

## Norge / Norway: 2005 - Utendørs / Outdoor

## Kvinner / Women 45-49 år / years

pr. 31.12.2005 (oppdatert / updated 07.01.2010)

**60m (K45-49)**

10.55	+0,2	(1)	Mette Bøthun, Laksevåg T&IL	(57)	Haukås	18.08.2005
-------	------	-----	-----------------------------	------	--------	------------

Manuelle tider / Handtiming:

Manglende informasjon om vind / Wind-data missing:

8.7		(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Lyngdal	16.08.2005
-----	--	-----	---------------------------	------	---------	------------

**100m (K45-49)**

14.17	+0,7	(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Brumunddal	02.07.2005
14.63	-2,2	(2)	Solgun Ellingsen, Ask Friidrett	(60)	Ravnanger	26.06.2005
15.41	+0,2	(1)	Bente Rosvold Midtun, Osterøy IL	(58)	Fana	01.08.2005
15.68	-1,4	(1)	Anne Marie Skjellaug, Gjøvik FIK	(56)	Gjøvik	26.08.2005
16.38	-3,2		Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Ballerup, DEN	26.06.2005
18.62	-1,0	(2)	Grethe Mosbergli, IK Grane	(59)	Grimstad	05.06.2005

Manuelle tider / Handtiming:

Manglende informasjon om vind / Wind-data missing:

14.0		(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Vågsbygd	19.06.2005
18.6		(1)	Grethe Mosbergli, IK Grane	(59)	Tvedestrand	08.06.2005

**200m (K45-49)**

28.27	+1,1	(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Ravnanger	25.06.2005
29.34	+1,1	(2)	Solgun Ellingsen, Ask Friidrett	(60)	Ravnanger	25.06.2005

Medvind / Wind-assisted:

28.00	+2,6	(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Brumunddal	01.07.2005
33.21	+5,7	(2)B	Bente Rosvold Midtun, Osterøy IL	(58)	Hatland	06.06.2005

**300m (K45-49)**

52.46		(1)	Solgun Ellingsen, Ask Friidrett	(60)	Ravnanger	15.06.2005
-------	--	-----	---------------------------------	------	-----------	------------

**400m (K45-49)**

62.38		(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Ravnanger	24.06.2005
67.49		(1)	Bente Rosvold Midtun, Osterøy IL	(58)	Fana	01.08.2005
69.04			Marte Feiring, IK Tjalve	(56)	Oslo/Bi	28.08.2005
75.08		(1)	Evelyn Koch Kvam, IF Eiker-Kvikk	(60)	Gjøvik	27.08.2005

**800m (K45-49)**

2:26.83		(2)	Bente Rosvold Midtun, Osterøy IL	(58)	Fana	27.07.2005
2:43.6		(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Lyngdal	16.08.2005
3:05.0		(1)	Unni Larssen, Eidanger IL	(60)	Larvik/Lo	08.06.2005

Utenfor NFIF / Club outside NAA:

3:14.3		(1)	Laila Brigitte Alnes, Lørenskog Kommune BIL	(56)	Jessheim	01.10.2005
--------	--	-----	---	------	----------	------------

**1500m (K45-49)**

5:01.28		(1)	Bente Rosvold Midtun, Osterøy IL	(58)	Hatland	15.08.2005
5:33.32		(1)	Henny Kvalheim, FIK BFG Fana	(56)	Knarvik	09.10.2005
5:40.08		(1)	Evelyn Koch Kvam, IF Eiker-Kvikk	(60)	Gjøvik	26.08.2005
6:13.0		(1)	Ann-Torill Garli, Ullensaker/Kisa IL	(57)	Jessheim	09.06.2005
6:35.3		(2)	Sigrid Kristine Bernhardt, Hurdal IL	(56)	Jessheim	09.06.2005
6:52.8		(4)	Marit I. Skolt Skafle, Ullensaker/Kisa IL	(56)	Jessheim	09.06.2005

Utenfor NFIF / Club outside NAA:

6:50.6		(3)	Laila Brigitte Alnes, Lørenskog Kommune BIL	(56)	Jessheim	09.06.2005
--------	--	-----	---	------	----------	------------

**3000m (K45-49)**

11:04.52		(1)	Åse Brødholt, Askim IF	(57)	Moss	22.08.2005
11:05.15		(1)	Bente Rosvold Midtun, Osterøy IL	(58)	Haukås	18.08.2005
11:45.91		(1)	Henny Kvalheim, FIK BFG Fana	(56)	Knarvik	08.10.2005

**5000m (K45-49)**

19:10.0			Nina Hansteen, Royal SK	(58)	Oslo/So	22.09.2005
19:31.70		(1)	Bente Rosvold Midtun, Osterøy IL	(58)	Fana	20.07.2005

**10000m (K45-49)**

40:49.4	(1)	Bente Rosvold Midtun, Osterøy IL	(58)	Hatland	26.09.2005
41:36.0	(1)	Norunn Stavø, Florø T&IF	(57)	Florø	05.10.2005

**80m hekk / hurdles 76.2 cm (K45-49)**

13.47	-2,5	(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Brumunddal	01.07.2005
-------	------	-----	---------------------------	------	------------	------------

**Høyde / High Jump (K45-49)**

1.46	(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Brumunddal	01.07.2005
1.35	(1)	Anne Marie Skjellaug, Gjøvik FIK	(56)	Gjøvik	27.08.2005
1.35		Margit Aaby Flatin, Sigdal FIK	(60)	Prestfoss	08.09.2005
1.15	(1)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Tårnby, DEN	09.08.2005

**Lengde / Long Jump (K45-49)**

4.89	+1,7	(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Ravnanger	24.06.2005
4.09		(1)	Anne Marie Skjellaug, Gjøvik FIK	(56)	Gjøvik	26.08.2005
3.29	+2,0	(-)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Tårnby, DEN	09.08.2005
3.11	+0,2	(1)	Grethe Mosbergli, IK Grane	(59)	Grimstad	04.06.2005
2.82		(1)	Mette Bøthun, Laksevåg T&IL	(57)	Laksevåg	12.09.2005

**Medvind / Wind-assisted:**

3.64	+2,1	(2)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Tårnby, DEN	09.08.2005
3.51	+2,3	(-)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Tårnby, DEN	09.08.2005
3.47	+2,2	(-)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Tårnby, DEN	09.08.2005

**Tresteg / Triple Jump (K45-49)**

9.61	(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Vågsbygd	11.09.2005
------	-----	---------------------------	------	----------	------------

**Kule / Shot Put 4.0 kg (K45-49)**

10.58	(2)	Grete Bjørdalsbakke Mo, Ørsta IL	(60)	Molde	11.06.2005
10.36	(4)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Østerbro, DEN	15.05.2005
9.36		Margit Aaby Flatin, Sigdal FIK	(60)	Prestfoss	08.09.2005
9.23	(m)	Janice Terjesen Flaathe, Lillesand IL	(59)	Lyngdal	06.07.2005
9.10	(1)	Mette Karin Ninive, FIK Orion	(59)	Rena	11.08.2005
8.59	(1)	Anne Marie Skjellaug, Gjøvik FIK	(56)	Gjøvik	27.08.2005
7.53	(3)	Solgun Ellingsen, Ask Friidrett	(60)	Ravnanger	25.06.2005
7.50	(m)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Lyngdal	24.09.2005
6.67	(2)	Grethe Mosbergli, IK Grane	(59)	Grimstad	05.06.2005

**Utenfor NFIF / Club outside NAA:**

6.78	(2)	Ruth Solveig Terjesen, PIL Kristiansand	(57)	Gjøvik	27.08.2005
------	-----	---	------	--------	------------

