

# NORKS FRIIDRETT HEDMARK

## KRETSREKORDER KVINNER/JENTER PR 31.10.19

### KRETSREKORDER KVINNER SENIOR

100 meter	11,75	+1,2	Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Oslo/Bi	17.07.19
200 meter	24,13	+1,2	Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Oslo/Bi	17.07.19
400 meter	56,98		Sigrid Kongssund Amblie, Moelven IL	01.01.02	Oslo/Bi	13.06.19
800 meter	2:01,7		Randi Langøigjelten Bjørn, FIK Ren-Eng	26.03.57	Øvre Årdal	28.08.81
1000 meter	2:38,70		Randi Langøigjelten Bjørn, FIK Ren-Eng	26.03.57	London, GBR	11.09.81
1500 meter	4:12,14		Ragnhild Kvarberg, FIK Ren-Eng	23.03.81	Braaschaat, BEL	24.07.05
1 mile	4:44,48		Randi Langøigjelten Bjørn, FIK Ren-Eng	26.03.57	Gateshead, GBR	08.07.79
3000 meter	9:18,19		Hanne Lyngstad, FIK Orion	05.12.75	New Orleans, USA	11.04.98
5000 meter	15:48,12		Grete Kirkeberg, Kongsvinger IL	03.09.64	Oslo/Bi	04.07.92
10000 meter	32:20,86		Therese Johaug, FIK Ren-Eng	25.06.88	Hamar	04.08.19
100 m hekk	15,84	-0,5	Elisabeth Skefrås, FIK Orion	07.03.77	Kristiansand	12.08.94
200 m hekk						
300 m hekk	44,96		Heidi Enger, Romedal IL	02.01.75	Haugesund	02.08.92
400 m hekk	62,67		Mari Ann Bental, Ottestad IL	13.03.69	Raufoss	07.09.86
3000 m hinder	10:15,32		Ragnhild Kvarberg, FIK Ren-Eng	23.03.81	Bergen/Fa	07.06.01
Høyde	1,82		Tone Harby, Hamar IL	08.04.59	Raufoss	30.05.82
Stav	4,11		Lene O. Retzius, Moelven IL	04.01.96	Oslo/Sogn	06.07.14
Lengde	5,84		Turid Bjørkli, Hamar IL	28.01.58	Hamar	25.07.76
Tresteg	11,56	-0,3	Hanna Eikås, Kongsvinger IL	15.07.76	Førde	20.07.91
Kule	15,32		Grete Gjermshus, Grue IL	18.12.62	Voss	10.06.84
Diskos	47,34		Grete Gjermshus, Grue IL	18.12.62	Romedal	30.06.88
Slegge	54,37		Maren Elise Ilsaas Romstad, Løten Friidrett	08.03.83	Bergen /Fa	20.08.05
Spyd	46,81		Hanna Stengel Lunde, FIK Orion	28.12.94	Hamar	23.05.15
Spyd (gml)	60,88		Hilde Bratvold, Hamar IL	29.02.60	Oslo/Bi	01.09.82
Sjukamp	4.442		Mari Ann Bental, Ottestad IL	13.03.69	Raufoss	03.08.86
			15,99w-1,55-8,71-27,10w-4,90-31,54-2:17,19			
4 x x100 m	47,80		FIK Orion		Trondheim	20.05.16
			Ingrid Storlien, Helene A. Lillebakken, Tonje Fjellet Kristiansen, Rikke Hauan			
4 x 200 m	1:42,46		FIK Orion		Hamar	24.06.15
			Natalie Sosulska Moen, Helene A Lillebakken, Tonje Fjellet Kristiansen, Ingeborg B Mellum			
4 x 400 m	3:55,3		FIK Orion		Egersund	31.08.96
			Ragnhild Kvarberg, Hanne Kvarberg, Hanne Lyngstad, Hanne Ringnes			
4 x 800 m	9:18,90		FIK Orion		Egersund	01.09.96
			Ragnhild Kvarberg, Hanne Kvarberg, Hanne Ringnes, Hanne Lyngstad			
1000 m stafett	2:15,69		FIK Orion		Ravnanger	02.08.98
			Ragnhild Kvarberg, Lene Brennodden, Hanne Ringnes, Hanne Lyngstad			

### Bestenoteringer:

100 meter	11,7m	+1,4	Turid Bjørkli, Hamar IL	28.01.58	Kil, SWE	25.05.75
150 meter	18,51	+0,8	Maren Bakke Amundsen, Moelven IL	08.03.03	Oslo/La	10.05.19
300 meter	39,57		Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Asker	08.06.19
300 meter	40,8m		Hanne Ringnes, FIK Orion	02.06.81	Åkrestrømmen	03.07.98
600 meter	1:35,2		Mari-Louise Pabsdorff, FIK Orion	15.06.81	Rena	13.07.00
2000 meter	6:25,8		Ida Meli Narbuvooll, FIK Ren-Eng	09.10.95	Åkrestrømmen	29.08.12
Halvmaraton	1:12,21		Grete Kirkeberg, Kongsvinger IL	03.09.64	Hokksund	03.04.93
Maraton	2:37,58		Grete Kirkeberg, Kongsvinger IL	03.09.64	Stockholm, SWE	05.06.93
200 m hekk	29,3m		Bente Amundsen, Hamar IL	06.05.56	Oslo/Bi	19.09.74
2000 m hinder	6:32,04		Ragnhild Kvarberg, FIK Ren-Eng	23.03.81	Lillehammer	19.08.01
Slegge	58,78		Agata Zienkiewicz (POL), Løten Friidrett	17.12.95	Løten	19.04.16
Vektkast	12,38		Maren Elise Ilsaas Romstad, Løten Friidrett	08.03.83	Løten	20.09.09
Vektkast	15,38		Agata Zienkiewicz (POL), Løten Friidrett	17.12.95	Løten	19.04.16

