

## Norske veteranrekorder / Norwegian Veteran Records

## Menn - Utendørs / Men - Outdoor

pr. 31.12.2020 (oppdatert / updated 02.03.2021)

## 100m

M35-39	10.50	+1,3	Aham Okeke, IF Hellas	(69)	Oslo/Bi	07.06.2006
M40-44	11.59	+1,7	Rune Bråten Liholt, IK Tjalve	(76)	Oslo/St	15.08.2020
	11.3	+1,3	Kåre Strande, Fagernes IL	(61)	Fagernes	15.06.2001
M45-49	11.79	+1,3	Bård Venholen, Hamar IL	(75)	Oslo/Bi	15.07.2020
	11.6		Hermund Høgheim, IL Norrøna	(32)		.1980
	11.6		Nils Adolf Balto, IL Nordlys	(35)	Lakselv	21.08.1982
	11.6		Arne Johan Svendsen, Kristiansands IF	(38)	Kristiansand	13.08.1983
	11.6		Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Asker	26.09.1999
M50-54	11.97		Hermund Høgheim, IL Gular	(32)	Strasbourg, FRA	16.07.1982
	11.4		Hermund Høgheim, IL Gular	(32)	Fana	08.06.1983
M55-59	12.24		Hermund Høgheim, IL Norrøna	(32)	Melbourne, AUS	29.11.1987
M60-64	12.62	+0,8	Arne Tangen, Steinkjer FIK	(37)	Lillehammer	16.08.1997
	12.3		Arne Tangen, Steinkjer FIK	(37)	Trondheim/Le	21.06.1997
M65-69	13.38	+1,0	Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Tønsberg	29.06.2019
	13.1		Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Oslo/So	03.06.2000
M70-74	13.62	+0,6	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Geithus	30.06.2006
M75-79	14.49	-0,3	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Sacramento, USA	09.07.2011
	14.4	+1,6	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Sande	08.09.2010
M80-84	15.21	+1,1	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Larvik/Lo	28.05.2014
M85-89	16.94	+1,7	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Tønsberg	29.06.2019
	16.9		Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Oslo/So	13.06.1998
M90-94	18.54	-0,4	Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Lahti, FIN	13.06.2003

## 200m

M35-39	21.35	-0,7	Aham Okeke, IK Tjalve	(69)	Florø	08.08.2004
M40-44	23.37	+1,8	Jøran Laukeland, Førde IL	(77)	Førde	15.06.2020
	23.2		Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Oslo/La	25.08.1994
M45-49	23.86	-0,6	Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Oslo/Bi	30.05.2000
	23.8		Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Oslo/Tr	14.06.2000
M50-54	24.02		Hermund Høgheim, IL Gular	(32)	Strasbourg, FRA	15.07.1982
M55-59	25.08	+0,4	Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Asker	01.06.2008
M60-64	25.98	+0,0	Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Moss	29.06.2013
M65-69	27.73	+1,1	Stein Ohr, IL Norrodd	(48)	Moss	29.06.2013
M70-74	28.25	+2,0	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Brumunddal	01.07.2005
M75-79	30.55	+0,2	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Florø	14.08.2010
M80-84	33.89	+0,8	Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Overhalla	07.08.1993
	32.8	+1,5	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Lyngdal	24.06.2014
M85-89	37.88	-0,7	Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Odense, DEN	03.09.1999
M90-94	49.70	+0,0	Henry Thune Mathisen, Fossum IF	(16)	Oslo/Bi	26.09.2007
	44.6		Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Oslo/So	06.09.2003

## 400m

M35-39	49.52		Tor Øvind Ødegård, Fredrikstad IF	(69)	Lisleby	15.05.2004
M40-44	51.32		Stig Wemundstad, Strindheim IL	(57)	Florø	27.06.1997
	51.1		Bjørn Rolland, Tingvoll FIK	(55)	Fosnavåg	02.09.1995
M45-49	52.40		Bjørn Rolland, Tingvoll FIK	(55)	Elnesvågen	09.09.2000
	52.1		Johan Petter Hesselberg, Byåsen IL	(32)	Göteborg, SWE	10.08.1977
M50-54	54.47		Stig Wemundstad, Strindheim IL	(57)	Misano, ITA	13.09.2007
	53.7		Johan Petter Hesselberg, Byåsen IL	(32)	Trondheim/Le	28.06.1983
M55-59	56.49		Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Tønsberg	17.08.2008
M60-64	58.75		Arnfinn Haugland, Høybråten & Stovner IL	(30)	Budapest, HUN	30.06.1990
M65-69	62.86		Knut Bergesen, IL Gular	(30)	Ravnanger	25.06.1995
	62.4		Andreas Eldnes, Frøil IL	(19)	Steinkjer	15.09.1984
M70-74	66.99		Arne Warem, Gjesdal IL	(46)	Stavanger/St	21.07.2016
M75-79	70.63		Knut Bergesen, IL Gular	(30)	Knarvik	09.10.2005
M80-84	76.90		Kjell Steinset, Jølster IL	(36)	Aarhus, DEN	02.08.2017
M85-89	108.77		Sigurd Tørrmoen, Nykirke IF	(05)	Turku, FIN	27.07.1991
	104.8		Petter Green, IL Stjørdals-Blink	(12)	Stjørdal	14.06.1997
M90-94	143.02		Harald Aanerud, Lørenskog FIL	(27)	Aarhus, DEN	02.08.2017

