

Norge / Norway: 2013 - Utendørs / Outdoor**Kvinner / Women 75-79 år / years**

pr. 31.12.2013 (oppdatert / updated 03.01.2014)

60m (K75-79)						
13.58	+0,2	(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Hatland	15.07.2013
100m (K75-79)						
22.39	-3,0	(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Moss	28.06.2013
200m (K75-79)						
51.95	-0,4	(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Hatland	15.07.2013
800m (K75-79)						
5:27.57		(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Indre Arna	30.09.2013
1500m (K75-79)						
10:43.10		(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Indre Arna	08.09.2013
Høyde / High Jump (K75-79)						
0.96		(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Moss	28.06.2013
Lengde / Long Jump (K75-79)						
2.19	-0,6	(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Hosanger	26.06.2013
Kule / Shot Put 2.0 kg (K75-79)						
6.87		(1)	Brit Gran, Heggedal FIK	(36)	Heggedal/Ka	06.06.2013
6.80		(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Indre Arna	08.09.2013
Diskos / Discus Throw 0.75 kg (K75-79)						
13.12		(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Indre Arna	07.09.2013
Slegge / Hammer Throw 2.0 kg (K75-79)						
20.25		(m)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Knarvik	03.08.2013
15.92		(1)	Brit Gran, Heggedal FIK	(36)	Heggedal/Ka	05.09.2013
Slegge / Hammer Throw 3.0 kg (K75-79)						
17.50		(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Indre Arna	07.09.2013
Spyd / Javelin Throw 400 g (K75-79)						
11.39		(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Indre Arna	08.09.2013
Vekt / Weight Throw 4.0 kg (K75-79)						
8.99		(1)	Brit Gran, Heggedal FIK	(36)	Heggedal/Ka	20.06.2013
7.60		(m)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Knarvik	03.08.2013
Kast-5-kamp / Weight Pentathlon (K75-79)						
2688		(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL (19.17-6.52-12.38-11.07-7.44)	(34)	Moss	30.06.2013
Alternativt resultat / Alternative result:						
2635		(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL (20.25-6.14-12.15-9.64-7.60)	(34)	Knarvik	03.08.2013