## KRETSREKORDER KVINNER JUNIOR 22 ÅR

100 meter	11,75	+1,2	Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Oslo/Bi	17.07.19
200 meter	24,13	+1,2	Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Oslo/B i	17.07.19
400 meter	56,98		Sigrid Kongssund Amblie, Moelven IL	01.01.02	Oslo/Bi	13.06.19
800 meter	2:06,90		Hanne Lyngstad, FIK Orion	05.12.75	Riga, LAT	30.05.97
1000 meter	2:44,93		Hanne Lyngstad, FIK Orion	05.12.75	Zurich, SUI	16.08.95
1500 meter	4:14,04		Ragnhild Kvarberg, FIK Ren-Eng	23.03.81	Cork, IRL	06.07.02
1 mile	4:44,48		Randi Langøigjelten Bjørn, FIK Ren-Eng	26.03.57	Gateshead, GBR	08.07.79
3000 meter	9:32,49		Ragnhild Kvarberg, FIK Ren-Eng	23.03.81	Nadderud	10.08.01
5000 meter	16:52,64		Ida Meli Narbuvoll, FIK Ren-Eng	09.10.95	Hillsdale, MI,,USA	29.04.16
10000 meter	34:39,28		Ida Meli Narbuvoll, FIK Ren-Eng	09.10.95	Raleigh,NC,USA	25.03.16
100 m hekk	15,84	-0,5	Elisabeth Skefrås, FIK Orion	07.03.77	Kristiansand	12.08.94
200 m hekk						
400 m hekk	62,67		Mari Ann Bentsdal, Ottestad IL	13.03.69	Raufoss	07.09.86
3000 m hinder	10:15,32		Ragnhild Kvarberg, FIK Ren-Eng	23.03.81	Bergen/Fa	07.06.01
Høyde	1,80		Torgunn Skjerve, Hamar IL	20.05.66	Bergen/Fa	23.08.81
Stav	4,11		Lene O. Retzius, Moelven IL	04.01.96	Oslo/Sogn	06.07.14
Lengde	5,84		Turid Bjørkli, Hamar IL	28.01.58	Hamar	25.07.76
Tresteg	11,56	-0,3	Hanna Eikås, Kongsvinger IL	15.07.76	Førde	20.07.91
Kule	14,67		Cecil Tidemand-Hansen, Elverum IL	24.08.56	Askim	13.08.76
Diskos	47,29		Maren Elise Ilsaas Romstad, Løten Friidrett	08.03.83	Haugesund	07.08.05
Slegge	54,37		Maren Elise Ilsaas Romstad, Løten Friidrett	08.03.83	Bergen /Fa	20.08.05
Spyd	46,81		Hanna Stengel Lunde, FIK Orion	28.12.94	Hamar	23.05.15
Spyd (gml)	60,88		Hilde Bratvold, Hamar IL	29.02.60	Oslo/Bi	01.09.82
Femkamp	3.090		Mette Elisabeth Storholm, Rena IL 18,3-8,84-1,58-5,15-2:36,6	20.05.61	Moelv	20.09.80
Sjukamp	4.442		Mari Ann Bentsdal, Ottestad IL 15,99w-1,55-8,71-27,10w-4,90-31,54-2:17,19	13.03.69	Raufoss	03.08.86
4 x x100 m	47,80		FIK Orion Ingrid Storlien 99, Helene A. Lillebakken 97, Tonje Fjellet Kristiansen 99, Rikke Hauan 98		Trondheim	20.05.16
4 x 200 m	1:42,46		FIK Orion Natalie Sosulska Moen, Helene A Lillebakken, Tonje Fjellet Kristiansen, Ingeborg B Mellum		Hamar	24.06.15
4 x 400 m	3:55,3		FIK Orion Ragnhild Kvarberg 81, Hanne Kvarberg, Hanne Lyngstad 75, Hanne Ringnes 81		Egersund	31.08.96
4 x 800 m	9:18,90		FIK Orion Ragnhild Kvarberg, Hanne Kvarberg, Hanne Ringnes, Hanne Lyngstad		Egersund	01.09.96
1000 m stafett	2:15,92		FIK Orion Rikke Hauan 98, Inbeborg B Mellum 97, Natalie Sosulska Moen 95, Tonje Fjellet Kristiansen 99		Byrkjelo	16.08.15

### Bestenoteringer:

100 meter	11,7m	+1,4	Turid Bjørkli, Hamar IL	28.01.58	Kil, SWE	25.05.75
150 meter	18,51	+0,8	Maren Bakke Amundsen, Moelven IL	08.03.03	Oslo/La	10.05.19
300 meter	39,57		Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Asker	08.06.19
300 meter	40,8m		Hanne Ringnes, FIK Orion	02.06.81	Åkrestrømmen	03.07.98
600 meter	1:35,2		Mari-Louise Pabsdorff, FIK Orion	15.06.81	Rena	13.07.00
2000 meter	6:25,8		Ida Meli Narbuvoll, FIK Ren-Eng	09.10.95	Åkrestrømmen	29.08.12
100 m hekk	14,6m		Bente Amundsen, Hamar IL	06.05.56	Hønefoss	10.08.74
200 m hekk	29,3m		Bente Amundsen, Hamar IL	06.05.56	Oslo/Bi	19.09.74
1500 m hinder	5:11,96		Emilie Fossumstuen Grøterud, Moelven IL	01.04.97	Göteborg, SWE	27.06.14
2000 m hinder	6:32,04		Ragnhild Kvarberg, FIK Ren-Eng	23.03.81	Lillehammer	19.08.01
Slegge	58,78		Agata Zienkiewicz (POL), Løten Friidrett	17.12.95	Løten	19.04.16
Vektkast	15,38		Agata Zienkiewicz (POL), Løten Friidrett	17.12.95	Løten	19.04.16
4 x 600 m	6:54,36		FIK Orion Mari-Louise Pabsdorff 81, Mari Fjeldstad 81, Hanne Ringnes 81, Ragnhild Kvarberg 81		Moss	31.05.98
Femkamp	3.226		Tove Hansen Røysted, Grue IL 16,88-9,61-1,60-5,33-2:27,5	18.05.61	Larvik/Lo	12.08.79

