

		Kvinner			93	
		100m E				
		35-39	12.81	Sissel Falck-Jørgensen	Kolbotn IL	40
			13.22	Randi Nymoen	Strømmen IF	68
		40-44	12.79	Randi Nymoen	Strømmen IF	68
			13.40	Sissel Falck-Jørgensen	Kolbotn IL	40
			14.64	Inger Lise Sundheim	Ullensaker/Kisa IL	55
			14.76	Lena Opaker Øines	Ullensaker/Kisa IL	69
		45-49	14.33	Sissel Falck-Jørgensen	Kolbotn IL	40
			14.89	Inger Lise Sundheim	Ullensaker/Kisa IL	55
			14.91	Rita Simonsen	Romerike Friidrett	77
			15.68	Beathe Nordås	Romerike Friidrett	68
			15.86	Rubi Maria Semb	Ski IL	72
		50-54	13.99	Maylen Lauvstad	IL Tyrving	73
			14.56	Maria Nerdrum	Asker Skiklubb	66
			15.17	Helen Røstad-Tollefsen	IL Tyrving	64
			15.38	Unni Sæther	IL Tyrving	32
			15.51	Inger Lise Sundheim	Ullensaker/Kisa IL	55
			15.56	Helen Røstad-Tollefsen	IL Tyrving	64
			15.70	Lena Klasson	IL Tyrving	65
			15.94	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57
			16.29	Margot Haave	IL Tyrving	53
		55-59	15.62	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33
			15.96	Margot Haave	IL Tyrving	53
			16.14	Bodil Byhre	Fossum IF	28
			16.68	Bente Festøy	IL Tyrving	61
		60-64	16.34	Margot Haave	IL Tyrving	53
			17.17	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33

65-69	17.27	Inger Lise Sundheim	Ullensaker/Kisa IL	55	Modum	23.06.2023
--------------	-------	---------------------	--------------------	----	-------	------------

100m M Komplettering til E						
35-39	12.7	Sissel Falck-Jørgensen	Kolbotn IL	40	Göteborg, SWE	09.08.1977
	12.8	Berit Berthelsen	IL Tyrving	44	Oslo/St	03.09.1980
	13.1	Arna Krogstad	Raumnes & ÅrnesIL	52	Jessheim	06.07.1987
	14.2	Britt Skaret	Haga IF	45	Lørenfallet	21.06.1980
	14.3	Solfrid Bådal	Aurskog-Høland FIL	43	Sandane	27.07.1980
	14.4	Marit Pedersen	IL Tyrving	44	Steinkjer/Gu	26.07.1981
	14.4	Bente Moe Ruud	Oppegård IL	52	Ski	14.08.1987
	14.5	Inger Lise Sundheim	Ullensaker/Kisa IL	55	Jessheim	23.09.1993
	14.6	Inger Schiøll Børgesen	Fossum IF	46	Nadderud	31.08.1984

Kvinner			94			
100m M Komplettering til E						
40-44	13.1	Sissel Falck-Jørgensen	Kolbotn IL	40	Larvik/Lo	08.08.1981
	13.8	Inger Lise Fængsrud	Asker Skiklubb	55	Bismo	13.08.1985
	14.0	Inger Schiøll Børgesen	Fossum IF	46	Oslo/St	01.09.1986
	14.0	Inger Lise Sundheim	Ullensaker/Kisa IL	55	Oslo/So	15.09.1996
	14.4	Kari Kamstrup Hovind	Ullensaker/Kisa IL	56	Jessheim	02.06.1996
	14.8	Lill Ann Diserud	Royal Sport	63	Oslo/St	02.06.2003
	14.9	Anne Karin Kolstad	Royal Sport	61	Oslo/St	02.06.2003
45-49	14.2	Laila Skibakk	Ullensaker/Kisa IL	40	Jessheim	07.10.1985
	14.6	Ragnhild Hals	IL Tyrving	34	Sandane	27.07.1980
	14.7	Inger Lise Sundheim	Ullensaker/Kisa IL	55	Oslo/St	05.06.2000
	15.1	Berit Røger	Fossum IF	34	Sandvika/Ka	13.06.1981
	15.1	Eva Lisa Jorde	Asker Skiklubb	39	Oslo/St	24.09.1984
	15.2	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Oslo/St	28.08.1978
	15.7	Anne Edith Corneliussen	Nittedal IL	57	Nittedal	11.09.2004
50-54	15.5	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Lillehammer/Ss	21.08.1983
	15.8	Bodil Byhre	Fossum IF	28	Viareggio, ITA	13.09.1978
	16.4	Berit Røger	Holmen IF	34	Sandvika/Ka	02.06.1984
60-64	15.9	Margot Haave	IL Tyrving	53	Ski	05.06.2013
	16.8	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Oslo/So	15.06.1996
65-69	16.9	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Oslo/So	20.06.1998
70-74	19.4	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Oslo/So	06.09.2003

