	1.714	2.161	- 447
Kast (2 res.)	622	761	- 139
Sum 15 øvelser (av totalt 20)	8.898	9.225	- 327

Det er fullt sammenligningsgrunnlag for 15 av de totalt 20 øvelsene. Fullstendig barometer i alle øvelser fremgår av *vedlegg 1*.

Kvinner

Også på kvinnesiden har det vært en tilbakegang i resultatnivået i Telemark i 2023, etter fremgang året før. Etter en positiv utvikling i lange løp i 2022, har dessverre nivået gått kraftig tilbake i 2023. Med unntak av 800 m og 5000 m har vi ikke klart å fylle opp barometeret på de øvrige distansene. På sprint har vi imidlertid opprettholdt nivået, spesielt på kortsprinten 60-200 m, mens det står noe dårligere til på langsprint, 400 m.

I hopp er det totalt sett framgang fra 2022, som den eneste øvelsesgruppen, og da konkret i øvelsene høyde, lengde og tresteg, mens det er tilbakegang i stav. I kast er det tilbakegang i diskos og spyd, mens det er litt framgang i kule og en stor forbedring i slegge, hvor vi har et poengsnitt på 813 poeng. Det er kun 200 m, med et snitt på 829 poeng, som er bedre på årets barometer. Totalt sett, innenfor alle øvelsesgrupper, er det imidlertid en tilbakegang på drøye 200 poeng i forhold til 2022.

I sprint har vi flere lovende utøvere, som hevder seg godt i nasjonal sammenheng. Tora Bøgeberg Lilleaas (19), Eidanger, har tatt medalje både i UM innendørs og NM-junior utendørs i 2023, og kom i tillegg til finalen på 100 m i Hovedmesterskapet. Hun representerte også Norge i EM U20 i Jerusalem. Lisa Maylen Stensøy (20), Herkules, tok også medalje i UM og NM-junior på 400 m i 2023, og var også med på Norges vinnerlag på 4 x 400 m stafett i Nordisk U20 landskamp. I tillegg til disse er det flere ungjenter som hevder seg godt, i tillegg til etablerte Ida Eikeng (25), Urædd, som i 2023 ikke deltok i hjemlige mesterskap etter avslutning av sesongen i USA.

På mellom- og langdistanse er det fremdeles tynt bak Eilén Brenne (21), Herkules, som er Telemarks klart beste på 800 m, men det er imidlertid noen lovende ungjenter på 14-16 år som har hatt fin fremgang på 800 m og 1500 m i 2023, og som kan bedre nivået på lengre løp

i Telemark i årene fremover.

I hopp er nivået forholdsvis lavt, med unntak av søstrene Ida og Nora Eikeng. Ida tar seg som før av høyde og lengde, mens Nora (18) tar seg av stav, hvor hun igjen har satt ny kretsrekord. Nora mistet nok en gang mye av utendørssesongen 2023 på grunn av skade, men har nå på nyåret fortsatt der hun slapp i fjor, med å forbedre kretsrekorden. Det er også gledelig med fremgangen til Alvilde Johansen Kvaran (18), Rjukan, i lengde og tresteg, hvor hun tok en sølvmedalje i UM 2023.

I kast er nivået i Telemark totalt sett meget bra, med sterke resultater i kule og spyd av mange-kjemper Ida Eikeng. Sarah-Christine Mikkelsen (22), Snøgg, forsvarte sitt gull i slegge under NM-junior, og tok sølv i Hovedmesterskapet. I tillegg ble det bronse i NM-junior til Snøggs lovende sleggekaster Julie Lie Karlberg (18). Telemark har også flere lovende sleggekastere, blant annet Iben Amalie Skov Vær (17), Rjukan, som også tok medalje i sin årsklasse under årets UM.

	Poengsum pr. 31.12.23	Poengsum pr. 31.12.22	Diff.
Løp I (4 korte løp)	2.983	3.059	- 76
Løp II (2 lange løp)	1.077	1.156	- 79
Hopp (4 res.)	2.618	2.518	+ 100
Kast (4 res.)	2.626	2.777	- 151
Sum 14 øvelser (av totalt 20)	9.304	9.510	- 206

Det er fullt sammenligningsgrunnlag for kun 14 av de totalt 20 øvelsene. Fullstendig barometer i alle øvelser fremgår av *vedlegg 2*.

Jenter og gutter

Barometrene for jenter og gutter fra 10-19 år, *vedlegg 3*, viser en fremgang på ca. 100 poeng for jentene, og en tilbakegang med ca. 200 poeng for guttene i sesongen 2023. For jenter er det størst fremgang i lange løp, og en liten fremgang i hekk, hopp og kast fra året før. For guttene er det størst tilbakegang i lange løp, hekk og hopp, samt en liten tilbakegang i sprint.

Rekordforbedringer (kretsrekorder, klasserekorder m.v.):

Menn

Det ble registrert 15 kretsrekordforbedringer i sesongen 2023. 3 for senior innendørs, 3 for senior utendørs, og 9 for junior 22 og junior 20, alle på mellom- og langdistanse og gateløp som i 2022. Forrige sesong, i 2022, var det 8 forbedringer, hvorav 2 innendørs.