## KRETSREKORDER KVINNER JUNIOR 19 ÅR

100 meter	12,07	+1,6	Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Lillestrøm	11.09.15
200 meter	24,45	+0,9	Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Oslo/Bi	09.06.16
400 meter	56,98		Sigrid Kongssund Amblie, Moelven IL	01.01.02	Oslo/Bi	13.06.19
800 meter	2:09,83		Marianne Myklebust, Veldre IL	27.11.67		84
1000 meter	2:48,72		Hanne Lyngstad, FIK Orion	05.12.75		94
1500 meter	4:28,36		Hanne Lyngstad, FIK Orion	05.12.75		93
3000 meter	9:40,61		Therese Johaug, FIK Ren-Eng	25.06.88	Tønsberg	22.07.07
5000 meter	17:12,61		Ida Meli Narbuvoll, FIK Ren-Eng	09.10.95	Kristiansand	26.08.12
100 m hekk	15,84	-0,5	Elisabeth Skefrås, FIK Orion	07.03.77	Kristiansand	12.08.94
200 m hekk						
400 m hekk	62,67		Mari Ann Bentsdal, Ottestad IL	13.03.69	Raufoss	07.09.86
2000 m hinder	7:05,92		Ragnhild Kvarberg, FIK Ren-Eng	23.03.81		00
3000 m hinder	10:42,94		Monika Kørre, Løten Friidrett	05.09.89	Bydgoszcz, POL	08.07.08
Høyde	1,80		Torgunn Skjerve, Hamar IL	20.05.66	Bergen/Fa	23.08.81
Stav	4,11		Lene O. Retzius, Moelven IL	04.01.96	Oslo/Sogn	06.07.14
Lengde	5,84		Turid Bjørkli, Hamar IL	28.01.58	Hamar	25.07.76
Tresteg	11,56	-0,3	Hanna Eikås, Kongsvinger IL	15.07.76	Førde	20.07.91
Kule	13,36		Cecil Tidemand-Hansen, Elverum IL	24.08.56		74
Diskos	44,08		Line Eriksen, Hamar IL			82
Slegge	52,47		Maren Elise Ilsaas Romstad, Løten Friidrett	08.03.83	Løten	21.05.02
Spyd	45,84		Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Lillestrøm	27.05.18
Sjukamp	4.442		Mari Ann Bentsdal, Ottestad IL	13.03.69	Raufoss	03.08.86
			15,99w-1,55-8,71-27,10w-4,90-31,54-2:17,19			
4 x x100 m	47,80		FIK Orion		Trondheim	20.05.16
			Ingrid Storlien 99, Helene A Lillebakken 97, Tonje Fjellet Kristiansen 99, Rikke Hauan 98			
4 x 200 m	1:44,8		Hamar IL			72
			Turid Bjørkli, Merete Bjørlie, Elin Bjørlie, Karen E Olavsén			
4 x 400 m	3:58,93		FIK Orion			96
			Hanne Kvarberg, Mari Fjeldstad, Ragnhild Kvarberg, Hanne Ringnes			
4 x 800 m	9:20,64		Romedal IL			88
			Kristin Amundsen, Ingunn Blom-Hagen, Hanne Sofie Pedersen, Mari Ann Bentsdal			
1000 m stafett	2:16,51		Kongsvinger IL			92
			Jeanette Negård, Anne Skarnes, Monica Holen, Linda Holen			
<b>Bestenoteringer:</b>						
100 meter	11,7m		Turid Bjørkli, Hamar IL	28.01.58	Kil; SWE	25.05.75
150 meter	18,51	+0,8	Maren Bakke Amundsen, Moelven IL	08.03.03	Oslo/La	10.05.19
200 meter	24,7m		Turid Bjørkli, Hamar IL	28.01.58	Hamar	14.09.75
300 meter	40,93		Sigrid Kongssund Amblie, Moelven IL	01.01.02	Oslo/La	10.05.19
300 meter	40,8m		Hanne Ringnes, FIK Orion	02.06.81	Åkrestrømmen	03.07.98
600 meter	1:35,2		Mari-Louise Pabsdorff, FIK Orion	15.06.81	Rena	13.07.00
2000 meter	6:25,8		Ida Meli Narbuvoll, FIK Ren-Eng	09.10.95	Åkrestrømmen	29.08.12
5000 meter	17:04,75		Tessa den Heijer (NED), FIK Ren-Eng	27.02.96	Wageningen, NED	17.07.15
100 m hekk	14,6m		Bente Amundsen, Hamar IL	06.05.56	Hønefoss	10.08.74
200 m hekk	29,3m		Bente Amundsen, Hamar IL	06.05.56	Oslo/Bi	19.09.74
1500 m hinder	5:11,96		Emilie Fossumstuen Grøterud, Moelven IL	01.04.97	Göteborg, SWE	27.06.14
4 x 600 m	6:54,36		FIK Orion			1998
			Mari-Louise Pabsdorff, Mari Fjeldstad, Hanne Ringnes, Ragnhild Kvarberg			
Femkamp	3.090		Mette Elisabeth Storholm, Rena IL			80