Kvinner			95			
200m E						
35-39	26.96	Arna Krogstad	Raumnes & Årnes IL	52	Moss/Me	19.08.1987
	27.04	Sissel Falck-Jørgensen	Kolbotn IL	40	Hannover, GER	28.07.1979
40-44	26.22	Randi Nymoene	Strømmen IF	68	Oslo/Bi	29.05.2008
	27.37	Sissel Falck-Jørgensen	Kolbotn IL	40	Helsingfors, FIN	08.08.1980
	30.52	Marit Dianne Berg	Aurskog-Høland FIL	68	Stavanger/St	15.09.2012
	31.37	Kari Kamstrup Hovind	Ullensaker/Kisa IL	56	Jessheim	25.06.1996
45-49	30.34	Astri Briseid	Asker Skiklubb	45	Oslo/Bi	11.06.1991
	30.77	Inger Schjøll	Fossum IF	46	Byrkjelo	10.08.1991
	30.78	Inger Lise Sundheim	Ullensaker/Kisa IL	55	Jessheim	19.08.2001
	30.96	Marit Dianne Berg	Aurskog-Høland FIL	68	Askøy	21.06.2014
50-54	28.80	Maylen Lauvstad	IL Tyrving	73	Modum	24.06.2023
	30.89	Unni Sæther	IL Tyrving	32	Brighton, GBR	23.08.1983
	32.40	Eva Lise Jorde	Asker Skiklubb	39	Oslo/Bi	11.06.1991
	32.54	Bodil Byhre	Fossum IF	28	Viareggio, ITA	14.09.1978
55-59	32.92	Margot Haave	IL Tyrving	53	Moss/Me	22.08.2009
	33.18	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Trondheim/Le	07.08.1981
	33.29	Bodil Byhre	Fossum IF	28	Puerto Rico, PUR	25.09.1983
60-64	34.86	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Stord	06.08.1994
65-69	36.31	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Gateshead, GBR	29.07.1999
70-74	41.16	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Oslo/Bi	02.09.2003

Kvinner			96			
200m M Komplettering til E						
35-39	29.9	Britt Skaret	Haga IF	45	Larvik/Lo	07.08.1981
40-44	28.8	Inger Schiøll Børgesen	Fossum IF	46	Nadderud	27.08.1986
	30.8	Inger Lise Sundheim	Ullensaker/Kisa IL	55	Oslo/Bi	18.09.1999
45-49	30.8	Eva Lisa Jorde	Asker Skiklubb	39	Oslo/St	25.09.1984
	30.8	Inger Lise Sundheim	Ullensaker/Kisa IL	55	Oslo/Tr	14.06.2000
50-54	32.1	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Lillehammer/Ss	20.08.1983
60-64	34.0	Margot Haave	IL Tyrving	53	Oslo/St	29.05.2013

400m E						
35-39	60.02	Sissel Grottenberg	Minerva	56	Oslo/Bi	13.07.1993
	61.14	Nina Hansteen	Minerva	58	Søgne	18.08.1993
	61.72	Inger Lise Fængsrud	Asker Skiklubb	55	Byrkjelo	09.08.1991
40-44	58.92	Randi Nymoen	Strømmen IF	68	Lillehammer/Ss	21.06.2008
	62.91	Inger Lise Fængsrud	Asker Skiklubb	55	Tønsberg/Gr	09.08.1996
	65.60	Inger Schiøll Børgesen	Fossum IF	46	Oslo/Bi	08.08.1986
	66.31	Marit Dianne Berg	Aurskog-Høland FIL	68	Stavanger/St	16.09.2012
45-49	63.95	Inger Lise Fængsrud	Royal Sport	55	Kristiansand	25.06.2004
	66.99	Marit Dianne Moen	Aurskog-Høland FIL	68	Askøy	22.06.2014
	68.42	Inger Schiøll	Fossum IF	46	Byrkjelo	09.08.1991
50-54	63:42	Maylen Lauvstad	IL Tyrving	73	Modum	25.06.2023
	72.89	Unni Sæther	Fossum IF	32	Helsingborg, SWE	04.08.1985
	74.04	Trine Bogstad Mangerud	Ullensaker/Kisa IL	51	Jessheim	21.06.2001