**800m**

M35-39	1:50.37	Ådne Svahn Dæhlin, IL Gular	(82)	Nittedal	08.06.2019
M40-44	1:57.18	Kristian Nedregård, Spjelkavik og Omegn FIK	(74)	Lapinlahti, FIN	20.07.2014
M45-49	1:57.9	Johan Petter Hesselberg, Byåsen IL	(32)	Göteborg, SWE	09.08.1977
M50-54	2:01.3	Johan Petter Hesselberg, Byåsen IL	(32)	Trondheim/Le	08.09.1983
M55-59	2:10.71	Paul Dahl, IL Kolbukameratene	(44)	Steinkjer	03.07.1999
M60-64	2:16.70	Arnfinn Haugland, Høybråten & Stovner IL	(30)	Kristiansand	01.07.1992
M65-69	2:23.97	Ragnar Jakobsen, Kristiansands IF	(43)	Lahti, FIN	02.08.2009
M70-74	2:30.19	Ragnar Jakobsen, Kristiansands IF	(43)	Moss	29.06.2013
M75-79	2:45.86	Tormod Bønes, IL i BUL	(42)	Oslo/Bi	27.09.2017
M80-84	2:59.45	Kjell Steinset, Jølster IL	(36)	Aarhus, DEN	05.08.2017
M85-89	3:52.59	Arne Hamarsland, IL Gular	(33)	Stjørdal	25.08.2018
M90-94	4:41.11	Petter Green, IL Stjørdals-Blink	(12)	Trondheim/Da	30.08.2003

**1500m**

M35-39	3:44.62	Bård Kvalheim, IK Tjalve	(73)	Oslo/Bi	06.06.2008
M40-44	3:57.9	Arne Hamarsland, IL Gular	(33)	Fana	30.05.1973
M45-49	4:01.54	Paul Dahl, Hadeland FIK	(44)	Jessheim	08.08.1989
M50-54	4:16.29	Paul Dahl, IL Kolbukameratene	(44)	Oslo/Bi	17.07.1995
M55-59	4:22.4	Alf Eidsæther, Selsbakk IF	(28)	Trondheim	24.07.1984
M60-64	4:41.66	Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Fana	18.07.2001
M65-69	4:57.81	Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Misano, ITA	14.09.2007
M70-74	5:19.82	Gudmund Straume, Drangedal IL	(18)	Haugesund	27.08.1989
M75-79	5:44.73	Kjell Steinset, Jølster IL	(36)	Zittau, GER	19.08.2012
M80-84	6:26.56	Kjell Steinset, Jølster IL	(36)	Aarhus, DEN	30.07.2017
M85-89	7:29.0	Petter Green, IL Stjørdals-Blink	(12)	Stjørdal	15.08.1997
M90-94	8:40.0	Petter Green, IL Stjørdals-Blink	(12)	Stjørdal	21.08.2002
M95-99	12:57.7	Petter Green, IL Stjørdals-Blink	(12)	Stjørdal	08.08.2007

**3000m**

M35-39	8:02.74	Stig Roar Husby, IL i BUL	(54)	Oslo/Bi	01.07.1989
M40-44	8:22.93	Ebrahim Abdulaziz, Strindheim IL	(78)	Trondheim/St	02.09.2020
M45-49	8:35.38	Tor Vevele, IL Fri	(40)	Fana	26.06.1986
M50-54	9:08.2	Nils Undersåker, Inderøy IL	(39)	Steinkjer	22.08.1990
M55-59	9:24.66	Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Ulvik	07.07.1996
M60-64	9:49.74	Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Haukås	22.08.2001
M65-69	10:45.10	Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Geithus	30.06.2006
M70-74	11:26.3	Gudmund Straume, Drangedal IL	(18)	Trondheim/Le	29.07.1988
M75-79	12:27.81	Knut Austlid, Veldre Friidrett	(31)	Geithus	30.06.2006
M80-84	14:14.19	Kjell Steinset, Jølster IL	(36)	Geithus	12.08.2016
M85-89	16:04.6	Petter Green, IL Stjørdals-Blink	(12)	Stjørdal	18.06.1997
M90-94	18:36.0	Petter Green, IL Stjørdals-Blink	(12)	Stjørdal	19.06.2002
M95-99	26:17.4	Petter Green, IL Stjørdals-Blink	(12)	Stjørdal	20.06.2007