Kvinner

Vi fikk til sammen 11 rekordforbedringer i sesongen 2023, hvorav 6 innendørs og hele 10 for senior. I forrige sesong, 2022, var det i alt 9 forbedringer, hvorav 4 utendørs.

Jenter og gutter

Det ble registrert totalt 16 bestenoteringer/klasserekorder for jenter og gutter i 2023, mot hele 42 i 2022. 11 av disse var for gutter og 5 for jenter. 3 gutter tok 3 rekorder hver. Liste over alle bestenoteringer som er oppnådd for jenter og gutter 11-19 år, samt kretsrekorder for menn og kvinner, inngår i *vedlegg 4*. Komplette liste over gjeldende kretsrekorder / bestenoteringer legges ut årlig på kretsens hjemmeside.

De 20 beste utøverne (for jenter og gutter):

I vedlegg 5 følger oversikter over de 20 beste jenter og gutter i 2023, representert med den enkeltes beste resultat beregnet etter Tyrvingtabellen. Poengsnittet for de 20 beste resultatene viser en knapp tilbakegang for jentene, fra 1008 i 2022 til 1006 poeng i 2023, mens guttene har en noe større tilbakegang, fra 996 poeng i 2022 til 974 poeng i 2023.

TFIK's utmerkelser og Kretsmestere:

Oversikt over vinnere av TFIK's utmerkelser i 2023 for de enkelte øvelsesgrupper, jenter - kvinner og gutter - menn, framgår av vedlegg 6. Liste over kretsmestere i Telemark i 2023 følger i vedlegg 7.

Status og framtidsutsikter

Som det fremgår av gjennomgangen foran, av resultatnivået for friidretten i Telemark, så er bredden totalt sett relativt tynn. Innenfor mellom- og langdistanse på guttesiden er imidlertid nivået og bredden bedre enn på mange år, med utøvere som hevder seg bra både i nasjonal og internasjonal sammenheng. Men i mange øvelser, spesielt i hopp og kast på guttesiden, er det veldig liten bredde og få nye utøvere som kommer opp. På jentesiden er imidlertid nivået i hopp og kast mye bedre, slik som blant annet i slegge for jenter hvor Telemark har noen av landets beste utøvere. Her er det imidlertid tynt på lengre løp, mens det i sprint er bedre på jentesiden i Telemark.

Det ble tatt forholdsvis mange medaljer i mesterskap også i sesongen 2023, og spesielt ble mange av disse tatt i de ulike veteranmesterskapene. Under UM ble det igjen tatt noen færre medaljer enn i 2022, i likhet med året før. I NM junior ble det også noen færre medaljer enn året før, hvorav kun 1 medalje for menn mens det tatt 5 medaljer for jenter, som året før.

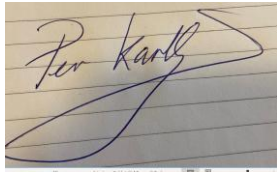
For senior ble det også i 2023 tatt medaljer i Hovedmesterskapet både for kvinner og menn, ved Snøggs utøvere Sarah-Christine Mikkelsen og Vebjørn Hovdejord, Snøgg, som i 2022. Det er i tillegg til disse også 3-4 andre Telemarksutøvere som hevder seg i toppen nasjonalt på seniornivå. Vebjørn tok også bronse i Nordisk mesterskap for senior på 3000 m hinder, samt bronse i lagkonkurransen for Norge i klasse U23 under EM i terrengløp i Belgia. Det var første medalje i en løpsøvelse til Telemark i en løpsøvelse i et Europamesterskap.

Totalt sett er det derfor såpass mange lovende yngre utøvere i flere øvelser, både for jenter og gutter, at fremtiden for friidretten i Telemark må anses som relativt lys.

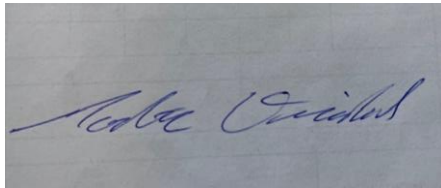
Notodden 20. februar 2024

Tore Brede sen

Vedlegg 1	- TFIK's friidrettsbarometer for menn pr. 31.12.2023
Vedlegg 2	- TFIK's friidrettsbarometer for kvinner pr. 31.12.2023
Vedlegg 3	- Friidrettsbarometre for jenter og gutter pr. 31.12.2023
Vedlegg 4	- Resultatoversikt friidrettssesongen 2023, inkludert nye kretsrekorder og bestenoteringer og mesterskapsplasseringer i 2023
Vedlegg 5	- De 20 beste jentene og guttene i Telemark i 2023
Vedlegg 6	- TFIK's utmerkelser for sesongen 2023
Vedlegg 7	- Telemarks kretsmestere i 2023



Per Karlberg, sign



Morten Vinnstad, sign