## KRETSALDERSREKORDER JENTER 18 ÅR

60 meter	7,7m	?	Heidi Berg Sand, IL Mogutten	28.07.86	Brumunddal	19.08.04
100 meter	11,9m		Turid Bjørkli, Hamar IL	28.01.58	Askim	15.08.76
	12,31	-0,1	Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Oslo/Bi	15.06.17
150 meter	19,57		Silje Aukrust, FIK Orion	06.06.90	Romedal	23.07.08
200 meter	25,0m		Turid Bjørkli, Hamar IL	28.01.58	Trondheim	30.07.76
	25,12	+1,0	Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Hamar	16.08.17
300 meter	41,22		Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Hamar	14.05.17
400 meter	57,26		Anne Skarnes, Kongsvinger IL	27.10.75	Oslo/Bi	10.07.93
600 meter	1:43,2		Mari Helgestad, Løten Friidrett	01.10.92	Romedal	19.05.10
800 meter	2:11,22		Hanne Lyngstad, Elverum IL	05.12.75	Oslo/La	15.06.93
1000 meter	2:49,11		Hanne Lyngstad, Elverum IL	05.12.75	Berlin, GER	27.08.93
1500 meter	4:28,36		Hanne Lyngstad, FIK Orion	05.12.75	Oslo/Bi	10.07.93
2000 meter	7:14,6		Anette Starheim, FIK Orion	27.03.82		00
3000 meter	9:42,0		Therese Johaug, FIK Ren-Eng	25.06.88	Åkrestrømmen	01.08.06
5000 meter	17:17,78		Grete Kirkeberg, Skotterud IL	03.09.64	Porsgrunn	15.08.82
100 m hekk	14,6m		Bente Amundsen, Hamar IL	06.05.56	Hønefoss	10.08.74
100 m hekk	15,84	-0,5	Elisabeth Skefrås, FIK Orion	07.03.77	Kristiansand	12.08.94
200 m hekk	29,3m		Bente Amundsen, Hamar IL	06.05.56	Oslo/Bi	19.09.74
300 m hekk	46,1m		Heidi Enger, Romedal IL	02.01.75		93
400 m hekk	63,79		Mari Ann Bentdal, Romedal IL	13.03.69	Raufoss	06.09.87
2000 m hinder	7:18,29		Mari Arnesen, FIK Orion	17.04.85	Kristiansand	16.08.03
3000 m hinder	11:37,09		Monika Kørre, Løten Friidrett	05.09.89	Lillehammer	23.06.07
Høyde	1,79		Torgunn Skjerve, Hamar IL	20.05.66	Haugesund	29.07.84
Stav	4,11		Lene O. Retzius, Moelven IL	04.01.96	Oslo/Sogn	06.07.14
Lengde	5,84		Turid Bjørkli, Hamar IL	28.01.58	Hamar	25.07.76
Tresteg	11,31		Elisabeth Skefrås, FIK Orion	07.03.77	Kristiansand	25.07.95
Kule	13,36		Cecil Tidemand-Hansen, Elverum IL	24.08.56	Grimstad	22.07.74
Diskos	44,08		Line Eriksen, Hamar IL	23.05.64	Raufoss	04.09.82
Slegge	48,15		Maren Elise Ilsaas Romstad, Løten Friidrett	08.03.83	Løten	06.06.01
Spyd	45,38		Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Bergen/Fana	02.09.17
Spyd (gml)	49,38		Anne Grethe Bæraas, Flisa IL	09.07.63	Kil, SWE	16.05.81
4 x x100 m	48,2		Hamar IL			72
			Amundsen, Olavsen, Bjørkli, Bjørli			
4 x x100 m	48,49		FIK Orion		Larvik	30.05.15
			Rikke Hauan 98, Helene A Lillebakken 97, Tonje Fjellet Kristiansen 99, Ingeborg Bjertnes Mellum 97			
4 x 200 m	1:42,46		FIK Orion		Hamar	24.06.15
			Rikke Hauan 98, Helene A Lillebakken 97, Tonje Fjellet Kristiansen 99, Ingeborg B Mellum 97			
4 x 400 m	3:58,93		FIK Orion			96
			Hanne Kvarberg, Mari Fjeldstad, Ragnhild Kvarberg, Hanne Ringnes			
4 x 600 m	7:01,59		FIK Orion			99
			Mari-Louise Pabsdorff, Anette Starheim, Isabel E Syverhuset, Ragnhild Kvarberg			
4 x 800 m	9:45,60		FIK Orion			96
			Hanne Kvarberg, Mari Fjeldstad, Ragnhild Kvarberg, Hanne Ringnes			
1000 m stafett	2:20,18		FIK Orion		Bergen/Fana	03.09.17
			Mia Evensen 02, Maiken Andreassen 02, Therese Skyttermoen 99, Tonje Fjellet Kristiansen 99			