**5000m**

M35-39	14:07.76	Eirik Berge, IK Tjalve	(48)	Øvre Årdal	24.08.1984
M40-44	14:21.59	Ebrahim Abdulaziz, Strindheim IL	(78)	Trondheim/St	01.08.2020
M45-49	14:56.9	Tor Vevele, IL Fri	(40)	Voss	24.08.1985
M50-54	15:40.3	Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Knarvik	29.09.1993
M55-59	16:05.46	Kristen Aaby, Sigdal FIK	(61)	Geithus	21.06.2019
M60-64	17:08.38	Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Florø	09.09.2001
M65-69	18:26.23	Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Riccione, ITA	07.09.2007
M70-74	19:28.45	Gudmund Straume, Drangedal IL	(18)	Turku, FIN	25.07.1991
M75-79	21:34.1	Henrik Lund Raagaard, Fredrikstad IF	(44)	Lisleby	23.10.2019
M80-84	24:57.50	Kjell Steinset, Jølster IL	(36)	Odense, DEN	01.07.2016
M85-89	27:37.87	Ingolf Hådem, NTNU	(29)	Ravnanger	22.06.2014
M90-94	32:48.0	Petter Green, IL Stjørdals-Blink	(12)	Levanger	05.09.2002

**10000m**

M35-39	29:30.44	Knut Hegvold, Heimdal IF	(61)	Gävle, SWE	30.06.1997
M40-44	29:28.35	Ebrahim Abdulaziz, Strindheim IL	(78)	Fana	20.09.2020
M45-49	31:31.01	Paul Dahl, Hadeland FIK	(44)	Oslo/Bi	18.07.1989
M50-54	32:27.1	Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Ulvik	19.09.1993
M55-59	33:44.21	Kristen Aaby, Sigdal FIK	(61)	Geithus	23.06.2019
M60-64	35:53.5	Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Fana	19.09.2001
M65-69	38:44.07	Svein Arne Sølvberg, Oppegård IL	(48)	Moss	30.06.2013
M70-74	40:57.2	Gudmund Straume, Drangedal IL	(18)	Larvik/Lo	02.07.1989
M75-79	46:00.90	Ingolf Hådem, NTNU	(29)	San Sebastian, ESP	28.08.2005
M80-84	55:42.12	Ingolf Hådem, NTNU	(29)	Huddinge, SWE	28.06.2009

**80m hekk / hurdles 76.2 cm**

M70-74	14.24	+1,0	Jostein Haraldseid, Bækkelaget SK	(35)	Århus, DEN	01.07.2007
M75-79	15.25	-0,7	Jostein Haraldseid, Bækkelaget SK	(35)	Florø	15.08.2010
M80-84	20.05	+0,1	Teodor Solheim, IL Jotun	(15)	Bismo	12.08.1995

**80m hekk / hurdles 68.6 cm**

M80-84	16.27	-0,9	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Geithus	14.08.2016
M85-89	20.06	+1,1	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Tønsberg	24.08.2019

**100m hekk / hurdles 91.4 cm**

M50-54	15.33	-0,2	Frode Holt, IF Sturla	(64)	Aarhus, DEN	02.08.2017
M55-59	15.17	-1,9	Frode Holt, IF Sturla	(64)	Jesolo, ITA	12.09.2019

**100m hekk / hurdles 84.0 cm**

M60-64	16.89	+1,8	Trond Einar Furuly, IL Stålkameratene	(44)	Kristiansand	26.06.2004
M65-69	18.21	-0,4	Svein Høilo, Oslo IL	(27)	Kristiansand	29.06.1992
	17.7		Gudmund Skrivervik, Stryn T&IL	(21)		.1986

**110m hekk / hurdles 106.7 cm**

M35-39	15.18	-0,8	Per Olaf Nicolaisen, IK Tjalve	(61)	Oslo/Bi	14.05.1996
	14.8		Håkon Fimland, Førde IL	(42)	Førde	09.08.1978

**110m hekk / hurdles 99.1 cm**

M35-39	16.39	+1,6	Magnus Dehli Vigeland, Oslostudentenes IK	(78)	Finnfjordbotn	28.06.2015
M40-44	15.82	+1,62	Olav Grasbakken, Raufoss IL	(45)	Oslo/Bi	09.08.1986
	15.6	+0,42	Olav Grasbakken, Raufoss IL	(45)	Trondheim/Le	30.07.1988
M45-49	16.84		Audun Høpland, Asker SK	(52)	Oslo/St	08.08.1998
	16.4	-3,6	Olav Grasbakken, Raufoss IL	(45)	Kristiansand	11.08.1990

**200m hekk / hurdles 68.6 cm**

M80-84	37.97	-0,1	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Aarhus, DEN	30.07.2017
--------	-------	------	------------------------------------	------	-------------	------------

**300m hekk / hurdles 76.2 cm**

M60-64	46.61		Svein Høilo, Oslo IL	(27)	Melbourne, AUS	01.12.1987
M65-69	50.01		Svein Høilo, Oslo IL	(27)	Miyazaki, JPN	13.10.1993
M70-74	54.99		Trygve Syversen, Ski IL	(22)	Bjørkelangen	09.08.1992
M75-79	57.69		Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Lillehammer	16.08.1997

**300m hekk / hurdles 68.6 cm**

M70-74	53.01		Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Ravnanger	26.06.2005
M75-79	55.98		Erik Wagner-Larsen, IL Gular	(44)	Jesolo, ITA	07.09.2019
M80-84	67.30		Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Carolina, PUR	05.07.2003