**Diskos / Discus Throw 1.0 kg (K45-49)**

38.26	(2)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Østerbro, DEN	15.05.2005
30.92	(2)	Live Båsen Eriksen, Modum FIK	(58)	Geithus	05.09.2005
30.86	(1)	Janice Terjesen Flaathe, Lillesand IL	(59)	Vågsbygd	11.09.2005
25.96	(4)	Grete Bjørdalsbakke Mo, Ørsta IL	(60)	Brumunddal	02.07.2005
22.96	(2)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Vågsbygd	11.09.2005
19.80	(1)	Solgun Ellingsen, Ask Friidrett	(60)	Ravnanger	25.05.2005
19.34	(2)	Evelyn Koch Kvam, IF Eiker-Kvikk	(60)	Gjøvik	26.08.2005
18.42	(1)	Torill Krogvik, FIL AKS-77	(57)	Knarvik	08.10.2005
17.58	(1)	Grethe Mosbergli, IK Grane	(59)	Tvedestrand	29.06.2005

**Utenfor NFIF / Club outside NAA:**

19.61	(1)	Ruth Solveig Terjesen, PIL Kristiansand	(57)	Gjøvik	26.08.2005
-------	-----	---	------	--------	------------

**Slegge / Hammer Throw 4.0 kg (K45-49)**

32.36	(1)	Janice Terjesen Flaathe, Lillesand IL	(59)	Eydehavn	21.05.2005
31.20	(2)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Greve, DEN	17.09.2005
30.29	(1)	Live Båsen Eriksen, Modum FIK	(58)	Geithus	05.09.2005
23.87	(m)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Lyngdal	24.09.2005
21.98	(5)	Grete Bjørdalsbakke Mo, Ørsta IL	(60)	Elnesvågen	18.09.2005
20.00	(2)	Anne Marie Skjellaug, Gjøvik FIK	(56)	Ravnanger	25.06.2005
19.47	(1)	Margit Aaby Flatin, Sigdal FIK	(60)	Geithus	09.10.2005
18.92	(1)	Torill Krogvik, FIL AKS-77	(57)	Knarvik	08.10.2005
16.50	(2)	Grethe Mosbergli, IK Grane	(59)	Øyestad	11.06.2005

**Spyd / Javelin Throw 600 g (K45-49)**

28.98	(1)	Margit Aaby Flatin, Sigdal FIK	(60)	Geithus	09.10.2005
28.26	(1)	Grete Bjørdalsbakke Mo, Ørsta IL	(60)	Ørsta	22.10.2005
26.95	(1)	Janice Terjesen Flaathe, Lillesand IL	(59)	Vanse	14.08.2005
23.99	(1)	Anne Marie Skjellaug, Gjøvik FIK	(56)	Gjøvik	27.08.2005
23.84	(2)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Vågsbygd	19.06.2005
14.02	(3)	Evelyn Koch Kvam, IF Eiker-Kvikk	(60)	Gjøvik	27.08.2005
13.38	(2)	Helene Ørbek, IL Sandvin	(60)	Sande	09.10.2005

## Utenfor NFIF / Club outside NAA:

17.58	(2)	Ruth Solveig Terjesen, PIL Kristiansand	(57)	Gjøvik	27.08.2005
-------	-----	---	------	--------	------------

**Vekt / Weight Throw 9.08 kg (K45-49)**

10.80	(1)	Janice Terjesen Flaathe, Lillesand IL	(59)	Brumunddal	01.07.2005
10.53	(2)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Greve, DEN	18.09.2005
8.07	(2)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Vågsbygd	19.06.2005
7.65	(2)	Anne Marie Skjellaug, Gjøvik FIK	(56)	Ravnanger	26.06.2005
5.57	(m)	Grethe Mosbergli, IK Grane	(59)	Lyngdal	24.09.2005

**Kast-5-kamp / Weight Pentathlon (K45-49)**

3367	(1)	Janice Terjesen Flaathe, Lillesand IL (30.10-8.41-29.80-25.04-10.28)	(59)	Lyngdal	24.09.2005
2162	(2)	Anny Undheim, IL Framsteg (23.87-7.50-nm-20.69-7.73)	(56)	Lyngdal	24.09.2005
1614	(3)	Grethe Mosbergli, IK Grane (16.45-6.31-13.97-11.33-5.57)	(59)	Lyngdal	24.09.2005