## KRETSALDERSREKORDER JENTER 17 ÅR

60 meter	7,9m		Adelheid Gulbrandsen, Grue IL	22.03.63		80
100 meter	11,7m		Turid Bjørkli, Hamar IL	28.01.58	Kil, SWE	25.05.75
100 meter	12,23	+1,0	Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Lillestrøm	28.05.16
150 meter	19,98	+0,1	Marte Lier, Moelven IL	21.07.98	Lillehamemr	05.05.15
200 meter	24,45	+0,9	Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Oslo/Bi	09.06.16
300 meter	40,93		Sigrid Kongssund Amblie, Moelven IL	01.01.02	Oslo/La	10.05.19
300 meter	40,8m		Hanne Ringnes, FIK Orion	02.06.81	Åkrestrømmen	03.07.98
400 meter	56,98		Sigrid Kongssund Amblie, Moelven IL	01.01.02	Oslo/Bi	13.06.19
600 meter	1:39,5		Emma Marie Skjærstad, Løten Friidrett	13.06.93	Romedal	19.05.10
800 meter	2:09,83		Marianne Myklebust, Veldre IL	27.11.67	Nadderud	17.06.84
1000 meter	3:00,0		Hanne Lyngstad, Elverum IL	05.12.75	Åkrestrømmen	28.05.92
1500 meter	4:34,99		Hanne Lyngstad, FIK Orion	05.12.75	Lillehammer	06.09.92
2000 meter	6:25,8		Ida Meli Narbuvooll, FIK Ren-Eng	09.10.95	Åkrestrømmen	29.08.12
3000 meter	9:46,68		Ida Meli Narbuvooll, FIK Ren-Eng	09.10.95	Ravnanger	31.08.12
5000 meter	17:12,61		Ida Meli Narbuvooll, FIK Ren-Eng	09.10.95	Kristiansand	26.08.12
100 m hekk (76,2)						
100 m hekk (84)	15,1		Bente Amundsen, Hamar IL	06.05.56	Beitstad	24.06.73
100 m hekk	15,84	-0,5	Elisabeth Skefrås, FIK Orion	07.03.77	Kristiansand	12.08.94
200 m hekk	30,3		Bente Amundsen, Hamar IL	06.05.56	Hamar	03.10.73
300 m hekk	44,96		Heidi Enger, Romedal IL	02.01.75	Haugesund	01.08.92
400 m hekk	62,67		Mari Ann Bentdal, Ottestad IL	13.03.69	Raufoss	07.09.86
1500 m hinder	5:11,96		Emilie Fossumstuen Grøterud, Moelven IL	01.04.97	Göteborg, SWE	27.06.14
2000 m hinder	7:18,38		Mari Arnesen, FIK Orion	17.04.85	Oslo/Bi	31.08.02
3000 m hinder	11:23,93		Emilie Fossumstuen Grøterud, Moelven IL	01.04.97	Jessheim	23.08.14
Høyde	1,79		Torgunn Skjerve, Hamar IL	20.05.66	Nadderud	19.06.83
Stav	3,95		Lene O. Retzius, Moelven IL	04.01.96	Donetsk, UKR	14.07.13
Lengde	5,51		Mette Elisabeth Storholm, Rena IL	20.05.61	Herlev, DEN	18.06.78
Tresteg	10,94		Hanna Eikås, Kongsvinger IL	15.07.76	Tønsberg	31.07.93
Kule	12,70		Cecil Tidemand-Hansen, Elverum IL	24.08.56	København, DEN	11.08.73
Diskos	43,40		Line Eriksen, Hamar IL	23.05.64	Porsgrunn	15.08.81
Slegge	45,36		Maren Elise Ilsaas Romstad, Løten Friidrett	08.03.83	Løten	22.08.00
Spyd 500 g	44,46		Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Lillehammer	19.06.16
Spyd (600 g gml)	52,70		Sølvi Nybu, Hamar IL	03.06.66	Hamar	31.08.83
Spyd 600 g	40,13		Ida Evelyn Seterlien, Kongsvinger IL	04.06.01	Kongsvinger	13.06.18
4 x x100 m	48,7		Hamar IL			73
4 x 200 m	1:50,74		Bjørkli, Bjørlie, Amundsen, Olavsens FIK Orion			07
4 x 400 m	4:07,9		N H Nygaard, K Risbakken, S Aukrust, M Linnestad Hamar IL			73
4 x 600 m	6:54,36		Stikholmen, Lauritzen, Skar, Bjørlie FIK Oruion			98
3 x 800 m	7:18,1		Mari-Louise Pabsdorff, Mari Fjeldstad, Hanne Ringnes, Ragnhild Kvarberg Hamar IL			77
4 x 800 m	9:43,90		Lombnæs, Sandvold, Tenmann FIK Orion		Jessheim	19.05.12
1000 m stafett	2:16,51		Eli Narum 95, Emilie Larsen 97, Silje Nilsen 96, Vilde Antonsen 95 Kongsvinger IL			92
			Negård, Skarnes, Holen, Holen			