**400m hekk / hurdles 91.4 cm**

M35-39	54.48		Olav Grasbakken, Raufoss IL	(45)	Bodø	04.07.1980
	54.2		Olav Grasbakken, Raufoss IL	(45)	Raufoss	30.05.1982
M40-44	55.74		Olav Grasbakken, Raufoss IL	(45)	Lillehammer	11.06.1988
	55.4		Olav Grasbakken, Raufoss IL	(45)	Raufoss	05.10.1985
M45-49	58.58		Olav Grasbakken, Raufoss IL	(45)	Byrkjelo	11.08.1991
	58.1		Olav Grasbakken, Raufoss IL	(45)	Kristiansand	12.08.1990

**400m hekk / hurdles 84.0 cm**

M50-54	59.26		Johan Petter Hesselberg, Byåsen IL	(32)	Strasbourg, FRA	14.07.1982
M55-59	66.98		Hilmar Knudsen, Malvik IL	(31)	Pori, FIN	01.08.1987

**2000m hinder / steeplechase 76.2 cm**

M60-64	7:01.22		Nils Undersåker, Inderøy IL	(39)	Jyväskylä, FIN	15.07.2000
M65-69	7:47.24		Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Misano, ITA	15.09.2007
M70-74	8:28.48		Ari Valdemarsson, IL Flint	(33)	Århus, DEN	01.08.2004
M75-79	10:19.54		Aksel Røste, IL Runar	(35)	Sacramento, USA	17.07.2011

**3000m hinder / steeplechase 91.4 cm**

M35-39	8:47.5		Jan Voje, Gjerpen IF	(42)	Oslo/Bi	20.06.1978
M40-44	9:18.2		Nils Undersåker, Inderøy IL	(39)	Steinkjer	06.09.1980
M45-49	9:16.1		Nils Undersåker, Inderøy IL	(39)	Ørsta	02.09.1984
M50-54	9:38.6		Nils Undersåker, Inderøy IL	(39)	Steinkjer	10.06.1989
M55-59	10:28.18		Nils Undersåker, Inderøy IL	(39)	Leirvik	06.08.1994

**Høyde / High Jump**

M35-39	2.05	Per Kristian Vik, Os TF	(47)	Fana	19.06.1983
M40-44	1.99	Per Kristian Vik, Os TF	(47)	Garmertingen, GER	16.06.1987
M45-49	1.90	Per Kristian Vik, Os TF	(47)	Kristiansand	29.06.1992
M50-54	1.80	Bjarte Holmeide, Tingvoll FIK	(44)	Torvikbukta	03.08.1997
	1.80	Per Erling Eide, IF Fram, Larvik	(51)	Tønsberg	05.08.2004
M55-59	1.76	Per Erling Eide, IF Fram, Larvik	(51)	Larvik	31.05.2006
M60-64	1.68	Per Erling Eide, IF Fram, Larvik	(51)	Tønsberg	24.09.2011
M65-69	1.61	Ulf Tudem, Sandefjord T&IF	(51)	Larvik/Lo	03.08.2018
M70-74	1.48	Jan Kristian Olsen, IL Fri	(47)	Os	07.10.2017
M75-79	1.42	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Riccione, ITA	09.09.2007
M80-84	1.31	Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Bismo	04.08.2001
M85-89	1.19	Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Geithus	01.07.2006
M90-94	1.05	Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Sacramento, USA	11.07.2011

**Stav / Pole Vault**

M35-39	4.87	Alexander Grelland, Spydeberg IL	(66)	Lyngby, DEN	11.05.2003
M40-44	4.77	Alexander Grelland, Spydeberg IL	(66)	København, DEN	10.06.2006
M45-49	3.90	Einar Johan Svendgård, Skogn IL	(49)	Buffalo, USA	14.07.1995
M50-54	3.56	Oddvar Hårde, Stord IL	(69)	Leirvik	03.06.2020
M55-59	3.23	Ole Hartvig Nissen Viken, IL Fri	(60)	Knarvik	17.10.2018
M60-64	3.10	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Huddinge, SWE	28.06.1998
M65-69	2.92	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Tønsberg	04.08.2002
M70-74	2.82	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Ravnanger	15.06.2007
M75-79	2.85	Ole Kristian Skaug, Moss IL	(43)	Stjørdal	24.08.2018
M80-84	2.40	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Málaga, ESP	12.09.2018
M85-89	1.00	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Stjørdal	24.08.2018

