

Norges Fri-idrettsforbund / Norwegian Athletics Federation**Alle tiders beste innendørs / All Time Best Indoor****Kvinner - Tresteg / Women - Triple Jump**

pr. 30.06.2026 (oppdatert / updated 01.08.2026)

Tresteg / Triple Jump kvinner 35-39 år / Women 35-39 years - 8.30

11.22	(1)	Nina (Johannessen) Naalsund, Kristiansands IF	(75)	Kristiansand	23.01.2010
9.19	(1)	Marianne Pedersen, Laksevåg T&IL	(67)	Stange	27.02.2005
9.13	(1)	Kate Moane Alnes, IK Tjalve	(61)	Stange	03.03.1996

Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:

11.67	(1)	Katarzyna Malgorzata Kwit, IL Norodd (POL)	(84)	Hvam	24.10.2021
-------	-----	--	------	------	------------

Tresteg / Triple Jump kvinner 40-44 år / Women 40-44 years - 8.00

10.47	(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Stange	03.03.1996
9.45	(1)	Britt Eva Fauskanger Brurås, FIL Frisk	(65)	Stange	02.04.2006
9.38	(2)	Inger Lise Sundheim, Ullensaker/Kisa IL	(55)	Stange	02.03.1997
9.06	(1)	Marit Huflåtten, IL Flint	(53)	Stange	05.03.1995
8.94	(1)	Kate Moane Alnes, IK Tjalve	(61)	Stange	25.03.2001
8.90	(2)	Bjørge (Hillersøy) Reknes, Florø T&IF	(52)	Stange	05.03.1995
8.59	(3)	Herdis Elin Lexau (Hanebrekke), Florø T&IF	(54)	Stange	05.03.1995

Sannsynligvis lav grop / Probably low pit:

9.98	(1)	Britt Eva Fauskanger Brurås, IL Norna-Salhus	(65)	Drammen	08.03.2009
9.51	(1)	Britt Eva Fauskanger Brurås, IL Norna-Salhus	(65)	Oslo/Ek	25.02.2007
9.42	(1)	Kate Moane Alnes, IK Tjalve	(61)	Drammen	23.03.2003
8.43	(1)	Rigmor Aasen Førde, IL Solnut	(52)	Askim	08.03.1992

Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:

11.54	(1)	Katarzyna Malgorzata Kwit, IL Norodd (POL)	(84)	Hvam	14.02.2025
-------	-----	--	------	------	------------

Tresteg / Triple Jump kvinner 45-49 år / Women 45-49 years - 7.50

10.21	(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Stange	24.03.2001
9.47	(1)	Inger Lise Sundheim, Ullensaker/Kisa IL	(55)	Stange	26.03.2000
9.47	(1)	Britt Eva Fauskanger Brurås, IL Norna-Salhus	(65)	Jyväskylä, FIN	19.03.2010
9.39	(1)	Jorunn Sundal, Florø T&IF	(47)	Stange	28.02.1993
9.27	(2)	Marit Huflåtten, IL Flint	(53)	Stange	26.03.2000
8.90	(2)	Bjørge (Hillersøy) Reknes, Florø T&IF	(52)	Göteborg, SWE	11.03.2000
8.70	(3)	Kate Moane Alnes, Stovnerkameratene	(61)	Malmö, SWE	03.03.2006
8.66	(3)	Herdis Elin Lexau (Hanebrekke), Florø T&IF	(54)	Göteborg, SWE	11.03.2000
8.44	(1)	Ellen Merethe Dunseth, Kvinesdal IL	(51)	Stange	02.03.1997
8.06	(1)	Anne-Gunn Warhuus Eriksen, Fana IL	(68)	Haukås	10.01.2014
(10)					
7.86	(1)	Jeanette Svanberg Eliassen, Larvik T&IF	(68)	Huddinge, SWE	10.03.2017
7.83	(1)	Kari Nordaas Kulkarni, Sandnes IL	(71)	Hvam	10.03.2019

Sannsynligvis lav grop / Probably low pit:

10.26	(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Drammen	07.04.2002
8.67	(2)	Ragnhild Skei Andersen, Moss IL	(44)	Askim	08.03.1992
8.10	(3)	Inger Nilsen, Sem IF	(44)	Askim	08.03.1992

Tresteg / Triple Jump kvinner 50-54 år / Women 50-54 years - 7.00

9.83	(2)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Ancona, ITA	25.03.2009
9.27	(1)	Marit Huflåtten, IL Flint	(53)	Eskilstuna, SWE	13.03.2005
9.26	(1)KS	Britt Eva Fauskanger Brurås, IL Norna-Salhus	(65)	Haukås	01.02.2015
8.27	(1)	Elise Marie Wåle, Larvik T&IF	(42)	Stange	03.03.1996
8.22	(1)	Kate Moane Alnes, Stovnerkameratene	(61)	Stange	29.01.2011
8.17	(1)	Inger Nilsen, Sem IF	(44)	Stange	05.03.1995
7.87	(1)	Jeanette Svanberg Eliassen, Larvik T&IF	(68)	Grimstad	11.03.2018
7.79	(1)KS	Kari Nordaas Kulkarni, Sandnes IL	(71)	Sandnes	30.10.2023
7.73	(3)	Ellen Merethe Dunseth, Kvinesdal IL	(51)	Eskilstuna, SWE	13.03.2005
7.06	(2)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdaalen IL	(42)	Stange	03.03.1996
(10)					

