

Norge / Norway: 2012 - Utendørs / Outdoor**Kvinner / Women 70-74 år / years**

pr. 31.12.2012 (oppdatert / updated 03.01.2014)

60m (K70-74)

10.64	+1,8	(1)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Hatland	18.07.2012
-------	------	-----	--------------------------------------	------	---------	------------

Manuelle tider / Handtiming:

13.6	-0,4	(1)	Sonja Magnhild Nyby, Porsanger IL	(40)	Lakselv	19.09.2012
14.5	+0,5	(1)	Hild Opdøhl, Porsanger IL	(38)	Lakselv	05.09.2012

100m (K70-74)

17.70	+2,0	(1)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Oslo/Bi	31.08.2012
19.92	-0,7	(m)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Byrkjelo	04.08.2012
20.24	-0,7	(m)	Eva Carlsen, Ready	(40)	Byrkjelo	04.08.2012

200m (K70-74)

37.04	+0,0	(1)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Stavanger/St	15.09.2012
-------	------	-----	--------------------------------------	------	--------------	------------

800m (K70-74)

3:32.61		(m)	Eva Carlsen, Ready	(40)	Byrkjelo	04.08.2012
4:22.21		(m)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Byrkjelo	04.08.2012

Ikke godkjent starter / Starter not authorized:

4:34.7		(1)	Signy Henden Rustlie, Lørenskog FIL	(38)	Lørenfallet	05.06.2012
--------	--	-----	-------------------------------------	------	-------------	------------

1500m (K70-74)

7:12.92		(5)	Eva Carlsen, Ready	(40)	Zittau, GER	19.08.2012
8:56.32		(1)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Hatland	23.09.2012

3000m (K70-74)

15:39.10		(1)	Eva Carlsen, Ready	(40)	Stavanger/St	15.09.2012
----------	--	-----	--------------------	------	--------------	------------

5000m (K70-74)

26:46.95		(4)	Eva Carlsen, Ready	(40)	Zittau, GER	23.08.2012
----------	--	-----	--------------------	------	-------------	------------

1000m kappgang / Track Walk (K70-74)

6:58.6		(2)V	Haldis Marit Nagell-Dahl, T&IF Viking	(42)	Bergen/Sk	23.05.2012
--------	--	------	---------------------------------------	------	-----------	------------

3000m kappgang / Track Walk (K70-74)

21:01.91		(1)	Haldis Marit Nagell-Dahl, T&IF Viking	(42)	Stavanger/St	14.09.2012
----------	--	-----	---------------------------------------	------	--------------	------------

5000m kappgang / Track Walk (K70-74)

35:47.67		(2)	Haldis Marit Nagell-Dahl, T&IF Viking	(42)	Zgorzelec, POL	19.08.2012
----------	--	-----	---------------------------------------	------	----------------	------------

10km kappgang / Road Walk (K70-74)

71:57		(3)	Haldis Marit Nagell-Dahl, T&IF Viking	(42)	Hrádek nad Nisoi, CZE	22.08.2012
-------	--	-----	---------------------------------------	------	-----------------------	------------

Høyde / High Jump (K70-74)

1.04		(1)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Fana	08.08.2012
1.00		(1)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Byrkjelo	18.08.2012

Lengde / Long Jump (K70-74)

3.24	-0,3	(1)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Oslo/Bi	31.08.2012
2.76	+0,4	(m)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Byrkjelo	04.08.2012
2.72	+0,6	(m)	Eva Carlsen, Ready	(40)	Byrkjelo	04.08.2012

Tresteg / Triple Jump (K70-74)

6.47	+1,8	(1)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Stavanger/St	16.09.2012
------	------	-----	--------------------------------------	------	--------------	------------

Kule / Shot Put 3.0 kg (K70-74)

6.97		(m)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Byrkjelo	04.08.2012
5.93		(1)	Elise Marie Wåle, Larvik T&IF	(42)	Larvik/Lo	30.05.2012
5.37		(1)	Sonja Magnhild Nyby, Porsanger IL	(40)	Lakselv	19.09.2012
5.21		(m)	Eva Carlsen, Ready	(40)	Byrkjelo	04.08.2012
5.18		(m)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Bergen/Sk	13.10.2012
4.94		(1)	Hild Opdøhl, Porsanger IL	(38)	Lakselv	05.09.2012

Diskos / Discus Throw 1.0 kg (K70-74)

20.49		(m)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Tønsberg	08.09.2012
11.34		(m)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Bergen/Sk	13.10.2012

Slegge / Hammer Throw 3.0 kg (K70-74)

25.33	(m)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Tønsberg	08.09.2012
14.92	(1)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdaalen IL	(42)	Bergen/Sk	17.07.2012

Spyd / Javelin Throw 400 g (K70-74)

19.43	(m)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Tønsberg	08.09.2012
10.05	(m)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdaalen IL	(42)	Bergen/Sk	13.10.2012

Vekt / Weight Throw 5.45 kg (K70-74)

10.31	(m)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Tønsberg	08.09.2012
6.73	(m)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdaalen IL	(42)	Bergen/Sk	13.10.2012

4-kamp / Tetrathlon (K70-74)

2198	(1)	Eva Carlsen, Ready	(40)	Byrkjelo	04.08.2012
		$\Sigma W = -0,1$ (20.24-5.21-2.72-3:32.61) / -0,7 / +0,6			
2081	(2)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Byrkjelo	04.08.2012
		$\Sigma W = -0,3$ (19.92-6.97-2.76-4:22.21) / -0,7 / +0,4			

Kast-5-kamp / Weight Pentathlon (K70-74)

3740	(1)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF (25.33-6.82-20.49-19.43-10.31)	(42)	Tønsberg	08.09.2012
2046	(1)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdaalen IL (14.24-5.18-11.34-10.05-6.73)	(42)	Bergen/Sk	13.10.2012

Alternativt resultat / Alternative result:

3382	(-)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF (22.34-6.55-19.78-18.60-8.80)	(42)	Bergen/Sk	06.10.2012
------	-----	---	------	-----------	------------