**Lengde / Long Jump**

M35-39	7.49	+2,0	Kristen Fløgstad, Søgne IL	(47)	Øvre Årdal	26.08.1984
M40-44	6.95		Kristen Fløgstad, Søgne IL	(47)	Kristiansand	24.06.1988
M45-49	6.71	+1,7	Kristen Fløgstad, Søgne IL	(47)	Kristiansand	25.06.1996
M50-54	6.63	+1,3	Kristen Fløgstad, Søgne IL	(47)	Lillehammer	15.08.1997
M55-59	5.94	+1,3	Oddvar Viulsrød, Tønsberg FIK	(64)	Tønsberg	31.08.2019
M60-64	5.50	+0,1	Jakob Rypdal, Tresfjord IL	(26)	Malmö, SWE	27.07.1986
M65-69	5.32		Gudmund Skrivervik, Stryn T&IL	(21)	Byrkjelo	1986
M70-74	4.98	-1,5	Gudmund Skrivervik, Hornindal IL	(21)	Turku, FIN	25.07.1991
M75-79	4.27	+0,8	Gudmund Skrivervik, Hornindal IL	(21)	Malmö, SWE	26.07.1996
M80-84	3.90		Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Bismo	03.08.2001
M85-89	3.77	+1,6	Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Poznan, POL	23.07.2006
M90-94	2.78	+0,0	Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Sacramento, USA	08.07.2011

**Tresteg / Triple Jump**

M35-39	15.52	+1,0	Kristen Fløgstad, Søgne IL	(47)	Oslo/Bi	21.07.1982
M40-44	14.84	+1,0	Kristen Fløgstad, Søgne IL	(47)	Tønsberg	13.05.1989
M45-49	13.22		Odd Bergh, Tønsberg FIK	(37)	Larvik/Lo	15.06.1982
M50-54	13.50	+1,4	Kristen Fløgstad, Søgne IL	(47)	Kristiansand	31.05.1997
M55-59	12.30		Jakob Rypdal, Tresfjord IL	(26)	Brighton, GBR	20.08.1984
M60-64	12.01		Jakob Rypdal, Tresfjord IL	(26)	Melbourne, AUS	05.12.1987
M65-69	10.84		Jakob Rypdal, Tresfjord IL	(26)		17.08.1991
M70-74	10.17	+0,4	Gudmund Skrivervik, Hornindal IL	(21)	Turku, FIN	27.07.1991
M75-79	9.48		Teodor Solheim, IL Jotun	(15)	Budapest, HUN	04.07.1990
M80-84	8.23	-1,3	Teodor Solheim, IL Jotun	(15)	Bismo	13.08.1995
M85-89	6.73	+0,0	Trygve Monstad, IL Gular	(31)	Knarvik	02.10.2016

**Kule / Shot Put 7.26 kg**

M35-39	19.29		Bjørn Bang Andersen, IL i BUL	(37)	Stavanger/St	12.08.1972
M40-44	18.39		Jan Sagedal, IK Tjalve	(60)	Steinkjer	13.08.2000
M45-49	17.46		Bjørn Bang Andersen, IL i BUL	(37)	Meisingset	03.07.1982

**Kule / Shot Put 6.0 kg**

M50-54	17.16		Bjørn Bang Andersen, IF Urædd	(37)	Ålesund	09.08.1987
M55-59	14.46		Arild Busterud, Løten Friidrett	(48)	Misano, ITA	09.09.2007

**Kule / Shot Put 5.0 kg**

M60-64	15.37		Arild Busterud, Løten Friidrett	(48)	Nyiregyhaza, HUN	18.07.2010
M65-69	14.50		Arild Busterud, Løten Friidrett	(48)	Perth, AUS	29.10.2016

**Kule / Shot Put 4.0 kg**

M70-74	15.16		Arild Busterud, Løten Friidrett	(48)	Borås, SWE	07.07.2018
M75-79	12.60		Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Lyngdal	16.10.1994
M80-84	10.60		Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Rolvsvrud	23.09.1998
M85-89	9.30		Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Moss	17.09.2003
M90-94	7.33		Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Heggedal/Gj	08.05.2003

**Kule / Shot Put 3.0 kg**

M80-84	12.18	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Geithus	12.08.2016
M85-89	10.14	Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Geithus	30.06.2006
M90-94	8.88	Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Sacramento, USA	08.07.2011
M95-99	6.28	Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Tønsberg	15.08.2008

**Diskos / Discus Throw 2.0 kg**

M35-39	68.50	Knut Hjeltnes, IL Gular	(51)	Salinas, USA	12.04.1986
M40-44	64.22	Svein Inge Valvik, IK Tjalve	(56)	Haugesund	21.06.1996
M45-49	62.52	Knut Hjeltnes, Bergen FIK	(51)	Modesto, USA	10.05.1997
M50-54	54.40	Svein Inge Valvik, Urædd Friidrett	(56)	Porsgrunn/Kj	27.09.2009
M55-59	48.15	Svein Inge Valvik, IK Tjalve	(56)	Spikkestad	15.10.2011

**Diskos / Discus Throw 1.5 kg**

M50-54	53.87	Iver Hytten, Tønsberg FIK	(66)	Ancona, ITA	29.03.2016
M55-59	47.90	Leif Gundersrud, IL Tyrving	(34)	Oslo/So	28.05.1989

