

tegnforklaringer

h = forsøkhet
 mh = mellomheat
 + (i korte løp og horisontale hopp)
 = vindmålerbektrefet resultat
 + (i lange løp og lange kast) = avrundet resultat i henhold til reglementet
 p = offisiell passering
 q = kvalifiseringsrunde
 — = utenfor premiering
 m = mangekamp
 x = beste godkjente hopp i en serie hvor lengre resultat er med medvind
 j = junior (stedet for fødselsår i stafett — juniorbesetning)

Oslo/Bi = Bislett
 Oslo/Fr = Frogner
 Oslo/Jo = Jordal
 Oslo/St = Stovner
 Oslo/So = Sogn
 Oslo/La = Lambertseter
 Oslo/Tir = Tråsop
 Oslo/Ek = Ekeberg
 Oslo/Gr = Grorud
 Oslo/Ho = Høybråten
 Oslo/Ab = Abisko
 Oslo/Nå = Nordre Åsen
 Oslo/Ha = Haralokka
 Bergen/Kr = Krohnsminde
 Bergen/SK = Skansenmyren
 Bergen/Ny = Nygårdsmyrten

Pr. sesongen 1979 har vi i Norge følgende baner med fast dekke:

Syntetisk dekke:
 Bislett, Oslo 1971 (Recortan)
 Stovner, Oslo 1976 (Recatex-S)
 Guldbergaunet, Steinkjer 1977 (Sportflex Super-X)
 Lovisenlund, Larvik 1977 (Spurtan)
 Fana, Bergen 1978 (Spurtan)
 Sentralidrettsanlegget, Raufoss 1978 (Trell-step)
 Aspmyrå, Bodo 1978 (Porplastic)
 Dalgård, Trondheim 1978 (Langside)

Gummiasfaltdekke:
 Fana, Bergen 1969 (Rub-Kor)
 Valhalla, Tromsø 1973 (Rub-Kor)
 Idrettsparken, Honefoss 1975 (Rub-Kor)
 Stadion, Førde 1976 (Rub-Kor)

I konkurranse med uavhengig premiere finaler eller klasser:

A = A-finale eller A-klasse
 B = B-finale eller B-klasse
 C = C-finale
 D = D-finale eller D-klasse
 E = E-finale eller E-klasse
 F = F-finale
 G = G-finale
 J = Juniorfinale eller Juniorklasse

årets Beste 1978

100 meter:

Elektrisk tidtaking:				
10.72 (3)	Knut M. Stokke, Ready	54	Barcelona	30.9 + 1.2
10.92 (4)B	Olav Sivertsen, Ranheim IL	52	Praha	17.6 + 1.3
10.93 (3)	Odd Enk Kristiansen, Oppsal IF	59	Brahestad	20.8 + 1.9
11.10 (2)	Jens Arild Johannessen, Lyngdal IL	61	Helsingborg	9.7 + 1.3
11.11 (5)	Petter Bogstø, Nesøya IL	59	Brahestad	20.8 + 1.9
11.15 (4)	Tore Bergan, Oslo IL	61	Helsingborg	9.7 + 1.3
11.18 (4)	Geir Hamre, IL Skjalg	53	Barcelona	30.9 + 1.2
11.23 (3)	Widar Bråthen, Askim IF	56	Linz	9.9 - 0.5
11.42 (7)	Arne Håistad, Florø TIF	59	Brahestad	20.8 + 1.9
11.52 (—)m	Øystein Gulbrandsen, IF Urredd	58	Stockholm	29.7
Manuell tidtaking:				
10.5 (1)A	Knut M. Stokke, Ready	54	Oslo/Bi	13.9 + 1.9
10.6 (2)A	Odd Enk Kristiansen, Oppsal IF	59	Oslo/Bi	13.9 + 1.9
10.7 (3)A	Geir Hamre, IL Skjalg	53	Oslo/Bi	13.9 + 1.9
10.8 (2)	Olav Sivertsen, Ranheim IL	52	Jakobstad	29.7 + 1.5
10.8 (4)A	Øyvind Kost, IL i BUL	50	Oslo/Bi	13.9 + 1.9
10.9 (1)	Jens Arild Johannessen, Lyngdal IL	61	Larvik/Lo	13.5
10.9 (1)	Widar Bråthen, Askim IF	56	Fredrikstad	27.5
10.9 (2)A	Petter Bogstø, Nesøya IL	59	Oslo/Bi	28.6 - 1.0
10.9 (1)	Einar Hernes, IK Grand	58	Bodo	2.9 + 1.8
11.0 (3)A	Audun Garshol, IL i BUL	51	Oslo/Bi	24.5 + 1.4
11.0 (1)	Tore Bergan, Oslo IL	61	Oslo/Bi	9.6 + 1.4
11.0 (1)	Ole Petter Martinsen, Fredrikstad IF	58	Larvik/Lo	11.6
11.0 (1)	Svein Storlien, IL Norodd	58	Trondheim/Le	25.6
11.0 (2)B	Herman Doskeland, Eikanger IL	50	Oslo/Bi	28.6 + 0.3
11.0 (1)A	Øyvind Hiltvert, Nesodden IF	56	Oslo/Bi	19.7 + 0.3
11.0 (1)mh	Arnfinn Løset, IL i BUL	54	Oslo/Bi	1.8 + 1.9
11.0 (2)mh	Arne Håistad, Florø TIF	59	Tonsberg	5.8
11.0 (—)m	Øystein Gulbrandsen, IF Urredd	58	Fana	19.8 + 0.5
11.0 (1)B	Terje Hagen, Flisa IL	53	Oslo/Bi	13.9 + 0.2
11.0 (2)	Tore Sandland, TIF Viking, Bergen	57	Fana	13.9
11.1 (2)	Terje Hoffmann, IL i BUL	56	Oslo/Bi	2.5 - 0.9
11.1 (2)	Arnfinn Moland, IL Vestar	51	Fredrikstad	27.5
11.1 (1)C	Geir Knaplund, Grorud IL	59	Oslo/St	5.6
11.1 (2)	Ole Hagen, IF Tonsberg-Kameratene	50	Larvik/Lo	11.6
11.1 (1)B	Geir Nygaard, TIF Viking, Bergen	57	Oslo/Bi	19.7 + 1.0
11.1 (1)	Håvor Strand, Hokåsen IL	62	Kongsvinger	30.7
11.1 (1)mh	Kristian Aksnes, Oslo Politus IL	55	Oslo/Bi	1.8 + 0.3
11.1 (2)mh	Arnfinn Grøneng, Førde IL	55	Oslo/Bi	1.8 + 1.9
11.1 (—)m	Anlid Bredholt, Rakkestad IF	48	Fana	19.8 + 0.5
11.1 (1)	Trond Langeland, Fana IL	60	Fana	2.9
11.2 (1)	Leif Olav Alnes, Torvikbukta IL	57	Bryn	15.5
11.2 (2)	Nils Petter Guldsæth, Ranheim IL	47	Trondheim/Le	25.5
11.2 (1)	Jon Mathias Garlid, TIF Viking, Bergen	55	Førde	27.5
11.2 (1)	Håvard Bjerve, IL Nybrott	61	Steinkjer	3.6
11.2 (2)C	Rosald Moland, IK Tjalve	55	Oslo/St	5.6
11.2 (1)	Johan Strandaunet, Vadso TIF	49	Kirkenes	17.6
11.2 (1)	Einar Frogner, Hamar IL	59	Oslo/Bi	11.7 + 0.9
11.2 (1)	Asbjørn Ness, IL Frikameratene	53	Trøgstad	14.7