Sannsynligvis lav grop / Probably low pit:

9.35	(1)	Marit Huflåtten, IL Flint	(53)	Drammen	23.03.2003
------	-----	---------------------------	------	---------	------------

Tresteg / Triple Jump kvinner 55-59 år / Women 55-59 years - 6.50

9.56	(3)50	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Gent, BEL	17.03.2011
8.89	(1)	Heidi Barth (Andersen), Larvik T&IF	(61)	Hvam	10.03.2019
8.63	(1)	Marit Huflåtten, IL Flint	(53)	Stange	03.02.2008
8.14	(1)	Elise Marie Wåle, Larvik T&IF	(42)	Stange	02.03.1997
7.54	(1)	Ellen Merethe Dunseth, Kvinesdal IL	(51)	Stange	02.04.2006
7.45	(2)	Kate Moane Alnes, GTI	(61)	Hvam	05.03.2017
7.07	(2)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Göteborg, SWE	11.03.2000

Sannsynligvis lav grop / Probably low pit:

8.24	(1)	Unni Sæther, Oslo IL	(32)	Oslo/Ek	22.01.1989
8.19	(1)	Grethe Bolstad, Vossaalliansen	(35)	Oslo/Ek	24.02.1991
8.12	(2)	Gerd Mjelde, Bærum SK	(33)	Oslo/Ek	24.02.1991
7.96	(2)	Gerd Mjelde, Bærum SK	(33)	Oslo/Ek	22.01.1989
7.89	(1)	Gerd Mjelde, Bærum SK	(33)	Askim	08.03.1992

Tresteg / Triple Jump kvinner 60-64 år / Women 60-64 years - 6.00

8.60	(1)	Heidi Barth (Andersen), Larvik T&IF	(61)	Hvam	24.10.2021
8.08	(1)	Astri Førde, Gloppen FIL	(33)	Stange	02.03.1997
7.83	(1)	Gerd Mjelde, Bærum SK	(33)	Stange	28.02.1993
7.42	(1)	Kate Moane Alnes, GTI	(61)	Grimstad	27.03.2022
7.33	(1)	Britt Eva Fauskanger Brurås, IL Fri	(65)	Haukås	27.01.2025
6.66	(1)	Eldbjørg Sanden Søvik, IL Norna-Salhus	(56)	Grimstad	11.03.2018
6.44	(5)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Sindelfingen, GER	12.03.2004

Sannsynligvis lav grop / Probably low pit:

8.23	(1)	Kirsten Hveem, IL i BUL	(25)	Oslo/Ek	22.01.1989
7.84	(1)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Drammen	07.04.2002
7.74	(1)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Drammen	23.03.2003
7.72	(2)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Drammen	23.03.2003
7.04	(1)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Drammen	21.03.2004
6.01	(1)	Bodil (Byhre) Hestmann, Oslo IL	(28)	Oslo/Ek	24.02.1991

Tresteg / Triple Jump kvinner 65-69 år / Women 65-69 years - 5.20

8.27	(1)	Marit Huflåtten, Tønsberg FIK	(53)	Haukås	01.03.2020
8.17	(1)	Heidi Barth (Andersen), Larvik T&IF	(61)	Hvam	01.02.2026
8.09	(1)	Astri Førde, Gloppen FIL	(33)	Stange	21.03.1999
7.04	(3)	Eldbjørg Sanden Søvik, IL Fri	(56)	Hvam	14.02.2025
6.81	(2)	Ruth Bakke Haug, IL Fri	(47)	Haugesund	07.03.2014

Sannsynligvis lav grop / Probably low pit:

6.71	(1)	Gerd Mjelde, Bærum SK	(33)	Drammen	07.04.2002
------	-----	-----------------------	------	---------	------------

Tresteg / Triple Jump kvinner 70-74 år / Women 70-74 years - 4.40

7.89	(1)	Marit Huflåtten, Tønsberg FIK	(53)	Torun, POL	19.03.2024
6.71	(2)	Eldbjørg Sanden Søvik, IL Fri	(56)	Torun, POL	29.03.2026

Sannsynligvis lav grop / Probably low pit:

5.67	(1)	Gerd Mjelde, Bærum SK	(33)	Drammen	21.03.2004
------	-----	-----------------------	------	---------	------------

Tresteg / Triple Jump kvinner 75-79 år / Women 75-79 years

5.67	(1)	Grethe Maren Myklestad, Gloppen FIL	(42)	Haukås	01.03.2020
5.59	(2)	Herborg Ninni Blakstad, IL Gular	(42)	Haukås	01.03.2020

Tresteg / Triple Jump kvinner 80-84 år / Women 80-84 years

5.24	(1)	Herborg Ninni Blakstad, IL Gular	(42)	Reykjavik, ISL	24.02.2023
------	-----	----------------------------------	------	----------------	------------