**Diskos / Discus Throw 1.0 kg**

M60-64	54.20	Stein Haugen, Oslo Politis IL	(33)	Heggedal/Gj	02.09.1995
M65-69	51.44	Kjell Adamski, Sarpsborg IL	(50)	Åremark	24.09.2016
M70-74	47.70	Olav Reppen, Brønnøysund IL	(11)	Brønnøysund	11.09.1982
M75-79	39.78	Helge Karl Fosnes, Kristiansands IF	(23)	Vågsbygd	20.09.1999
M80-84	32.01	Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Oslo/So	05.09.1998
M85-89	26.38	Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Geithus	01.07.2006
M90-94	21.32	Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Sacramento, USA	09.07.2011
M95-99	13.32	Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Oslo/La	02.05.2009

**Slegge / Hammer Throw 7.26 kg**

M35-39	66.84	Anders Halvorsen, IL Norna-Salhus	(69)	Åremark	03.08.2004
M40-44	62.52	Magne Føleide, Florø T&IF	(37)	Florø	21.09.1977
M45-49	58.96	Magne Føleide, Florø T&IF	(37)	Florø	18.08.1982

**Slegge / Hammer Throw 6.0 kg**

M50-54	62.16	Arne Lothe, IL Gular	(38)	Bergen/Sk	15.04.1989
M55-59	59.43	Arild Busterud, Løten IL	(48)	Århus, DEN	31.07.2004
	59.76	*** Arne Lothe, IL Gular	(38)		.1993

\*\*\* - Ubekreftet / Not confirmed

**Slegge / Hammer Throw 5.0 kg**

M60-64	63.32	Arild Busterud, Løten Friidrett	(48)	Ljubljana, SLO	28.07.2008
M65-69	60.65	Arild Busterud, Løten Friidrett	(48)	Tønsberg	23.07.2013

**Slegge / Hammer Throw 4.0 kg**

M70-74	57.42	Arild Busterud, Løten Friidrett	(48)	Løten	18.05.2019
M75-79	44.70	Olav Reppen, Brønnøysund IL	(11)	Brønnøysund	23.05.1987
M80-84	34.48	Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Tønsberg	25.04.1998
M85-89	27.90	Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Moss	17.09.2003
M90-94	19.06	Olav O. Reigstad, Osterøy IL	(12)	Knarvik	24.05.2003

**Slegge / Hammer Throw 3.0 kg**

M80-84	38.44	Arne Sæther, Heggedal FIK	(31)	Heggedal/Ka	19.05.2011
M85-89	31.66	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Tønsberg	13.04.2019
M90-94	20.12	Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Oslo/La	18.10.2008
M95-99	15.50	Olav O. Reigstad, Osterøy IL	(12)	Hatland	27.08.2007

**Spyd / Javelin Throw 800 g**

M35-39	77.52	Ronny Nilsen, IL Norna-Salhus	(71)	Asker	04.06.2006
	82.54	*** Terje Thorslund, Nittedal IL	(45)	Bodø	04.07.1980
M40-44	63.78	Narve Hoff, Ålesund FIK	(57)	Ålesund	28.08.1999
	67.34	*** Harald Lorentzen, Byåsen IL	(44)	Trondheim/Le	09.09.1985
M45-49	61.91	Dag Inge Hansen, Herkules Friidrett	(69)	Larvik/Lo	24.05.2017
M50-54	60.68	Pål Berntsen, Minerva IS	(60)	Lillestrøm	07.09.2011
M55-59	51.38	Egil Danielsen, Rømedal IL	(33)	Ski	12.06.1988
	55.16	*** Hans Øverland, Høybråten & Stovner IL	(24)	Helsinki, FIN	10.08.1980

\*\*\* - Gammel spydtype / Pre-1986 implement

**Spyd / Javelin Throw 700 g**

M50-54	61.75	Pål Berntsen, Minerva IS	(60)	Lillestrøm	14.09.2011
M55-59	54.94	Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Málaga, ESP	12.09.2018

**Spyd / Javelin Throw 600 g**

M60-64	47.70		Kolbjørn Jordfald, Ski IL	(37)	Ski	18.08.1999
	54.90	***	Hans Øverland, Høybråten & Stovner IL	(24)	Helsingborg, SWE	04.08.1985
M65-69	46.92		Kolbjørn Jordfald, Ski IL	(37)	Oslo/Bi	05.09.2002
M70-74	35.75		Reidar Dahl, Ski IL	(48)	Ski	05.09.2018
	40.28	***	Bjarne Bryntesen, IF Sturla	(12)	Spikkestad	19.09.1982
M75-79	32.14		Kolbjørn Jordfald, Ski IL	(37)	Ski	22.08.2012
M80-84	24.82		Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Byrkjelo	02.06.2004
	27.58	***	Olav Nyvoll, Hannevikas IL	(16)	Tønsberg	11.08.1996
M85-89	22.12		Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Oslo/So	29.05.1999

\*\*\* - Gammel spydtype / Pre-1999 implement

**Spyd / Javelin Throw 500 g**

M70-74	43.04		Gunnar Helstad, Veldre Friidrett	(47)	Stjørdal	26.08.2018
M75-79	36.86		Knut Henrik Skramstad, Tønsberg FIK	(37)	San Sebastian, SPA	19.03.2013

