Norges Fri-idrettsforbund / Norwegian Athletics Federation

Alle tiders beste innendørs / All Time Best Indoor

Menn - Tresteg / Men - Triple Jump

pr. 26.04.2023 (oppdatert / updated 26.04.2023)

Tresteg / Triple Jump menn 35-39 år / Men 35-39 years - 12.30

15.11	(3)	Trond Erik Nilsen, Ask Friidrett	(72)	Clermont-Ferrand, FRA	22.03.2008
14.82	(3)	Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Stange	03.02.1996
14.24	(6)MS	Joakim Henrik Urdahl, Syril IL	(83)	Rud	04.02.2018
14.02	(1)	John Kristian Johnsen, IL Vestar	(44)	Oslo/Ek	24.02.1979
13.21	(1)	Terje Grime, Ullensaker/Kisa IL	(59)	Stange	02.03.1997
13.21	(9)	Jon Olav Bjørhusdal, Sandnes IL	(68)	Stange	18.02.2006
13.19	(2)	Kåre Strande, Fagernes IL	(61)	Stange	02.03.1997
13.18	(1)	Finn Pedersen, Tvedestrand T&IF	(58)	Stange	05.03.1995
13.01	(4)	Erlend Gjøen, FIK BFG Fana	(59)	Stange	02.03.1997
12.55	(1)	Magnus Dehli Vigeland, Oslostudentenes IK	(78)	Haugesund	07.03.2014
		(10)			

Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:

13.30	(1)	Zdenko Vojvodic, Fredrikstad IF (BSH)	(62)	Stange	01.03.1998

Sannsynligvis lav grop / Probably low pit:

14.98	(3)	Kristen Fløgstad, Søgne IL	(47)	Drammen	12.02.1984
14.59	(3)	Kristen Fløgstad, IL Dyre Vaa	(47)	Oslo/Ek	03.02.1985
13.45	(2)	Hans Foosnæs, Beitstad IL	(47)	Bryn	05.02.1983
13.07	(1)	Nils Arne Hjelle, Bodø FIK	(54)	Oslo/Ek	22.01.1989
13.00	(1)	Jostein Myrvang, Larvik T&IF	(46)	Kristiansand	28.02.1981
12.84	(1)	Stein Tore Klungland, Asker SK	(58)	Oslo/Ek	08.03.1997

Tresteg / Triple Jump menn 40-44 år / Men 40-44 years - 11.60

14.57	(4)	Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Stange	24.02.2001
14.06	(2)MS	Ketill Hanstveit, IL Norna-Salhus	(73)	Haukås	23.01.2016
13.59	(1)	Jan Albrigtsen, Larvik T&IF	(50)	Stange	28.02.1993
13.32	(1)	Stein Tore Klungland, Asker SK	(58)	Stange	01.03.1998
13.09	(2)	Finn Pedersen, Tvedestrand T&IF	(58)	Stange	01.03.1998
12.92	(2)	Terje Grime, Ullensaker/Kisa IL	(59)	Stange	21.03.1999
12.90	(4)	Oddvar Viulsrød, Tønsberg FIK	(64)	Malmö, SWE	03.03.2006
12.87	(1)	Kåre Strande, Fagernes IL	(61)	Stange	25.03.2001
12.13	(4)	Asbjørn Solfjeld, Tvedestrand T&IF	(59)	Stange	21.03.1999
11.74	(2)	Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Stange	06.02.1994
		(10)			

Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:

12.73	(2)MS	Kenneth Hoffmann, Fagernes IL (USA)	(73)	Rud	06.02.2016

Sannsynligvis lav grop / Probably low pit:

12.31	(1)	Ivar Bredholt, Indre Østfold FIK	(45)	Oslo/Ek	22.01.1989
12.05	(2)	Reidar Halvorsen, Fossum IF	(48)	Oslo/Ek	22.01.1989
12.00	(1)	Jan Erik Berntzen, Asker SK	(63)	Drammen	21.03.2004
11.90	(1)	Kjell Adamski, Sarpsborg IL	(50)	Askim	08.03.1992