## KRETSALDERSREKORDER JENTER 16 ÅR

60 meter	8,28	+0,4	Trine Ottesen, Kongsvinger IL	24.01.91	Kongsvinger	28.06.07
100 meter	12,0m		Turid Bjørkli, Hamar IL	28.01.58	Borås, SWE	16.06.74
100 meter	12,07	+1,6	Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Lillestrøm	11.09.15
150 meter	18,51	+0,8	Maren Bakke Amundsen, Moelven IL	08.03.03	Oslo/Lam	10.05.19
200 meter	24,60	+1,2	Maren Bakke Amundsen, Moelven IL	08.03.03	Nadderud	15.06.19
300 meter	41,87		Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Hamar	10.05.15
400 meter	57,10		Mille Eide Nyhus, Hamar IL	01.05.03	Lillehammer	22.06.19
600 meter	1:42,1		Britt Torshaug Granrud, FIK Ren-Eng	16.06.92	Åkrestrømmen	26.08.08
<b>800 meter</b>	<b>2:11,63</b>		<b>Hanna Hagevik Bakke, Trysilgutten</b>	<b>20.04.03</b>	<b>Sigdal</b>	<b>25.08.19</b>
<del>800 meter</del>	<del>2:12,22</del>		<del>Mille Eide Nyhus, Hamar IL</del>	<del>01.05.03</del>	<del>Nadderud</del>	<del>15.06.19</del>
1000 meter	2:58,47		Hanne Lyngstad, Elverum IL	05.12.75	Åkrestrømmen	13.07.91
1500 meter	4:37,65		Hanne Sofie Pedersen, Romedal IL	03.03.72	Huddinge, SWE	27.08.88
2000 meter	6:46,7		Grete Kirkeberg, Skotterud IL	03.09.64	Flisa	25.06.80
3000 meter	9:44,05		Hanne Sofie Pedersen, Romedal IL	03.03.72	Byrkjelo	12.08.88
80 m hekk (76,2)	12,43	+1,1	Karoline Weea Johansen, Moelven IL	07.11.97	Lillehammer	07.09.13
100 m hekk (76,2)	15,13		Hanna Eikås, Kongsvinger IL	15.07.76	Skien	08.08.92
200 m hekk	29,6		Turid Bjørkli, Hamar IL	28.01.58	Hamar	11.09.74
300 m hekk	45,72		Heidi Enger, Romedal IL	02.01.75		91
400 m hekk	64,6m		Heidi Enger, Romedal IL	02.01.75	Romedal	04.07.91
400 m hekk	65,77		Mille Eide Nyhus, Hamar IL	01.05.03	Nadderud	14.06.19
1500 m hinder	5:14,49		Emilie Fossumstuen Grøterud, Moelven IL	01.04.97	Lillehammer	06.09.13
Høyde	1,76		Kjersti Strandlie, Hamar IL	23.04.64	Nadderud	15.06.80
Stav	3,41		Malin Vik Gregor, FIK Orion	22.07.95	Lisleby	26.08.11
Lengde	5,48	+1,8	Karoline Weea Johansen, Moelven IL	07.11.97	Overhalla	02.08.13
Tresteg	11,46		Hanna Eikås, Kongsvinger IL	15.07.76	Kongsvinger	25.07.92
Kule (3,0)	13,05		Maren Elise Ilsaas Romstad, Løten Friidrett	08.03.83	Hønefoss	28.08.99
Kule (4,0)	12,05		Cecil Tidemand-Hansen, Elverum IL	24.08.56	Moelv	02.09.72
Diskos (0,75)	40,99		Maren Elise Ilsaas Romstad, Løten Friidrett	08.03.83	Løten	20.05.99
Diskos (1,0)	39,88		Line Eriksen, Hamar IL	23.05.64	Biri	20.09.80
Slegge	43,70		Karoline Weea Johansen, Moelven IL	07.11.97	Nadderud	16.06.13
3kg/119,5cm						
Slegge (4,0)	44,09		Maren Elise Ilsaas Romstad, Løten Friidrett	08.03.83	Florø	14.08.99
Spyd (500g)	47,88		Kine Midtsundstad, FIK Orion	14.06.98	Romedal	11.05.14
Spyd (600g)	32,63		Ida Evelyn Seterlien, Kongsvinger IL	04.06.01	Moss	01.07.17
Spyd (600 g gml)	52,88		Sølvi Nybu, Hamar IL	03.06.66	Bergen/Fa	21.08.82
4 x 100 m	50,3		Hamar IL			72
4 x 100 m stafett			Amundsen, Stikholmen, Bjørlie, Bjørkli			
4 x 200 m	1:51,2		Rena IL			76
4 x 400 m	4:10,9		Kongsvinger IL			92
4 x 600 m	7:25,6		Holen, Engebakken, Eikås, Holen			
4 x 800 m	7:26,6		Veldre IL			97
3 x 800 m	7:26,6		Merete Nilsson, Ragnhild B Skeie, Frøydis Alderslyst, Anette Startheim			
1000 m stafett	2:22,14		IL Trysilgutten			76
			Myhr, Ramleth, Pedersen			
			FIK Orion			96
			Mari Fjeldstad, Anett Amundsen, Ragnhild Kvarberg, Hanne Ringnes			

## KRETSALDERSREKORDER JENTER 15 ÅR

60 meter	7,8m		Trude Jensen, Grue IL	01.12.64	Raufoss	15.08.79
80 meter	10,33	-0,6	Maren Bakke Amundsen, Moelven IL	08.03.03	Rieti/ITA	06.10.18
100 meter	12,30	+2,0	Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Fredrikstad	08.08.14
150 meter	19,02	-0,8	Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Romedal	11.05.14
200 meter	25,1m		Turid Bjørkli, Hamar IL	28.01.58	Trondheim	17.08.73
200 meter	25,19	+1,9	Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Nadderud	14.06.14
300 meter	41,15		Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Romedal	11.05.14
400 meter	57,08		Hanne Ringnes, FIK Orion	02.06.81	Lillehammer	22.06.96
600 meter	1:37,9		Bente Skar, Hamar IL	28.11.56	Sandefjord	12.09.71
800 meter	2:15,5		Reidun Joten, FIK Ren-Eng	11.03.60	Noresund	01.08.75
1000 meter	3:02,3		Grete Kirkeberg, Skotterud IL	03.09.64	Oslo/Bi	30.08.79
1500 meter	4:35,10		Hanne Sofie Pedersen, Romedal IL	03.03.72	Lillehammer	19.07.87
2000 meter	6:39,58		Ragnhild Kvarberg, FIK Orion	23.03.81	Overhalla	04.08.96
3000 meter	10:11,8		Hanne Sofie Pedersen, Romedal IL	03.03.72		87
80 m hekk (76,2)	12,23	+1,0	Lene O. Retzius, Moelven IL	04.01.96	Nadderud	18.06.11
200 m hekk	32,1		Mette Husbyn, Hamar IL	03.11.63		78
300 m hekk	47,86		Merete Nilsson, Veldre IL	08.03.82	Nesbyen	02.08.97
400 m hekk	68,0m		Maja Myrhaugen Derås, Moelven IL	07.07.96	Brumunddal	30.09.11
Høyde	1,80		Torgunn Skjerve, Hamar IL	20.05.66	Fana	23.08.81
Stav	3,71		Lene O. Retzius, Moelven IL	04.01.96	Fredrikstad	26.08.11
Lengde	5,72		Kari Simensen, Hamar IL	02.02.62	Lillestrøm	07.08.77
Tresteg	11,56	-0,3	Hanna Eikås, Kongsvinger IL	15.07.76	Førde	20.07.91
Kule (3,0)	12,55		Maren Elise Ilsaas Romstad, Løten Friidrett	08.03.83	Lillehammer	09.08.98
Kule (4,0)	10,97		Hilde Sundahl, Veldre IL	20.09.60	Gjøvik	07.09.75
Diskos (0,75)	36,43		Maren Elise Ilsaas Romstad, Løten Friidrett	08.03.83	Lillehammer	07.08.98
Diskos (1,0)	36,20		Line Eriksen, Hamar IL	23.05.64	Oppdal	24.06.79
Slegge (3,0)	39,25		Karoline Weea Johansen, Moelven IL	07.11.97	Løten	28.06.12
Slegge (4,0)	39,10		Maren Elise Ilsaas Romstad, Løten Friidrett	08.03.83	Lillehammer	08.08.98
Spyd (400g)	46,95		Kine Midtsundstad, Vaaler IF	14.06.98	Romedal	28.09.13
Spyd (500 g)	46,52		Tonje Fjellet Kristiansen	13.09.99	Romedal	11.05.14
Spyd (600 g)	41,29		Tonje Fjellet Kristiansen	13.09.99	Fredrikstad	09.08.14
Spyd (600g gml)	45,52		Sølvi Nybu, Hamar IL	03.06.66	Bergen/Fa	23.08.81
4 x 60 m stafett	33,40		FIK Orion Lene Svindal 99, Eilen Kärli 99, Kristin Rosvold 98, Mina Ingeborg P Stenberg 99		Segalstad Bru	10.08.13
4 x 100 m	50,50		FIK Orion Helene K. Futtrup 02, Mia Evensen 02, Maiken Andreassen 02, Oda Edvardsen 02		Hamar	21.05.17
4 x 200 m	1:53,8		Rena IL			76
	1:53,8		Storholm, Kolstad, Rødsdalen, Pedersen Løten IL			77
4 x 400 m	4:07,8		Stenseth, Solberg, Hofshagen, Gaukerud Løten IL			77
3 x 800 m	7:38,4		Stenseth, Solberg, Hofshagen, Gaukerud Løten IL			77
1000 m stafett	2:25,5		Stensåsen, Hansen, Gaukerud Løten IL Hofshagen, Stenseth, Solberg, Gaukerud			77