**Spyd / Javelin Throw 400 g**

M80-84	32.39		Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Brisbane, AUS	06.07.2001
M85-89	29.57		Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Poznan, POL	27.07.2006
M90-94	22.88		Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Sacramento, USA	11.07.2011
M95-99	11.90		Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Oslo/Tr	18.06.2008

**Vektkast / Weight Throw 15.88 kg**

M35-39	18.15		Anders Halvorsen, IL Norna-Salhus	(69)	Newark, USA	19.09.2004
M40-44	17.67		Iver Hytten, Tønsberg FIK	(66)	Moss	23.08.2009
M45-49	17.12		Iver Hytten, Tønsberg FIK	(66)	Tønsberg	06.10.2012

**Vektkast / Weight Throw 11.34 kg**

M50-54	21.57		Arild Busterud, Løten IL	(48)	Gateshead, GBR	06.08.1999
M55-59	21.29		Arild Busterud, Løten IL	(48)	Århus, DEN	22.07.2004

**Vektkast / Weight Throw 9.08 kg**

M60-64	24.20		Arild Busterud, Løten Friidrett	(48)	Ljubljana, SLO	25.07.2008
M65-69	22.10		Arild Busterud, Løten Friidrett	(48)	Vénissieux, FRA	05.08.2015

**Vektkast / Weight Throw 7.26 kg**

M70-74	23.15		Arild Busterud, Løten Friidrett	(48)	Málaga, ESP	11.09.2018
M75-79	16.52		Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Lyngdal	16.10.1994

**Vektkast / Weight Throw 5.45 kg**

M80-84	15.94		Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Heggedal/Gj	23.06.1998
M85-89	14.83		Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Århus, DEN	31.07.2004
M90-94	10.82		Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Heggedal/Gj	26.05.2003
M95-99	6.31		Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Tønsberg	17.08.2008

**4x100m stafett / Relay**

M35-39	46.87		FIK BFG Fana		Fana	23.08.1995
	46.1		(Arne Eriksen(53)-Erlend Gjøn(59)-Rune Lyssand(50)-Rune Dolvik(56)) Norge / National Team		Larvik/Lo	08.08.1981
	46.1		(Per-Uno Iversen(46)-Jonfinn Aske(45)-Jostein Haraldseid(35)-Ingvar Brekke(46)) Asker og Bærum FIK		Bjørkelangen	16.06.1990
M40-49	45.53		(Runar Framnes(48)-Tormod Enger(52)-Reidar Halvorsen(48)-Freddy Hørven(53)) Norge / National Team		Århus, DEN	05.08.2017
	48.13		(Trond Lindanger(72)-Øystein Paulsen(77)-Torleiv Hølland(69)-Rune Bråten Liholt(76)) Sandnes IL		Grimstad	01.06.2014
	47.0		(Ragnar Jakobsen(1943)-John Sigve Haarr(1950)-Einar Uleberg(1953)-Alf Aabel(1951)) Asker SK		Oslo/St	31.05.1997
M50-59	48.21		(Runar Framnes(48)-Tormod Enger(52)-Freddy Hørven(53)-Tom Hejna(55)) Norge / National Team		Helsingborg, SWE	03.08.1985
	48.0		(Tore Hanssen(33)-Svein Berg(34)-Kåre Dalland(35)-Nils Adolf Balto(35)) Norge / National Team		København, DEN	30.07.1983
	52.16		( Kristiansands IF		Kristiansand	12.08.2014
	49.7		(Gunnar Bech(1963)-Svend Tore Breilid(1962)-Arly Hauge(1963)-Erling Ytrehus(1964)) Asker SK		Oslo/La	31.05.2003
M60-69	53.31		(Runar Framnes(48)-Bernt Olav Hedemark(48)-Geir Storeng(44)-Freddy Hørven(53)) Norge / National Team		Kristiansand	03.07.1992
	59.92		(Helge Idar Andersen(32)-Svein Høilo(27)-Kristian Hegg(25)-Knut Bergesen(30)) IL Norodd		Elnesvågen	25.05.2002
	59.1		(Erling Jostein Kruse(52)-Øyvind Wæraas(39)-Henry Opland(36)-Tor Magnar Bøifot(38)) Tønsberg FIK		Oslo/La	31.05.2003
			(Arne Ueland(34)-Gunnar Hansen(38)-Svein Hytten(40)-Odd Bergh(37))			

Norske veteranrekorder - Menn - Utendørs / Norwegian Veteran Records - Men - Outdoor

M70-79	61.32	Norge / National Team (Jakob Rypdal(26)-Harald Aanerud(27)-Svein Høilo(27)-Erik Holø(28))	Cesenatico, ITA	19.09.1998
	63.06	IL Norodd (John Jonassen(31)-Harald Søbstad(32)-Emil Rødsand(27)-Arvid Fjærli(32))	Elnesvågen	25.05.2002
M80-89	76.99	(1) IL Norodd (Gunnar Arne Eckhoff(33)-Torbjørn Garshol(32)-Henry Opland(36)-Arvid Fjærli(32))	Trondheim/St	22.05.2016