Tresteg / Triple Jump menn 45-49 år / Men 45-49 years - 10.80

13.46	(1)	Jan Albrigtsen, Larvik T&IF	(50)	Stange	05.03.1995
13.24	(2)	Stein Tore Klungland, Asker SK	(58)	Sindelfingen, GER	12.03.2004
12.90	(3)	Oddvar Viulsrød, Tønsberg FIK	(64)	Gent, BEL	16.03.2011
12.21	(1)	Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Stange	21.03.1999
12.10	(1)	Hans Foosnes, Steinkjer FIK	(47)	Stange	06.02.1994
11.58	(1)	Erling Ytrehus, Lillesand IL	(64)	Kristiansand	24.01.2010
11.42	(1)	Kåre Strande, Fagernes IL	(61)	Reykjavik, ISL	29.02.2008
11.28	(2)	Aage Leraand, Strindheim IL	(54)	Stange	25.03.2001
11.22	(3)	Kjell Normann Karstensen, FIK BFG Fana	(56)	Stange	25.03.2001
11.10	(2)	Stig Wemundstad, Strindheim IL	(57)	Stange	02.04.2006
		(10)			
11.06	(3)	Lars Folland, Ås IL	(54)	Stange	21.03.1999
10.98	(1)	Ivar Bredholt, Askim IF	(45)	Stange	28.02.1993
10.90	(2)	Jan Olav Nystrøm, Malvik IL	(44)	Stange	28.02.1993

Sannsynligvis lav grop / Probably low pit:

11.90	(1)	Ivar Bredholt, Askim IF	(45)	Askim	08.03.1992
11.47	(1)	Aage Leraand, Strindheim IL	(54)	Drammen	07.04.2002
11.44	(1)	Ivar Bredholt, Askim IF	(45)	Oslo/Ek	24.02.1991

Tresteg / Triple Jump menn 50-54 år / Men 50-54 years - 10.20

12.57	(1)	Oddvar Viulsrød, Tønsberg FIK	(64)	Haugesund	07.03.2014
12.42	(1)	Stein Tore Klungland, Asker SK	(58)	Stange	03.02.2008
12.03	(1)MS	Frode Holt, IF Sturla	(64)	Rud	21.02.2016
11.73	(9)45	Kåre Strande, Fagernes IL	(61)	Gent, BEL	16.03.2011
11.53	(1)	Helge Melsæther, IL Molde-Olymp	(41)	Stange	28.02.1993
11.49	(1)	Elling Loftskjær, Strengereid IL	(45)	Stange	02.03.1997
11.35	(3)	Erling Ytrehus, Kristiansands IF	(64)	Haugesund	07.03.2014
11.23	(1)	Arne Tefre, Førde IL	(55)	Stange	02.04.2006
11.20	(2)	Stig Wemundstad, Strindheim IL	(57)	Stange	03.02.2008
11.13	(1)	Ivar Bredholt, Askim IF	(45)	Stange	05.03.1995
		(10)			
11.09	(2)	Jan Olav Nystrøm, Malvik IL	(44)	Stange	05.03.1995
11.09	(1)	Hans Foosnæs, Steinkjer FIK	(47)	Stange	01.03.1998
10.91	(1)	Trond Olav Skevik, Steinkjer FIK	(68)	Hvam	10.03.2019
10.85	(2)	Frank Jensen, Alta IF	(45)	Stange	03.03.1996
10.84	(1)	Roald Gjetmundsen, Lørenskog FIL	(42)	Stange	06.02.1994
10.81	(2)	John Rolseth, Øverbygda IL	(39)	Stange	28.02.1993
10.23	(1)	Johan Andreas Løland, GTI	(59)	Haugesund	03.03.2013

Sannsynligvis lav grop / Probably low pit:

12.45	(1)x	Stein Tore Klungland, Asker SK	(58)	Lillestrøm	09.04.2008
12.45	(1)	Stein Tore Klungland, Asker SK	(58)	Drammen	08.03.2009
11.27	(1)	Kato Bjørnbak, Korgen IL	(40)	Mo i Rana	17.02.1990
11.00	(1)	John Rolseth, Øverbygda IL	(39)	Oslo/Ek	24.02.1991
10.74	(1)	Ingvald Ytrehus, Svelgen T&IF	(38)	Oslo/Ek	22.01.1989
10.73	(3)	Aage Leraand, Strindheim IL	(54)	Drammen	21.03.2004
10.60	(2)	Jan Sommerseth, Moss IL	(35)	Oslo/Ek	22.01.1989
10.53	(1)	Arild Mæhlum, Hamar IL	(41)	Askim	08.03.1992
10.32	(4)	Geir Aakvik, IL Norodd	(52)	Drammen	21.03.2004
10.22	(1)	Sverre T. Blakstad, Mjøsdalen IL	(46)	Leirvik	13.01.1996
10.20	(2)	Ingvald Ytrehus, Svelgen T&IF	(38)	Mo i Rana	17.02.1990

Tresteg / Triple Jump menn 55-59 år / Men 55-59 years - 9.60

12.26	(2)	Stein Tore Klungland, Ullensaker/Kisa IL	(58)	Budapest, HUN	27.03.2014
12.03	(1)	Oddvar Viulsrød, Tønsberg FIK	(64)	Braga, POR	24.02.2022
11.81	(1)MS	Frode Holt, IF Sturla	(64)	Rud	10.02.2019
11.61	(1)	Arne Tefre, Førde IL	(55)	Haukås	18.03.2012
11.46	(1)	Brynjulf Skinlo, Gloppen FIL	(35)	Stange	06.02.1994
11.22	(3)	Johan Andreas Løland, GTI	(59)	Haugesund	07.03.2014
11.05	(2)	Kåre Strande, Fagernes IL	(61)	Hvam	13.03.2016
11.00	(1)	Helge Melsæther, IL Molde-Olymp	(41)	Stange	03.03.1996
10.81	(1)	Elling Loftskjær, Strengereid IL	(45)	Stange	26.03.2000
10.59	(2)	Ivar Bredholt, Askim IF	(45)	Stange	26.03.2000
		(10)			
10.50	(1)	John Rolseth, Øverbygda IL	(39)	Stange	05.03.1995
10.50	(2)	Stig Wemundstad, Strindheim IL	(57)	Haukås	18.03.2012
10.48	(2)	Harald Klakegg, Førde IL	(37)	Stange	03.03.1996
10.31	(1)	Jan Olav Nystrøm, Malvik IL	(44)	Stange	21.03.1999
10.21	(3)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Stange	03.03.1996
10.21	(4)	Arild Mæhlum, Veldre IL	(41)	Stange	03.03.1996
10.20	(2)	Jan Erik Berntzen, Asker SK	(63)	Hvam	10.03.2019
10.11	(1)	Hans Foosnæs, Steinkjer FIK	(47)	Stange	27.02.2005
10.10	(1)	Roald Gjetmundsen, Lørenskog FIL	(42)	Stange	01.03.1998
9.88	(2)	Hans Johan Aarnseth, Vaaler IF	(34)	Stange	28.02.1993
		(20)			
9.67	(3)	Geir Dahl, Veldre IL	(44)	Stange	21.03.1999

Alternativt resultat / Alternative result:

11.76	(1)	Oddvar Viulsrød, Tønsberg FIK	(64)	Tønsberg	13.12.2018

Sannsynligvis lav grop / Probably low pit:

10.71	(2)	Audun Aasen, Rana FIK	(33)	Oslo/Ek	24.02.1991
10.66	(1)	Audun Aasen, Mo IL	(33)	Oslo/Ek	22.01.1989
10.60	(2)	Audun Aasen, Rana FIK	(33)	Askim	08.03.1992
10.52	(2)	John Broholt, Oslo IL	(34)	Oslo/Ek	22.01.1989
10.49	(1)	Jens Lænn, Sparbu IL	(32)	Mo i Rana	17.02.1990
10.10	(2)	Geir Dahl, Veldre IL	(44)	Drammen	23.03.2003
10.01	(2)	Audun Aasen, Rana FIK	(33)	Mo i Rana	17.02.1990
10.00	(3)	Ole Ormseth. Rana FIK	(35)	Mo i Rana	17.02.1990
9.98	(3)	Hivzija Kazinic, IL Norodd	(48)	Drammen	21.03.2004
9.96	(2)	Arne Warem, Gjesdal IL	(46)	Drammen	07.04.2002
9.83	(3)	Arne Warem, Gjesdal IL	(46)	Drammen	23.03.2003
9.68	(3)	Gunnar Østby, Sem IF	(37)	Askim	08.03.1992

Tresteg / Triple Jump menn 60-64 år / Men 60-64 years - 9.00

11.66	(1)	Arne Tefre, Førde IL	(55)	Ancona, ITA	30.03.2016
11.05	(1)	Stein Tore Klungland, Ullensaker/Kisa IL	(58)	Hvam	10.03.2019
10.93	(1)	Brynjulf Skinlo, Gloppen FIL	(35)	Stange	05.03.1995
10.79	(4)	Kåre Strande, Fagernes IL	(61)	Torun, POL	28.03.2023
10.38	(1)	Audun Aasen, Rana FIK	(33)	Stange	28.02.1993
10.20	(3)	Hans Johan Aarnseth, Vaaler IF	(34)	Stange	05.03.1995
10.02	(1)	Stig Wemundstad, Strindheim IL	(57)	Hvam	05.03.2017
9.85	(1)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Stange	01.03.1998
9.72	(3)	Johan Andreas Løland, GTI	(59)	Hvam	10.03.2019
9.64	(1)	Per Kristian Lundby, Gloppen FIL	(48)	Lee Valley, GBR	08.03.2009
		(10)			
9.38	(1)	Arne Warem, Gjesdal IL	(46)	Stange	03.02.2008
9.35	(4)	Kjell Olav Storflor, IL Dalebrand	(55)	Hvam	10.03.2019
9.32	(1)	Geir Dahl, Veldre Friidrett	(44)	Malmö, SWE	03.03.2006
9.32	(2)	Oddbjørn Bergheim, IL Samhald	(50)	Haugesund	07.03.2014
9.31	(2)	Svein S. Aga, IL Solnut	(32)	Stange	28.02.1993
9.31	(4)	Kjell Meum, Oslo IL	(31)	Stange	05.03.1995
9.26	(5)	Roald Skjelbakken, Espa IL	(35)	Stange	05.03.1995
9.23	(3)	Olav Hermann Engen, SK Vidar	(34)	Stange	03.03.1996
9.11	(2)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Stange	26.03.2000
9.09	(5)	Jørn Aass, Larvik T&IF	(59)	Hvam	10.03.2019
		(20)			
9.08	(3)	Harald Søbstad, IL Molde-Olymp	(32)	Stange	28.02.1993
9.07	(2)	Arne Reigstad, FIL AKS-77	(50)	Haukås	18.03.2012

Sannsynligvis lav grop / Probably low pit:

11.64	(1)	Jakob Rypdal, Tresfjord IL	(26)	Oslo/Ek	22.01.1989
10.20	(1)	John Rolseth, Øverbygda IL	(39)	Drammen	07.04.2002
10.00	(2)	Roald Gjetmundsen, Lørenskog FIL	(42)	Drammen	07.04.2002
9.72	(3)	Arild Mæhlum, Veldre IL	(41)	Drammen	07.04.2002
9.71	(1)	Omar Ragnvald Hansen, IK Tjalve	(44)	Oslo/Ek	24.02.2007
9.68	(1)	Arne Warem, Gjesdal IL	(46)	Drammen	08.03.2009
9.64	(2)	Arne Warem, Gjesdal IL	(46)	Oslo/Ek	24.02.2007
9.54	(1)	Svein S. Aga, IL Solnut	(32)	Askim	08.03.1992
9.45	(3)	Geir Dahl, Veldre IL	(44)	Drammen	21.03.2004
9.40	(1)	Svein Høilo, Oslo IL	(27)	Mo i Rana	17.02.1990
9.40	(1)	Arild Mæhlum, Veldre IL	(41)	Drammen	23.03.2003
9.37	(2)	Gabriel Tønnessen, Lyngdal IL	(25)	Oslo/Ek	22.01.1989
9.35	(2)	Harald Søbstad, IL Molde-Olymp	(32)	Askim	08.03.1992
9.13	(3)	Odd Erstad, Fossum IF	(25)	Oslo/Ek	22.01.1989
9.00	(2)	Jan Norvald Borgen, Os TF	(46)	Drammen	08.03.2009

Tresteg / Triple Jump menn 65-69 år / Men 65-69 years - 8.40

10.95	(1)	Arne Tefre, Førde IL	(55)	Haukås	01.03.2020
10.85	(1)	Stein Tore Klungland, Ullensaker/Kisa IL	(58)	Reykjavik, ISL	24.02.2023
10.51	(1)	Jakob Rypdal, Tresfjord IL	(26)	Stange	28.02.1993
9.85	(1)	Audun Aasen, Rana FIK	(33)	Stange	21.03.1999
9.40	(1)	Arne Warem, Gjesdal IL	(46)	Haukås	18.03.2012
9.39	(1)	Per Kristian Lundby, Gloppen FIL	(48)	Lee Valley, GBR	10.03.2013
9.26	(2)	Svein Høilo, Oslo IL	(27)	Stange	28.02.1993
9.23	(1)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Stange	27.02.2005
9.23	(1)	Stig Wemundstad, Stadsbygd IL	(57)	Grimstad	27.03.2022
9.20	(2)	Søren Nedrebø, Bjerkreim IL	(32)	Stange	26.03.2000
		(10)			
9.20	(1)	Harald Klakegg, Førde IL	(37)	Stange	02.04.2006
9.12	(2)	John Arve Johansen, Ullensaker/Kisa IL	(36)	Stange	27.02.2005
9.09	(3)	Gunnar Olav Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Stange	27.02.2005
9.08	(3)	Olav Hermann Engen, SK Vidar	(34)	Stange	26.03.2000
9.05	(1)	Hans Foosnæs, Steinkjer FIK	(47)	Steinkjer	24.09.2013
9.04	(1)	Harald Søbstad, IL Molde-Olyrnp	(32)	Stange	02.03.1997
9.02	(1)	Kjell Meum, Oslo IL	(31)	Stange	03.03.1996
9.01	(1)	Omar Ragnvald Hansen, IK Tjalve	(44)	Kristiansand	24.01.2010
8.94	(1)	Oddbjørn Bergheim, IL Samhald	(50)	Hvam	13.03.2016
8.77	(3)	Svein S. Aga, IL Solnut	(32)	Stange	02.03.1997
		(20)			
8.76	(3)	Roald Skåre, Skjåk IL	(28)	Stange	03.03.1996
8.73	(3)	Jan Kristian Olsen, IL Fri	(47)	Haugesund	07.03.2014
8.66	(9)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Sindelfingen, GER	12.03.2004
8.63	(2)	Arne Reigstad, FIL AKS-77	(50)	Hvam	13.03.2016

Sannsynligvis lav grop / Probably low pit:

10.95	(1)	Jakob Rypdal, Tresfjord IL	(26)	Oslo/Ek	24.02.1991
10.12	(1)	Gudmund Skrivervik, Stryn T&IL	(21)	Oslo/Ek	22.01.1989
9.77	(1)	Harald Klakegg, Førde IL	(37)	Drammen	23.03.2003
9.74	(2)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Drammen	23.03.2003
9.70	(2)	Svein Høilo, Oslo IL	(27)	Askim	08.03.1992
9.53	(3)	Gunnar Olav Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Drammen	23.03.2003
9.53	(1)	Omar Ragnvald Hansen, IK Tjalve	(44)	Drammen	08.03.2009
9.50	(1)	Gabriel Tønnessen, Lyngdal IL	(25)	Mo i Rana	17.02.1990

9.28	(1)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Drammen	07.04.2002
9.19	(2)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Drammen	21.03.2004
9.14	(2)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Drammen	07.04.2002
9.14	(4)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Drammen	23.03.2003
9.09	(2)	Gabriel Tønnessen, Lyngdal IL	(25)	Oslo/Ek	24.02.1991
8.85	(2)	Håvard Lund, Aurskog-Høland FIL	(24)	Oslo/Ek	22.01.1989
8.76	(4)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Drammen	21.03.2004
8.74	(3)	Håkon Tinholt, Oslo IL	(24)	Oslo/Ek	22.01.1989
8.69	(5)	Gunnar Olav Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Drammen	21.03.2004
8.58	(3)	Odd Erstad, Asker og Bærum FIK	(25)	Oslo/Ek	24.02.1991
8.55	(3)	Kristian Hegg, Tønsberg FIK	(25)	Askim	08.03.1992
8.53	(4)	Per Gundersrud, Oslo IL	(23)	Oslo/Ek	22.01.1989
8.46	(4)	Ragnar Lindtun, Oslo Politis IL	(24)	Oslo/Ek	24.02.1991
8.42	(2)	Håvard Lund, Aurskog-Høland FIL	(24)	Mo i Rana	17.02.1990

Tresteg / Triple Jump menn 70-74 år / Men 70-74 years - 7.50

9.85	(1)	Jakob Rypdal, Tresfjord IL	(26)	Stange	21.03.1999
9.01	(1)	Gabriel Tønnessen, Lyngdal IL	(25)	Stange	05.03.1995
8.73	(1)	Audun Aasen, Rana FIK	(33)	Stange	27.02.2005
8.69	(2)	Ragnar Lindtun, Oslo Politis IL	(24)	Stange	03.03.1996
8.67	(1)	John Arve Johansen, Ullensaker/Kisa IL	(36)	Stange	03.02.2008
8.65	(2)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Stange	03.02.2008
8.65	(1)	Oddbjørn Bergheim, IL Samhald	(50)	Haukås	01.03.2020
8.64	(3)	Gunnar Olav Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Stange	03.02.2008
8.63	(2)	Svein Høilo, Oslo IL	(27)	Stange	02.03.1997
8.57	(8)	Jan Kristian Olsen, IL Fri	(47)	Torun, POL	30.03.2019
		(10)			
8.44	(3)	Kjell Egge, IL Flint	(25)	Stange	05.03.1995
8.44	(2)	Roald Skåre, Skjåk IL	(28)	Stange	01.03.1998
8.38	(2)	Arne Warem, Gjesdal IL	(46)	Haukås	01.03.2020
8.25	(1)	Omar Ragnvald Hansen, IK Tjalve	(44)	Haugesund	07.03.2014
8.14	(2)	Hans Foosnæs, Steinkjer FIK	(47)	Hvam	10.03.2019
8.08	(2)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Stange	27.02.2005
8.02	(4)	Erik Holø, Vågå FIK	(28)	Tampere, FIN	03.03.2002
7.95	(4)	Kristian Hegg, Tønsberg FIK	(25)	Stange	01.03.1998
7.89	(3)	Svein Edmund Kristiansen, Sørild FIK	(46)	Hvam	10.03.2019
7.70	(2)	Ottar Sletten, Bossmo & Ytteren IL	(20)	Stange	06.02.1994
		(20)			
7.53	(1)	Per Gundersrud, Oslo IL	(23)	Stange	28.02.1993
7.52	(1)	Kjell Meum, Oslo IL	(31)	Stange	25.03.2001

