

MESTERSKAPSREKORDER MENN NM innendørs

Oppdatert: 05.03.2026

60 m	35	Hallgeir Martinsen	89	Florø T&IF	7,09	Nes Arena	14.feb	2025
60m	40	Jon-Magnus Eliassen Restad	81	Romerike Friidrett	7,37	Nes Arena	14.feb	2025
60 m	45	Jon-Magnus Eliassen Restad	81	Ullensaker/Kisa IL	7,36	Nes Arena	01.feb	2026
60 m	50	Per Sletholt	46	Bækkelagets SK	7,68	Stangehallen	03.mar	1996
60m	55	Kåre Strande	61	Fagernes IL	7,87	Nes Arena	13.mar	2016
60 m	60	Ivar Njøs	65	Romerike Friidrett	7,96	Nes Arena	14.feb	2025
60 m	65	Dag Eivind Kåshagen	60	Moelven IL	8,24	Nes Arena	01.feb	2026
60 m	70	Jostein Haraldseid	35	Bækkelagets SK	8,58	Stangehallen	27.feb	2005
60 m	75	Jostein Haraldseid	35	Bækkelagets SK	8,95	Gimlehallen	23.jan	2010
60m	80	Arne Ueland	34	Tønsberg FIK	9,52	DeepOcean Arena	07.mar	2014
60 m	85	Arne Ueland	34	Tønsberg FIK	10,31	Nes Arena	09.mar	2019
60 m	90	Jostein Haraldseid	35	Bækkelagets SK	11,57	Nes Arena	14.feb	2025
100 m	35	Torleiv Hølland	69	Sandnes IL	11,43	Drammenshallen	21.mar	2004
100 m	40	Kåre Strande	61	Fagernes IL	12,15	Drammenshallen	06.apr	2002
100 m	45	Finn Pedersen	58	Tvedestrand T&IL	12,23	Drammenshallen	22.mar	2003
100 m	50	Aage Leraand	54	Strindheim IL	12,6	Drammenshallen	21.mar	2004
100 m	55	Ercan Ozkan	53	GTI	12,6	Drammenshallen	07.mar	2009
100 m	60	Arne Warem	46	Gjesdal IL	13,1	Drammenshallen	07.mar	2009
100 m	65	Jostein Haraldseid	35	Bækkelagets SK	13,56	Drammenshallen	06.apr	2002
100 m	70	Jostein Haraldseid	35	Bækkelagets SK	13,8	Drammenshallen	07.mar	2009
100 m	75	Arne Ueland	34	Tønsberg FIK	14,4	Drammenshallen	07.mar	2009
100 m	80	Emil Rødsand	27	IL Norodd	18,7	Drammenshallen	07.mar	2009
200m	35	Hallgeir Martinsen	89	Florø TIF	22,87	Stangehallen	27.jan	2024
200m	40	Jøran Laukeland	77	Førde IL	24,12	Leikvanghallen	29.feb	2020
200 m	45	Freddy Hørven	53	Asker SK	24,04	Stangehallen	25.mar	2000
200 m	50	Asle Offerdal	66	BUL IL	25,10	Nes Arena	04.mar	2017
200 m	55	Freddy Hørven	53	Asker SK	25,89	Stangehallen	02.feb	2008
200 m	60	Ivar Njøs	65	Romerike Friidrett	25,98	Nes Arena	15.feb	2025
200m	65	Dag Eivind Kåshagen	60	Moelven IL	27,86	Nes Arena	31.jan	2026
200m	70	Feddy Hørven	53	Asker SK	28,28	Stangehallen	28.jan	2023
200 m	75	Arne Ueland	34	Tønsberg FIK	31,59	Stangehallen	30.jan	2011
200m	80	Arne Ueland	34	Tønsberg FIK	33,83	DeepOcean Arena	08.mar	2014
200 m	85	Per Vik Ongstad	34	Oslostudentenes IK	36,84	Nes Arena	09.mar	2019
200 m	90	Kjell Odd Steinseth	36	Jølster IL	43,04	Nes Arena	31.jan	2026
400 m	35	Frank Hermansen	56	Tromsdalen IL	55,15	Ekeberghallen	24.feb	1991
400 m	35	Jan Torgersen	51	IF Hellas	55,1	Ekeberghallen	22.jan	1989
400 m	40	Runar Framnes	48	Asker SK	54,9	Ekeberghallen	22.jan	1989
400m	45	Asle Offerdal	66	IL i BUL	55,08	Stangehallen	29.jan	2011
400m	50	Stig Wemundstad	57	Strindheim IL	58,77	Stangehallen	29.jan	2011
400 m	55	Arne Warem	46	Gjesdal IL	59,71	Drammenshallen	22.mar	2003
400 m	60	Jan Johansen	65	Hamar IL	62,24	Nes Arena	16.feb	2025
400 m	65	Johan Bergersen	46	Osterøy IL	65,75	Stangehallen	29.jan	2011
400 m	70	Arne Hamarsland	33	IL Gular	73,64	Drammenshallen	21.mar	2004
400 m	75	Arne Warem	46	Gjesdal IL	79,34	Nes Arena	16.feb	2025
400 m	80	Arvid Bjørsvik	43	IL Gular	118,75	Nes Arena	16.feb	2025