Kvinner			97			
400m M Komplettering til E						
35-39	63.9	Inger Schjøll Børgesen	Fossum IF	46	Nadderud	20.05.1985
40-44	64.4	Amalija Leber	Lørenskog FIL	46	Rolvstrud	11.09.1990
45-49	71.1	Laila Skibakk	Ullensaker/Kisa IL	40	Jessheim	18.08.1986
50-54	72.3	Amalija Leber	Lørenskog FIL	46	Oslo/Tr	21.06.1996
	74.0	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Lillehammer/Ss	21.08.1983
	75.2	Reidun Prytz	Fossum IF	34	Oslo/La	03.09.1985
55-59	79.9	Bodil Byhre	Fossum IF	28	Lillehammer/Ss	21.08.1981
60-64	89.6	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Oslo/So	22.09.1996

800m						
35-39	2:08.22	Sissel Grottenberg	Minerva	56	Oslo/Bi	14.05.1994
	2:14.29	Nina Hansteen	Minerva	58	Huddinge, SWE	02.07.1993
	2:17.70	Inger Lise Fængsrud	Asker Skiklubb	55	Oslo/Bi	02.07.1991
	2:24.4	Inger Schjøll Børgesen	Fossum IF	46	København, DEN	31.07.1983
	2:26.64	Anne Lillegård	Ullensaker/Kisa IL	73	Malmö, SWE	31.08.2008
	2:30.88	Else Marie Olsson	Asker Skiklubb	49	Oslo/Bi	09.08.1986
	2:33.5	Randi Wolden	Haga IF	44	Lørenfallet	19.06.1982
	2:33.9	Bodil Thoresen	Raumnes & ÅrnesIL	48	Lillehammer/Ss	21.08.1983
40-44	2:18.90	Inger Lise Fængsrud	Asker Skiklubb	55	Oslo/Bi	22.07.1998
	2:27.35	Marianne Hadler	Asker Skiklubb	51	Oslo/Bi	11.06.1991
	2:27.91	Anne Lillegård	Ullensaker/Kisa IL	73	Lillehammer/Ss	21.06.2015
	2:29.09	Inger Schjøll Børgesen	Fossum IF	46	Oslo/Bi	09.08.1986
	2:30.2	Björg Moen	Sørum IL	47	Lørenfallet	07.06.1988
	2:40.0	Audhild Soot	Aurskog-Høland FIL	40	Larvik/Lo	07.08.1981
	2:41.05	Marit Dianne Berg	Aurskog-Høland FIL	68	Drammen/Ma	27.08.2011
	2:41.9	Anne-Torill Garli	Ullensaker/Kisa IL	57	Jessheim	01.06.1997
	2:42.0	Trude Blomseth	Fet FIK	65	Lørenfallet	05.06.2007
	2:42.1	Bente Holter	Ullensaker/Kisa IL	62	Jessheim	23.09.2002
	2:42.2	Bodil Thoresen	Raumnes & ÅrnesIL	48	Lørenfallet	07.06.1988

Kvinner			98			
800m						
45-49	2:24.82	Inger Lise Fængsrud	Royal Sport	55	Kristiansand	26.06.2004
	2:39.23	Amalija Leber	Lørenskog FIL	46	Oslo/Bi	11.06.1991
	2:40.81	Anna Margrethe Tråve	Royal Sport	55	Stjørdal	03.08.2003
	2:42.6	Trine Bogstad Mangerud	Ullensaker/Kisa IL	51	Jessheim	03.08.2000
	2:46.9	Eva Lise Jorde	Asker Skiklubb	39	Oslo/La	25.09.1984
	2:47.5	Sigrun Arnesen	Raumnes & ÅrnesIL	52	Jessheim	16.08.1999
	2:49.8	Unn Helen Grønvold	Ullensaker/Kisa IL	61	Jessheim	23.09.2006
50-54	2:41.78	Lena Klasson	IL Tyrving	65	Ski	10.06.2015
	2:42.66	Trine Bogstad Mangerud	Ullensaker/Kisa IL	51	Jessheim	26.05.2003
	2:42.90	Birgitta Starchjohann	IL Tyrving	64	Ski	10.06.2015
	2:46.9	Amalija Leber	Lørenskog FIL	46	Oslo/Tr	26.08.1996
	2:52.8	Bente Holter	Ullensaker/Kisa IL	62	Jessheim	19.05.2012
	2:53.9	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Roma, ITA	22.06.1985
	3:06.8	Berit Røger	Holmen IF	34	Brighton, GBR	24.08.1984
55-59	2:42.57	Birgitta Starcjohann	IL Tyrving	64	Venice, ITA	13.09.2019
	2:49.9	Trine Bogstad Mangerud	Ullensaker/Kisa IL	51	Jessheim	22.09.2007
	3:03.0	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Verona, ITA	27.06.1988
	3:10.8	Amalija Leber	Lørenskog FIL	46	Lørenfallet	11.06.2002
60-64	3:05.2	Trine Bogstad Mangerud	Ullensaker/Kisa IL	51	Jessheim	28.09.2013
	3:10.9	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Athen, GRE	04.06.1994
	3:11.0	Amalia Kovacic	Lørenskog FIL	46	Lørenfallet	06.06.2006
	3:27.4	Inger Berntzen	Fet FIK	49	Jessheim	18.09.2010
65-69	3:23.7	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Oslo/So	20.06.1998
	3:26.6	Trine Bogstad Mangerud	Ullensaker/Kisa IL	51	Jessheim	30.09.2017
70-74	3:54.50	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Oslo/St	04.08.2003
	4:12.6	Signy Henden Rustie	Lørenskog FIL	38	Jessheim	01.10.2011
75-79	5:14.09	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Ljubeljana, SLO	30.07.2008