Alternativt resultat / Alternative result:

8.73	( )	Per Kristian Lundby, Gloppen FIL	(48)	Sheffield, GBR	19.11.2017

Sannsynligvis lav grop / Probably low pit:

9.45	(1)	Gudmund Skrivervik, Hornindal IL	(21)	Askim	08.03.1992
9.07	(1)	Audun Aasen, Rana FIK	(33)	Drammen	23.03.2003
9.06	(1)	Gunnar Olav Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Drammen	08.03.2009
8.98	(1)	John Arve Johansen, Ullensaker/Kisa IL	(36)	Oslo/Ek	25.02.2007
8.97	(2)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Oslo/Ek	25.02.2007
8.88	(2)	Audun Aasen, Rana FIK	(33)	Drammen	21.03.2004
8.85	(2)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Drammen	08.03.2009
8.69	(1)	Søren Nedrebø, Bjerkreim IL	(32)	Drammen	07.04.2002
8.67	(2)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Drammen	07.04.2002
8.56	(1)	Einar Flydahl, Isfjorden IL	(16)	Oslo/Ek	22.01.1989
8.53	(2)	Willy Finnanger, Overhalla IL	(18)	Oslo/Ek	22.01.1989
8.44	(2)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Drammen	23.03.2003
8.42	(1)	Ottar Sletten, Bossmo & Ytteren IL	(20)	Mo i Rana	17.02.1990
8.42	(4)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Drammen	21.03.2004
8.11	(2)	Willy Finnanger, Overhalla IL	(18)	Mo i Rana	17.02.1990
8.02	(3)	Kjell Meum, Oslo IL	(31)	Drammen	07.04.2002
7.91	(3)	Brynjar Røgeberg, Sandefjord TIF	(34)	Oslo/Ek	25.02.2007
7.70	(3)	Frantz Leonard-Nilsen, Oslo IL	(16)	Oslo/Ek	22.01.1989
7.52	(1)	Willy Finnanger, Namsen LK	(18)	Oslo/Ek	24.02.1991

Tresteg / Triple Jump menn 75-79 år / Men 75-79 years - 6.50

8.98	(1)	Jakob Rypdal, Tresfjord IL	(26)	Stange	25.03.2001
8.82	(1)	Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Stange	02.03.1997
8.53	(1)	Trond Einar Furuly, IL Stålkameratene	(44)	Haukås	01.03.2020
8.44	(1)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Jyväskylä, FIN	07.04.2012
8.15	(1)	Harald Klakegg, Førde IL	(37)	Haukås	18.03.2012
8.11	(1)	Gabriel Tønnessen, Lyngdal IL	(25)	Stange	26.03.2000
8.05	(1)	Ragnar Lindtun, Oslo Politis IL	(24)	Stange	21.03.1999
8.03	(1)	Gunnar Olav Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Haukås	08.03.2015
8.01	(1)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Reykjavik, ISL	29.02.2008
8.00	(1)	Arne Warem, Gjesdal IL	(46)	Grimstad	27.03.2022
		(10)			