800 m	35	Rolf Rantala	54	Alta IF	2,00,55	Stangehallen	28.feb	1993
800 m	40	Arne Hugo Hansen	55	Tromsdalen IL	2,03,40	Stangehallen	05.mar	1995
800 m	45	Harald Nygård	51	FIL AKS-77	2,05,23	Stangehallen	26.mar	2000
800 m	50	Oddvar Tjelto	43	Klepp IL	2,10,94	Stangehallen	02.mar	1997
800 m	55	Rex Hinchliffe	62	Lillehammer IL	2,13,87	Nes Arena	05.mar	2017
800 m	60	Harald Nygård	51	FIL AKS-77	2,20,41	Leikvanghallen	18.mar	2012
800m	65	Sverre Aksland	49	Stegaberg IL	2,27,06	DeepOcean Arena	07.mar	2014
800m	70	John Arne Barnes	44	Osterøy IL	2,40,47	Leikvanghallen	08.mar	2015
800 m	75	Kjell Odd Steinseth	36	Jølster IL	2,48,88	DeepOcean Arena	03.mar	2013
800m	80	Kjell Odd Steinseth	36	Jølster IL	3,04,60	Nes Arena	13.mar	2016
800m	85	Hagbart Vebostad	41	Strindheim IL	3,43,74	Nes Arena	01.feb	2026
800m	90	Kjell Odd Steinseth	36	Jølster IL	4,00,28	Nes Arena	01.feb	2026
1500 m	35	Ingar Engelund	54	Brønnøysund IL	4,10,7	Mo i Rana	17.feb	1990
1500 m	40	Robert Hisdal	78	BFG Bergen	4,10,93	Grimstad	26.mar	2022
1500 m	45	Paul Dahl	44	Hadeland FIK	4,11,6	Ekeberghallen	22.jan	1989
1500 m	50	Harald Nygård	51	FIL AKS-77	4,26,13	Stangehallen	26.feb	2005
1500 m	55	Gunnar Gaulen	41	FIL AKS-77	4,38,45	Stangehallen	02.mar	1996
1500 m	60	Harald Nygård	51	FIL AKS-77	4,47,28	Leikvanghallen	17.mar	2012
1500m	65	Svein Egil Linnerud	61	Gjøvik FIK	5,01,57	Nes Arena	31.jan	2026
1500 m	70	Harald Nygård	51	FIL AKS-77	5,39,82	Nes Arena	23.okt	2021
1500 m	75	Harald Nygård	51	FIL AKS-77	6,00,75	Nes Arena	31.jan	2026
1500 m	80	Kjell Odd Steinseth	36	Jølster IL	6,30,46	Nes Arena	12.mar	2016
1500m	85	Ingolf Hådem	29	NTNU IL	7,55,49	DeepOcean Arena	09.mar	2014
1500m	90	Kjell Odd Steinseth	36	Jølster IL	8,26,58	Nes Arena	31.jan	2026
3000 m	35	Helge Dolsvåg	62	Kristiansands IF	8,42,08	Stangehallen	21.mar	1999
3000m	40	Eirik Gramstad	84	IL Tyrving	8,56,31	Nes Arena	15.feb	2025
3000 m	45	Harald Nygård	51	FIL AKS-77	9,04,65	Stangehallen	01.mar	1998
3000 m	50	Kristian Nedregård	74	Spjelkavik og Omegn FIK	9,23,45	Stangehallen	28.jan	2024
3000 m	55	Øyvind Trongmo	53	Korgen IL	9,51,8	Drammenshallen	08.mar	2009
3000 m	60	Harald Nygård	51	FIL AKS-77	10,21,8	Leikvanghallen	18.mar	2012
3000m	65	Svein Arne Sølvberg	48	Oppegård IL	10,58,43	DeepOcean Arena	08.mar	2014
3000 m	70	Bjørn Tvedt	38	Veldre Friidrett	11,51,01	Stangehallen	30.jan	2011
3000 m	75	Harald Nygård	51	FIL AKS-77	13,16,58	Nes Arena	01.feb	2026
3000 m	80	Axel Henrik Staib	45	Rygge IL	14,26,19	Nes Arena	01.feb	2026
3000m	85	Ingolf Hådem	29	NTNUI	16,33,66	DeepOcean Arena	08.mar	2014
60 m hekk	106,7	35 Per Nicolaisen	61	IK Tjalve	8,44	Stangehallen	01.mar	1997
60 m hekk	99,1	40 Per Nicolaisen	61	Horten FIK	8,73	Stangehallen	26.feb	2005
60 m hekk	99,1	45 Per Nicolaisen	61	Horten FIK	8,95	Ekeberghallen	24.feb	2007
60 m hekk	91,4	50 Frode Holt	64	Sturla IF	9,02	Nes Arena	12.mar	2016
60m hekk	91,4	55 Frode Holt	64	Sturla IF	9,29	Leikvanghallen	29.sep	2020
60m hekk	84	60 Frode Holt	64	IF Sturla	9,62	Nes Arena	16.feb	2025
60 m hekk	84	65 Knut Henrik Skramstad	37	Kongsberg IF	10,79	Drammenshallen	19.mar	2004
60 m hekk	76,2	70 Jostein Haraldseid	35	Bækkelaget SK	10,77	Ekeberghallen	24.feb	2007
60m hekk	76,2	75 Trond Einar Furuly	44	Stålkameratene IL	11,15	Leikvanghallen	29.jan	2020
60m hekk	68,6	80 Arne Ueland	34	Tønsberg FIK	12,27	DeepOcean Arena	09.mar	2014
60m hekk	68,6	85 Jostein Haraldseid	35	Bækkelaget SK	13,93	Nes Arena	23.okt	2021
1500 m kappgang	50	Rune Følstad	75	Lillomarka SK	9,38,79	Nes Arena	01.feb	2026
1500 m kappgang	55	Paal Nordland	68	Bratsberg IL	9,49,08	Nes Arena	01.feb	2026
1500 m kappgang	60	Ole Amund Gjersvik	63	Søfteland T&IL	9,21,10	Nes Arena	01.feb	2026
1500 m kappgang	65	Erling Andersen	60	Søfteland T&IL	9,14,26	Nes Arena	01.feb	2026
1500 m kappgang	75	Jan Rolstad	50	T&IF Viking	10,36,09	Nes Arena	01.feb	2026
1500 m kappgang	80	Torkjell Spigseth	44	Sarpsborg IL	10,29,23	Nes Arena	01.feb	2026