1000m						
35-39	3:42.96	Bente Moe Ruud	Oppegård IL	52	Sofiemyr	18.04.1989
40-44	3:16.8	Inger Lise Fængsrud	Asker Skiklubb	55	Asker/Fø	21.09.1997
	3:10.1 x	Inger Lise Fængsrud	Asker Skiklubb	55	Asker/Fø	26.09.1999
	x	Løp med menn				
	3:34.6	Bente Holter	Ullensaker/Kisa IL	62	Jessheim	19.08.2002

Kvinner			99			
1500m						
35-39	4:22.20	Sissel Grottenberg	Minerva	56	Tønsberg/Gr	01.08.1993
	4:33.24	Nina Hansteen	Minerva	58	Oslo/Bi	14.06.1993
	4:44.94	Inger Lise Fængsrud	Asker Skiklubb	55	Oslo/Bi	23.07.1991
	4:52.82	Gine Salberg	Aurskog-Høland FIL	61	Oslo/Bi	01.07.1996
	5:00.2	Anne Berit Moe	Gjerdrum IL	49	Jessheim	15.06.1988
	5:01.0	Randi Wolden	Haga IF	44	Jessheim	14.06.1982
	5:02.90	Elisabeth Gundersen	Minerva	57	Oslo/La	18.08.1992
	5:03.39	Anne-Torill Garli	Ullensaker/Kisa IL	57	Kristiansand	27.06.1992
	5:04.3	Inger Schiøll Børgesen	Fossum IF	36	Lillehammer/Ss	21.08.1983
	5:08.00	Åse Brødholt	Hobøl IL	57	Moss/Me	07.09.1995
	5:08.71	Anne Myhr	Royal Sport	66	Askim	30.06.2002
	5:09.0	Marit Nerli	Hvam IL	44	Jessheim	11.06.1970
	5:09.5	Hanne Cecilie Bolstad	Royal Sport	67	Oslo/St	02.06.2003
	5:12.4	Torunn Hasle Evensen	Sørum IL	50	Jessheim	09.09.1985
	5:16.1	Line Mathisen	Ullensaker/Kisa IL	71	Jessheim	10.06.2010
	5:16.9	Anne-Siri Larsen	Ullensaker/Kisa IL	69	Jessheim	12.06.2008
	5:17.1	Anne Lillegård	Ullensaker/Kisa IL	73	Oslo/Tr	18.06.2008
	5:17.4	Marianne Opsahl	Ullensaker/Kisa IL	73	Jessheim	12.06.2012
	5:19.2	Eva Blakkisrud	Ullensaker/Kisa IL	46	Jessheim	08.06.1984
	5:19.3	Oddrun Rønning	Oppegård IL	49	Trondheim/Le	31.07.1988
	5:22.8	Bodil Thoresen	Raumnes & ÅrnesIL	48	Jessheim	16.06.1986
	5:23.2	Hanna Smith	Raumnes & ÅrnesIL	50	Jessheim	14.06.1989
	5:24.8	Kari Seem	Ullensaker-Sørum Friidrett	54	Jessheim	15.06.1990
40-44	4:45.47	Inger Lise Fængsrud	Asker Skiklubb	55	Oslo/Bi	16.07.1998
	4:51.1	Björg Moen	Sørum IL	47	Jessheim	17.06.1988
	4:52.91	Grethe Sandberg	Minerva	56	Oslo/St	09.08.1998
	5:08.7	Charlotta Legernes	IL Tyrving	62	Sofiemyr	27.04.2004
	5:11.81	Line Mathisen	Ullensaker/Kisa IL	71	Oslo/Bi	29.06.2011
	5:14.7	Amailja Leber	Lørenskog FIL	46	Jessheim	17.06.1988
	5:18.2	Anne Berit Moe	Gjerdrum IL	49	Jessheim	13.06.1990
	5:18.8	Siri Larsen	Ullensaker/Kisa IL	68	Jessheim	10.06.2010
	5:19.5	Inger Schiøll Børgesen	Fossum IF	46	Oslo/St	26.08.1987
	5:21.4	Eva Blakkisrud	Ullensaker/Kisa IL	46	Jessheim	20.08.1986