**4x400m stafett / Relay**

M35-39	3:33.1	Norge / National Team (Jonfinn Aske(45)-Ingvard Brekke(46)-Arild Nilsen(43)-Erik Rynning(45))	Larvik/Lo	09.08.1981
	3:37.3	Heimdal IF (Kåre Sagmyhr(44)-Isak Peter Hårberg(52)-Kristen Kvendset(50)-Steinar Smevoll(48))	Trondheim/Le	27.06.1987
M40-49	3:34.4	Norge / National Team ( )	København, DEN	31.07.1983
	3:42.80	Byåsen IL (Einar Envik(37)-Tor Åge Olsen(43)-Per Johan Jørgensen(40)-Gunnar Staur(43))	Byrkjelo	23.08.1986
M50-59	3:50.3	Norge / National Team (Petter Kojen(31)-Svein Høilo(27)-Harald Aanerud(27)-Arnfinn Haugland(30))	Larvik/Lo	09.08.1981
	3:58.0	Byåsen IL (Johan Petter Hesselberg(32)-Karl Aune(35)-Aage Antonsen(32)-Einar Envik(37))	Trondheim/Le	27.06.1987
M60-69	4:09.16	Norge / National Team (Arnfinn Haugland(30)-Svein Høilo(27)-Hilmar Knudsen(31)-Knut Bergesen(30))	Kristiansand	03.07.1992
	4:31.86	Osterøy IL (Johan Bergersen(46)-Vidar Simmenes(48)-John Bernes(44)-Arne Mjelde(42))	Strandebarm	23.05.2009
M70-79	5:27.0	IL Norodd (Harald Søbstad(32)-John Jonassen(31)-Gunnar Arne Eckhoff(33)-Arvid Fjærli(32))	Oslo/La	31.05.2003
M80-89	8:13.83	IL Norodd (Gunnar Arne Eckhoff(33)-Torbjørn Garshol(32)-Emil Rødsand(27)-Arvid Fjærli(32))	Sandnes	25.05.2013

**4x1500m stafett / Relay**

M35-39	16:36.6	Aksla IL (Kjell Arne Leira(46)-Jan Stave(46)-Arne Opheim(50)-Arnlot Visdal Lande(46))	Nadderud	24.08.1985
M40-49	17:07.9	Aksla IL (Marius Conradi(46)-Jan Stave(46)-Arnlot Visdal Lande(46)-Kjell Arne Leira(46))	Trondheim/Le	27.06.1987
M50-59	18:59.6	Lørenskog FIL (Tor Haaland(36)-Bjarne Hagen(33)-Magne Myran(38)-Gustav Andersen(40))	Bjørkelangen	16.06.1990
M60-69	22:20.5	Veldre IL (Lars Strand(29)-Johan Østvang(28)-Steinar Johnsen Sveen(26)-Kåre Mikkelsen(26))	Bjørkelangen	16.06.1990

**1000m stafett / Swedish Relay**

M35-39	2:05.62	Norge / National Team (Kåre Strande(61)-Ketil Jarle Kristiansen(60)-Håkon Anmarkrud(60)-Øystein Øvsthus(58))	Lillehammer	16.08.1997
	2:07.6	Fjellhug/Vereide IL (Jan Otto Aa(48)-Steinar Vereide(47)-Magne Tystad(45)-Jonfinn Aske(45))	Lillehammer	21.08.1983
M40-49	2:07.31	Norge / National Team (Trond Rosén(49)-Jan Kaashagen(48)-Stein Ohr(48)-Einar Behrns(49))	Larvik/Lo	01.07.1989
	2:10.0	Aksla IL (Joakim Pilskog(33)-Jan Stave(46)-Kjell Arne Leira(46)-Arnlot Visdal Lande(46))	Ålesund	09.08.1987
M50-59	2:17.79	Norge / National Team (Per Sletholt(46)-Kåre Rabben(45)-Henning Kristiansen(45)-Oddvar Tjelta(43))	Lillehammer	16.08.1997
	2:19.79	Byåsen IL (Karl Aune(35)-Tore Hanssen(33)-Aage Antonsen(32)-Johan Petter Hesselberg(32))	Mo i Rana	21.07.1985
M60-69	2:27.24	Norge / National Team (Helge Idar Andersen(32)-Jostein Haraldseid(35)-Brynjulf Skinlo(35)-Kjell Steinset(36))	Lillehammer	16.08.1997
	2:38.4	IL Gular (Walther Olsen(25)-Håkon Tvedt(33)-Knut Bergesen(30)-Arne Hamarsland(33))	Ravnanger	25.06.1995
M70-79	2:51.33	Norge / National Team (Arne Ueland(34)-Arne Mjelde(42)-Oddvar Tjelta(43)-Ragnar Jakobsen(43))	Moss	29.06.2013
	2:52.55	IL Gular (Trygve Monstad(31)-Knut Bergesen(30)-Håkon Tvedt(33)-Arne Hamarsland(33))	Kristiansand	27.06.2004
M80-89	3:38.80	IL Gular (Harry Tvedt(33)-Per Einar Sønnesyn(32)-Håkon Tvedt(33)-Arne Hamarsland(33))	Byrkjelo	10.08.2013