3000m kappgang	35	Sverre Jensen	66	Søfteland T&IL	13,04,6	Drammenshallen	06.apr	2002
3000m kappgang	40	Sverre Jensen	66	Søfteland T&IL	13,33,6	Stangehallen	01.apr	2006
3000m kappgang	45	Sverre Jensen	66	Søfteland T&IL	13,36,30	Leikvanghallen	18.mar	2012
3000m kappgang	50	Arild Fotland	59	Søfteland T&IL	14,37,33	DeepOcean Arena	02.mar	2013
3000m kappgang	55	Jan Rolstad	50	T&IF Viking	15,57,2	Ekeberghallen	24.feb	2007
3000m kappgang	60	Arild Fotland	59	Søfteland TIL	14,25,33	Leikvanghallen	29.feb	2020
3000m kappgang	65	Torkjell Spigseth	44	IL Stjernen	17,14,4	Drammenshallen	07.mar	2009
3000m kappgang	70	Torkjell Spigseth	44	Sarpsborg IL	18,01,79	DeepOcean Arena	07.mar	2014
3000m kappgang	75	Torkjell Spigseth	44	Sarpsborg IL	19,21,07	Leikvanghallen	29.feb	2020
3000m kappgang	80	Torkjell Spigseth	44	Sarpsborg IL	21,03,29	Nes Arena	31.jan	2026
3000m kappgang	85	Johannes Johannesson Vaag	37	Surnadal IL	25,15,07	Stangehallen	27.jan	2024