## KRETSALDERSREKORDER JENTER 14 ÅR

60 meter	7,7m		Kari Simensen, Hamar IL	02.02.62	Oslo/Bi	09.06.76
	8,03	+1,0	Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Lillehammer	22.06.13
80 meter	10,54	-0,4	Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Romedal	28.09.13
100 meter	12,5m		Karen Elisabeth Olavsens, Hamar IL	25.06.59	Oslo/Bi	23.05.73
	12,69	+1,7	Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Lillehammer	23.06.13
150 meter	19,77	-1,0	Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Romedal	28.09.13
200 meter	25,84	+0,1	Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Lillehammer	20.06.13
300 meter	41,02		Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Göteborg, SWE	30.06.13
600 meter	1:38,42		Ragnhild Kvarberg, FIK Orion	23.03.81	Lillehammer	02.09.95
800 meter	2:12,8		Ingebjørg Gaukerud, Løten IL	06.04.63	Fana	20.08.77
1000 meter	3:05,7		Karianne Haugen, Rena IL	19.01.77	Åkrestrømmen	14.08.91
1500 meter	4:47,9		Hanne Sofie Pedersen, Romedal IL	03.03.72	Lillehammer	29.06.86
60 m hekk	9,79		Jeanette Negård, Kongsvinger IL	05.05.76	Kongsberg	25.08.90
			Hanna Eikås, Kongsvinger IL	15.07.76	Lillehammer	08.09.90
		+1,3	Karoline Weea Johansen, Moelven IL	07.11.97	Lillestrøm	03.09.11
80 m hekk (76,2)	12,7		Hanna Eikås, Kongsvinger IL	15.07.76	Kongsvinger	25.09.90
200 m hekk	31,93	+0,6	Mille Eide Nyhus, Hamar IL	01.05.03	Jessheim	17.09.17
Høyde	1,74		Torgunn Skjerve, Hamar IL	20.05.66	Fana	23.08.80
Stav	3,26		Lene O. Retzius, Moelven IL	04.01.96	Moelv	17.09.10
Lengde planke	5,53		Kari Simensen, Hamar IL	02.02.62	Hamar	12.06.76
Tresteg planke	10,64	+1,0	Maiken Min Midtskogen, FIK Ren-Eng	26.05.98	Lillestrøm	09.09.12
Tresteg sone	11,35		Hanna Eikås, Kongsvinger IL	15.07.76	Kongsvinger	25.09.90
Kule (3,0)	12,40		Eva Skara, Grue IL			72
Diskos (0,6)	35,70		Maren Elise Ilsaas Romstad, Løten Friidrett	08.03.83	Kongsberg	31.08.97
Diskos (0,75)	35,66		Karoline Weea Johansen, Moelven IL	07.11.97	Løten	24.09.11
Slegge (3,0)	38,14		Karoline Weea Johansen, Moelven IL	07.11.97	Løten	31.08.11
Spyd (400g)	47,48		Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Romedal	28.09.13
Spyd (500 g)	27,04		Ida Evelyn Seterlien, Kongsvinger IL Friidr	04.06.01	Kil, SWE	02.08.15
Spyd (600g)	35,46		Guri Bratvold, Hamar IL	30.03.63	Hamar	05.10.77
Liten ball (150)	63,70		Kjersti Jørgensen, Løten Friidrett	31.10.96	Løten	26.08.10
Slengball (1,0)	30,65		Ida Solvang, Nordre Trysil IL	29.07.93	Trysil	13.09.07
Sekskamp	5.340		Karoline Weea Johansen, Moelven IL	07.11.97	Rena	12.-
			8,5()-11,95-4,60()/10,6()-1,36-1:54,6			13.8.11
4 x 60 m	31,9		Rena IL			75
4 x 60 meter	31,98		Storholm, Hågensen, Rødsdalen, Kolstad FIK Orion		Lillehammer	23.09.12
4 x 100 meter	53,01		Kristin Rosvold 98, Eilen Kårli 98, Tonje Fjellet Kristiansen 99, Rikke Hauan 98 FIK Orion		Romedal	05.09.12
4 x 200 m	1:55,01		Kristin Rosvold 98, Eilen Kårli 98, Tonje Fjellet Kristiansen 99, Rikke Hauan 98 Moelven IL		Lillehammer	11.09.10
3 x 800 m	7:41,7		Lene Retzius 96, Katarina Fallsen 96, Maja M Derås 96, Karoline W Johansen 97 IL Trysilgutten			79
1000 m stafett			Holt, Ødegård, Ramberg			