7.70	(1)	Peder Stensletten, Stord T&IL	(23)	Stange	01.03.1998
7.52	(2)	Svein Edmund Kristiansen, Sørild FIK	(46)	Hvam	24.10.2021
7.40	(1)	Kjell Meum, Oslo IL	(31)	Stange	02.04.2006
7.24	(1)	Willy Finnanger, Namsen FIF	(18)	Stange	06.02.1994
7.18	(1)	Einar Flydahl, Isfjorden IL	(16)	Stange	28.02.1993
7.18	(3)	Jan Kristian Olsen, IL Fri	(47)	Grimstad	27.03.2022
7.17	(2)	Omar Ragnvald Hansen, IK Tjalve	(44)	Hvam	10.03.2019
7.13	(3)	Knut Moe, Sparbu IL	(23)	Stange	21.03.1999
6.88	(4)	Håvard Lund, Ullensaker/Kisa IL	(24)	Stange	21.03.1999
6.85	(3)	Kristian Hegg, Tønsberg FIK	(25)	Göteborg, SWE	12.03.2000
		(20)			
6.80	(2)	Arthur Lillefosse, IL Gular	(45)	Haukås	01.03.2020
6.78	(3)	Kjell Sagmyr, Idun IL	(42)	Haukås	01.03.2020
6.71	(4)	Osvald Kalland, Hjellvik IL	(24)	Stange	25.03.2001

Sannsynligvis lav grop / Probably low pit:

7.91	(1)	Helge Isaksen, Oslo IL	(15)	Oslo/Ek	24.02.1991
7.78	(2)	Einar Flydahl, Isfjorden IL	(16)	Oslo/Ek	24.02.1991
7.77	(1)	Peder Stensletten, Stord T&IL	(23)	Leirvik	30.01.1998
7.72	(1)	Peder Stensletten, Stord T&IL	(23)	Leirvik	27.01.2001
7.69	(1)	Einar Flydahl, Isfjorden IL	(16)	Askim	08.03.1992
7.46	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Drammen	08.03.2009

Tresteg / Triple Jump menn 80-84 år / Men 80-84 years - 5.50

7.81	(1)	Jakob Rypdal, Tresfjord IL	(26)	Stange	02.04.2006
7.63	(1)	John Arve Johansen, Ullensaker/Kisa IL	(36)	Hvam	25.04.2017
7.28	(6)75	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Ancona, ITA	02.04.2016
7.22	(1)	Einar Modolf Viken, IL Hållingen	(34)	Haugesund	07.03.2014
7.20	(1)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Haukås	18.03.2012
7.20	(1)	Gunnar Olav Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Tønsberg	27.12.2019
7.01	(1)	Einar Flydahl, IL Molde-Olymp	(16)	Stange	03.03.1996
6.67	(1)	Willy Finnanger, Spillum IL	(18)	Stange	01.03.1998
6.60	(2)	Arvid Fjærli, IL Norodd	(32)	Haukås	18.03.2012
6.57	(2)	Peder Stensletten, Stord IL	(23)	Stange	02.04.2006
		(10)			
6.39	(1)	Harald Klakegg, Førde IL	(37)	Haukås	01.03.2020
6.22	(2)	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Grimstad	11.03.2018
5.94	(1)	Kjell Meum, Oslo IL	(31)	Stange	30.01.2011
5.81	(1)	Erling Andersen, IL Korlevoll	(15)	Stange	05.03.1995

Sannsynligvis lav grop / Probably low pit:

6.36	(1)	Osvald Kalland, Hjellvik IL	(24)	Drammen	21.03.2004

Tresteg / Triple Jump menn 85-89 år / Men 85-89 years

6.69	(1)	John Arve Johansen, Ullensaker/Kisa IL	(36)	Hvam	24.10.2021
6.59	(1)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Grimstad	27.03.2022
6.11	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Tønsberg	05.12.2019
6.06	(1)	Arvid Fjærli, IL Norodd	(32)	Grimstad	11.03.2018
5.95	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Hvam	10.03.2019
5.81	(2)	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Hvam	24.10.2021
5.47	(1)	Peder Stensletten, Stord IL	(23)	Reykjavik, ISL	29.02.2008
4.40	(2)	Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Eskilstuna, SWE	12.03.2005
3.91	(3)	Henry Opland, IL Norodd	(36)	Grimstad	27.03.2022

Tresteg / Triple Jump menn 90.94 år / Men 90-94 years

4.86	(1)	Arvid Fjærli, IL Norodd	(32)	Stange	29.01.2023