Høyde	35	Terje Skarderud	52	Kongsvinger IL	1,95	Ekeberghallen	22.jan	1989
Høyde	40	Jan Albrigtsen	50	Larvik T&IF	1,96	Stangehallen	28.feb	1993
Høyde	45	Jan Albrigtsen	50	Larvik T&IF	1,90	Stangehallen	05.mar	1995
Høyde	50	Per Erling Eide	51	Tjølling IF	1,78	Drammenshallen	07.apr	2002
Høyde	55	Per Erling Eide	51	IF Fram, Larvik	1,77	Stangehallen	02.apr	2006
Høyde	60	Per Erling Eide	51	IF Fram, Larvik	1,70	Stangehallen	30.jan	2011
Høyde	65	Ulf Stephen Tudem	51	Sandefjord T&IF	1,62	Nes Arena	05.mar	2017
Høyde	70	Ulf Stephen Tudem	51	Tønsberg FIK	1,54	Grimstad	27.mar	2022
Høyde	75	Ulf Stephen Tudem	51	Tønsberg FIK	1,41	Nes Arena	01.feb	2026
Høyde	80	Arne Ueland	34	Tønsberg FIK	1,21	Leikvanghallen	08.mar	2015
Høyde	80	Kjartan Sølvberg	36	Sandefjord TIF	1,21	Nes Arena	13.mar	2016
Høyde	85	Torgeir Brandvold	13	Oslo IL	1,14	Stangehallen	21.mar	1999
Høyde	90	Torgeir Brandvold	13	Oslo IL	1,00	Drammenshallen	20.mar	2004

Høyde u.t.	35	Finn Pedersen	58	Tvedestrand T&IL	1,63	Stangehallen	27.feb	1993
Høyde u.t.	40	Klaus Arthur Hansen	58	IL Flint	1,65	Stangehallen	20.mar	1999
Høyde u.t.	45	Klaus Arthur Hansen	58	IL Flint	1,70	Drammenshallen	22.mar	2003
Høyde u.t.	50	Tor A. Wiersdalen	46	IF Urædd	1,54	Stangehallen	20.mar	1999
Høyde u.t.	55	Elling Loftskjær	45	Strengereid IL	1,45	Drammenshallen	22.mar	2003
Høyde u.t.	60	Tor A. Wiersdalen	46	Urædd Friidrett	1,39	Stangehallen	01.apr	2006
Høyde u.t.	65	Per Stavem	26	Oslo IL	1,36	Politiskolen,Oslo	23.feb	1991
Høyde u.t.	70	Arne Søgård	36	Raumnes & Årnes IL	1,39	Stangehallen	01.apr	2006
Høyde u.t.	75	Torgeir Brandvold	13	Oslo IL	1,22	Politiskolen,Oslo	23.feb	1991
Høyde u.t.	80	Torgeir Brandvold	13	Oslo IL	1,16	Stangehallen	27.feb	1993
Høyde u.t.	85	Torgeir Brandvold	13	Oslo IL	1,03	Stangehallen	20.mar	1999
Høyde u.t.	90	Jostein Haraldseid	35	Bækkelagets SK	0,94	Nes Arena	16.feb	2025