## KRETSALDERSREKORDER JENTER 13 ÅR

60 meter	8,0m		Hege Ødegård, IL Trysilgutten	09.02.71	Kongsberg	01.09.84
	8,0m		Karen Elisabeth Olavsen, Hamar IL	25.06.59	Oslo/Bi	29.05.72
	8,0m		Kari Simensen, Hamar IL	02.02.62	Fana	24.08.75
	8,0m		Lena Ødegård, IL Trysilgutten			80
	8,28		Mahawah Kromah, FIK Orion	01.04.95	Nadderud	08.06.08
80 meter	10,78	+0,6	Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Romedal	29.09.12
100 meter	12,7m		Karen Elisabeth Olavsen, Hamar IL	25.06.59	Moelv	02.09.72
	13,15	+0,6	Mahawah Kromah, FIK Orion	01.04.95	Lillehammer	22.06.08
150 meter	19,85	+1,0	Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Romedal	29.09.12
200 meter	26,5m		Karen Elisabeth Olavsen, Hamar IL	25.06.59	Oslo/Bi	05.09.72
	27,03	+0,9	Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Göteborg, SWE	08.07.12
300 meter	45,5m		Torill Kove, Hamar IL	25.05.58	Hamar	01.09.71
600 meter	1:38,8		Torhild Bryhn, Romedal IL	25.02.62	Oslo/Bi	28.05.75
800 meter	2:17,2		Ingebjørg Gaukerud, Løten IL	06.04.63	Hamar	07.08.76
1000 meter	3:05,5		Tone Lise Nordby, Hamar IL	23.01.67	Romedal	01.08.80
1500 meter	4:47,2		Ingebjørg Gaukerud, Løten IL	06.04.63	Oslo/Bi	26.08.76
60 m hekk 76,2	10,0m		Hanna Eikås, Kongsvinger IL	15.07.76	Prestberget	02.09.89
60 m hekk 76,2	10,10	+1,2	Pernille Eun Haug, Kongsvinger IL	18.07.05	Jessheim	11.08.18
80 m hekk (76,2)						
200 m hekk	33,59	-1,2	Mille Eide Nyhus, Hamar IL	01.05.03	Gausdal	17.09.16
Høyde	1,62		Siri Mathisen, Rena IL	06.03.69	Romedal	04.09.82
Stav	3,10		Lene O. Retzius, Moelven IL	04.01.96	Moelv	10.07.09
Lengde sone	5,23		Hanna Eikås, Kongsvinger IL	15.07.76	Kongsberg	27.08.89
Lengde planke	5,44		Kari Simensen, Hamar IL	02.02.62	Hamar	14.09.75
Tresteg sone	10,24	-1,2	Mille Eide Nyhus, Hamar IL	01.05.03	Gausdal	17.09.16
<b>Kule (2,0)</b>	<b>13,66</b>		<b>Mali Haldorsson, Kongsvinger IL</b>	<b>26.05.06</b>	<b>Hamar</b>	<b>01.10.19</b>
<del>Kule (2,0)</del>	<del>12,85</del>		<del>Mali Haldorsson, Kongsvinger IL</del>	<del>26.05.06</del>	<del>Göteborg, SWE/NU</del>	<del>30.06.19</del>
Kule (3,0)	10,85		Ranveig Åseth, Grue IL	02.04.68	Brandval	19.09.81
Diskos (0,6)	32,31		Karoline Weea Johansen, Moelven IL	07.11.97	Løten	21.08.10
Diskos (0,75)	26,87		Karoline Weea Johansen, Moelven IL	07.11.97	Nadderud	11.06.10
Slegge (2,0)	38,21		Karoline Weea Johansen, Moelven IL	07.11.97	Lilletsrøm	29.08.10
Slegge (3,0)	31,49		Thea Engen Olsen, Løten Friidrett	01.05.05	Byrkjelo	12.07.18
Spyd (400g)	41,56		Tonje Fjellet Kristiansen, FIK Orion	13.09.99	Lillestrøm	10.06.12
Spyd (600g)	29,86		Guri Bratvold, Hamar IL	30.03.63	Hamar	12.06.76
Liten ball (150)	54,10		Camilla Skar, Moelven IL	16.01.81	Moelv	22.06.94
Slengball (1,0)	30,15		Anne Storslett, Moelven IL	10.01.87		00
Sekskamp	5.301		Maiken Min Midtskogen, FIK Ren-Eng	26.05.98	Rena	12.-
			8,5()-11,95-4,60()/10,6()-1,36-1:54,6			13.8.11
4 x 60 m	33,0		Løten IL			75
			Stenseth, Hofshagen, Slettvold, Larsson			79
	33,0		Hamar IL			89
			Skønnord, Skjerve, Moshølen, Svanø			
	33,0		Hamar IL			
			Bax, Holm, Johansen, Bøhleng			
4 x 100 m	54,95		Hamar IL			89
			Bax, Holm, Johansen, Bøhlenf			
4 x 200 m						
3 x 800 m	7:45,2		Hamar IL			77
			Skomakerstuen, Nordby, Aalstad			
1000 m stafett						