Stav	35	Anker Thomsen	61	SK Vidar	4,20	Stangehallen	20.mar	1999
Stav	40	Per Gregersen	70	Stord IL	3,52	DeepOcean Arena	08.mar	2014
Stav	45	Ivar Bredholt	45	Askim IF	3,65	Askimhallen	08.mar	1992
Stav	50	Per Gregersen	70	Stord IL	3,35	Grimstad	26.mar	2022
Stav	55	Oddvar Hårde	69	Stord IL	3,41	Stangehallen	27.jan	2024
Stav	60	Knut Henrik Skramstad	37	Kongsberg IF	2,90	Stangehallen	28.feb	1998
Stav	65	Knut Henrik Skramstad	37	Kongsberg IF	2,80	Drammenshallen	21.mar	2004
Stav	70	Knut Henrik Skramstad	37	Kongsberg IF	2,60	Idrettshøyskolen	23.feb	2007
Stav	70	Ole Kristian Skaug	43	Moss IL	2,60	Nes Arena	12.mar	2016
Stav	75	Knut Henrik Skramstad	37	Tønsberg FIK	2,60	DeepOcean Arena	02.mar	2013
Stav	80	Knut Henrik Skramstad	37	Tønsberg FIK	2,40	Nes Arena	04.mar	2017
Stav	85	Knut Henrik Skramstad	37	Kongsberg IF	1,96	Grimstad	26.mar	2022

Lengde	35	Stein Tore Klungeland	58	IL i BUL	6,81	Stangehallen	02.mar	1996
Lengde	40	Stein Tore Klungeland	58	Asker SK	6,39	Stangehallen	28.feb	1998
Lengde	45	Jan Albrigtsen	50	Larvik T&IF	6,22	Stangehallen	04.mar	1995
<i>Lengde</i>	<i>45</i>	<i>Stein Tore Klungeland</i>	<i>58</i>	<i>Asker SK</i>	<i>6,43</i>	<i>Drammenshallen</i>	<i>22.mar</i>	<i>2003</i>
Lengde	50	Oddvar Viulsrød	64	Tønsberg FIK	5,84	DeepOcean Arena	09.mar	2014
<i>Lengde</i>	<i>50</i>	<i>Stein Tore Klungeland</i>	<i>58</i>	<i>Asker SK</i>	<i>6,05</i>	<i>Drammenshallen</i>	<i>07.mar</i>	<i>2009</i>
Lengde	55	Stein Tore Klungeland	58	Ullensaker/Kisa IL	5,76	DeepOcean Arena	03.mar	2013
Lengde	60	Oddvar Viulsrød	64	Tønsberg FIK	5,40	Nes Arena	31.jan	2026
Lengde	65	Stein Tore Klungeland	58	Ullensaker/Kisa IL	4,85	Stangehallen	27.jan	2024
<i>Lengde</i>	<i>65</i>	<i>Jakob Rypdal</i>	<i>26</i>	<i>Tresfjord IL</i>	<i>4,88</i>	<i>Ekeberghallen</i>	<i>24.feb</i>	<i>1991</i>
Lengde	70	Kristen Fløgstad	47	Søgne IL	4,70	Grimstad	10.mar	2018
Lengde	75	Gudmund Skrivervik	21	Gloppen FIL	4,18	Stangehallen	01.mar	1997
Lengde	80	Trond Einar Furuly	44	IL Stålkameratene	3,54	Stangehallen	27.jan	2024
Lengde	85	Knut Henrik Skramstad	37	Kongsberg IL	2,97	Grimstad	26.mar	2022
Lengde	90	Arne Ueland	34	Tønsberg FIK	2,44	Nes Arena	16.feb	2025

Resultater i liten skrift/kursiv er ikke godkjent grunnet lav grop

Lengde u.t.	35	Trond Erik Nilsen	72	Ask Friidrett	3,28	Drammenshallen	07.mar	2009
Lengde u.t.	40	Tor Agnar Breistein	45	IL Norna-Salhus	3,25	Bergen	09.mar	1985
Lengde u.t.	45	Finn Pedersen	58	Tvedestrand T&IL	3,17	Drammenshallen	22.mar	2003
Lengde u.t.	50	Karsten Ljøstad	32	Hannevikas IL	2,98	Kristiansand	10.mar	1984
Lengde u.t.	50	Kåre Slåttun	42	Gjerpen IF	2,98	Stangehallen	02.mar	1996
Lengde u.t.	55	Harald Vikne	69	IF Hellas	2,95	Nes Arena	15.feb	2025
Lengde u.t.	60	Ivar Njøs	65	Romerike Friidrett	2,86	Nes Arena	15.feb	2025
Lengde u.t.	65	Hermann Henriksen	37	Odda IL	2,76	Drammenshallen	06.apr	2002
Lengde u.t.	70	Arne Søgård	36	Raumnes & Årnes IL	2,63	Stangehallen	01.apr	2006
Lengde u.t.	75	Gudmund Skrivervik	21	Gloppen FIL	2,46	Stangehallen	01.mar	1997
Lengde u.t.	80	Gabriel Tønnessen	25	Lyngdal IL	2,29	Stangehallen	26.feb	2005
Lengde u.t.	85	Torgeir Brandvold	13	Oslo IL	2,13	Stangehallen	28.feb	1998
Lengde u.t.	90	Torgeir Brandvold	13	Oslo IL	2,02	Drammenshallen	22.mar	2003

Tresteg	35	Zdenke Vojvodic	62	Fredrikstad IF	13,30	Stangehallen	01.mar	1998
Tresteg	40	Jan Albrigtsen	50	Larvik T&IF	13,59	Stangehallen	28.feb	1993
Tresteg	45	Jan Albrigtsen	50	Larvik T&IF	13,46	Stangehallen	05.mar	1995
Tresteg	50	Oddvar Viulsrød	64	Tønsberg FIK	12,57	DeepOcean Arena	07.mar	2014
Tresteg	55	Stein Tore Klungeland	58	Ullensaker/Kisa IL	12,14	DeepOcean Arena	03.mar	2013
Tresteg	60	Oddvar Viulsrød	64	Tønsberg FIK	11,49	Stangehallen	28.jan	2024
<i>Tresteg</i>	<i>60</i>	<i>Jakob Rypdal</i>	<i>26</i>	<i>Tresfjord IL</i>	<i>11,64</i>	<i>Ekeberghallen</i>	<i>22.jan</i>	<i>1989</i>
Tresteg	60	Stein Tore Klungeland	58	Ullensaker/Kisa IL	11,05	Nes Arena	10.mar	2019
Tresteg	65	Arne Tefre	55	Førde IL	10,95	Leikvanghallen	01.mar	2020
Tresteg	70	Arne Tefre	55	Førde IL	10,36	Nes Arena	14.feb	2025
Tresteg	75	Willy Finnanger	18	Namsen FIF	9,25	Stangehallen	06.feb	1994
Tresteg	80	Trond Einar Furuly	44	IL Stålkameratene	8,10	Stangehallen	28.jan	2024
Tresteg	85	John Arve Johansen	36	Ullensaker/Kisa IL	6,69	Nes Arena	23.okt	2021
Tresteg	90	Bjarne Bjorvatn	36	Birkenes IL	4,94	Nes Arena	01.feb	2026

Resultater i liten skrift/kursiv er ikke godkjent grunnet lav grop

Kule	7,26	35	Johnny Børresen	58	Minerva	15,51	Stangehallen	28.feb	1993
Kule	7,26	40	Marcin Tomasz Gasiorowski	81	Begnadalen IL	14,57	Stangehallen	28.jan	2024
Kule	7,26	45	Karl Jørgen Hoff	59	Spydeberg IL	14,49	Drammenshallen	21.mar	2004
Kule	6,0	50	Karl Jørgen Hoff	59	Spydeberg IL	15,37	Leikvanghallen	18.mar	2012
Kule	6,0	55	Karl Jørgen Hoff	59	Spydeberg IL	14,15	DeepOcean Arena	08.mar	2014
Kule	5,0	60	Arild Busterud	48	Løten Friidrett	15,14	Stangehallen	30.jan	2011
Kule	5,0	65	Knut Olav Bjorvatn	61	Heggedal IL	15,45	Nes Arena	01.feb	2026
Kule	4,0	70	Arne Sæther	31	Heggedal Veteran FIK	13,94	Stangehallen	25.mar	2001
Kule	4,0	75	Arild Busterud	48	Løten Friidrett	14,12	Stangehallen	29.jan	2023
Kule	3,0	80	Kjartan Sølvberg	36	Sandefjord T&IF	11,58	Nes Arena	05.mar	2017
Kule	3,0	85	Arne Sæther	31	Heggedal FIK	9,25	Nes Arena	13.mar	2016
Kule	3,0	90	Arne Ueland	34	Tønsberg FIK	8,87	Stangehallen	28.jan	2024

VINTERKAST UTE (INNE)

Vekt	15,88	35	Stein Fossen	68	IL Fri	14,93	Løten	01.apr	2006
Vekt	15,88	40	Kjetil Reistad Aasen	82	Løten Friidrett	13,82	Nes Arena	15.feb	2025
Vekt	15,88	45	Arild Greger Ro	64	Fagernes IL	13,17	Knarvik	17.mar	2012
Vekt	15,88	45	Arild Greger Ro	64	Fagernes IL	13,58	Gimlehallen	24.jan	2010
Vekt	11,34	50	Iver Hytten	66	Tønsberg FIK	17,90	Tønsberg	04.mar	2017
Vekt	11,34	55	Arild Busterud	48	Løten Friidrett	19,98	Løten	01.apr	2006
Vekt	9,08	60	Arild Greger Ro	64	Fagernes IL	17,54	Nes Arena	15.feb	2025
Vekt	9,08	65	Arne Lothe	38	Gloppen FIL	18,59	Løten	01.apr	2006
Vekt	7,26	70	Arild Busterud	48	Løten IL	19,70	Tønsberg	03.mar	2018
Vekt	7,26	75	Arild Busterud	48	Løten friidrett	17,95	Nes Arena	15.feb	2025
Vekt	5,45	80	Håvard Lund	24	Ullensaker/Kisa IL	13,80	Ridehall	26.feb	2005
Vekt	5,45	85	Arne Ueland	34	Tønsberg FIK	11,35	Leikvang	29.feb	2020
Vekt	5,45	90	Arne Ueland	34	Tønsberg FIK	10,03	Nes Arena	15.feb	2025

Resultater i liten skrift/kursiv er ikke godkjent grunnet lav grop

Diskos	2	35	Rune Vegard Godtland	82	IK Tjalve	35,17	Lyngdal	02.mar	2019
Diskos	2	40	Svein Olav Krakstad	81	Spirit Friidrett	19,25	Stavanger	18.mar	2023
Diskos	2	45	Tom Arne Helgesen	70	IK Grane	33,49	Lyngdal	02.mar	2019
Diskos	1,5	50	Tom Arne Helgesen	70	IK Grane	44,50	Lyngdal	24.feb	2024
Diskos	1,5	55	Marius Gansen	64	GTI	33,86	Kristiansand	07.mar	2020
Diskos	1	60	Karl Jørgen Hoff	59	Spydeberg IL	42,72	Porsgrunn	06.nov	2021
Diskos	1	65	Kjell Viggo Adamski	50	Sarpsborg IL	40,66	Tønsberg	03.mar	2018
Diskos	1	70	Kjell Viggo Adamski	50	Sarpsborg IF	36,46	Kristiansand	25.mar	2022
Diskos	1	75	Jostein Myrvang	46	Larvik T&IF	28,67	Stavanger	18.mar	2023
Diskos	1	80	Hermann Henriksen	37	GTI	28,45	Lyngdal	02.mar	2019
Diskos	1	85	Hermann Henriksen	37	GTI	25,37	Stavanger	18.mar	2023
Diskos	1	90	Harry Tvedt	33	IL Gular	14,02	Knarvik	15.mar	2025
Slegge	7,26	35	Kristian Opsal	87	IK Våg	31,97	Lyngdal	24.feb	2024
Slegge	7,26	40	Kristoffer Reigstad	80	Osterøy IF	22,62	Kristiansand	25.mar	2022
Slegge	7,26	45	Tom Arne Helgesen	70	IK Grane	33,90	Lyngdal	02.mar	2019
Slegge	6	50	Tom Arne Helgestad	70	IK Grane	41,72	Kristiansand	25.mar	2022
Slegge	6	55	Torrey Enoksen	63	Lyngdal IL	41,71	Lyngdal	02.mar	2019
Slegge	5	60	Torrey Enoksen	63	Lyngdal IL	41,27	Lyngdal	24.feb	2024
Slegge	5	65	Kjell Viggo Adamski	50	Sarpsborg IL	39,57	Tønsberg	03.mar	2018
Slegge	4	70	Kjell Viggo Adamski	50	Sarpsborg IL	44,43	Kristiansand	25.mar	2022
Slegge	4	75	Jostein Myrvang	46	Larvik T&IF	33,25	Kristiansand	25.mar	2022
Slegge	3	80	Odd Sangvik	39	MHI	30,65	Lyngdal	02.mar	2019
Slegge	3	85	Kåre Skailand	33	GTI	20,06	Lyngdal	02.mar	2019