Kvinner			100			
1500m						
40-44	5:25.0	Audhild Soot	Aurskog-Høland FIL	40	Jessheim	10.09.1981
	5:25.0	Kerstin Johannessen	Sørum IL	45	Jessheim	14.06.1989
	5:25.2	Marit Buraas	Oppegård IL	44	Ås	17.06.1986
	5:25.9	Hanna Smith	Raumnes & ÅrnesIL	50	Jessheim	13.06.1990
	5:28.54	Anne Lillegård	Raumnes & ÅrnesIL	73	Knarvik	23.06.2017
45-49	4:59.76	Inger Lise Fængsrud	Royal Sport	55	Århus, DEN	26.07.2004
	5:07.5	Anna Margrethe Tråve	Royal Sport	55	Oslo/St	02.06.2003
	5:09.94	Björg Moen	Sørum IL	47	Bjørkelangen	09.08.1992
	5:11.58	Bente Skari	Nittedal IL	72	Nittedal	25.08.2018
	5:19.75	Amalija Leber	Lørenskog FIL	46	Oslo/Bi	10.06.1991
	5:30.2	Bente Mariann Holter	Ullensaker/Kisa IL	62	Jessheim	14.06.2007
	5:32.9	Trine Bogstad Mangerud	Ullensaker/Kisa IL	51	Jessheim	19.06.1996
	5:34.3	Svanhild Dybwad Røiri	Lørenskog FIL	33	Jessheim	12.06.1978
	5:39.9	Laila Skibakk	Ullensaker/Kisa IL	40	Jessheim	12.06.1987
	5:39.9	Gitta Starchkjohann	IL Tyrving	64	Nadderud	19.09.2013
	5:41.4	Berit Ruud	Ullensaker/Kisa IL	47	Jessheim	14.08.1993
	5:41.9	Ragnhild Bränden	Nittedal IL	41	Jessheim	14.06.1986
	5:44.0	Anne-Torill Garli	Ullensaker/Kisa IL	57	Jessheim	13.06.2002
	5:44.5	Eva Lise Jorde	Asker Skiklubb	39	Oslo/St	24.09.1984
	5:48.3	Kerstin Johannessen	Ullensaker-Sørum Friidrett	45	Jessheim	15.06.1990
	5:48.8	Marit Høivik	Bærum Skiklubb	42	Drammen/Ma	23.08.1990
	5:53.9	Unn Helen Grønvold	Ullensaker/Kisa IL	61	Jessheim	14.06.2007
	5:54.1	Eva Mathisen	Sørum IL	33	Jessheim	12.08.1978
50-54	5:23.8	Trine Bogstad Mangerud	Ullensaker/Kisa IL	51	Jessheim	15.06.2003
	5:32.6	Amalija Leber	Lørenskog FIL	46	Jessheim	19.06.1996
	5:45.8	Bente Holter	Ullensaker/Kisa IL	62	Jessheim	12.05.2012
	5:53.2	Randi Wolden	Haga IF	44	Jessheim	18.06.1997
	5:55.3	Berit Rud	Sørum IL	47	Jessheim	18.06.1997
	5:56.1	Eva Mathisen	Sørum IL	33	Jessheim	13.06.1983
	6:01.3	Randi Michelsen	Oppegård IL	42	Kråkstad	08.06.1994
	6:14.5	Sigrunn Arnesen	Raumnes & ÅrnesIL	52	Jessheim	12.06.2003
	6:16.3	Marie Katrine Haug	Lørenskog FIL	30	Jessheim	11.06.1980

Kvinner			101			
1500m						
55-59	5:32.27	Trine Bogstad Mangerud	Ullensaker/Kisa IL	51	Geithus	30.06.2006
	5:47.4	Björg Moen	Sørum IL	47	Jessheim	10.06.2004
	5:51.9	Amaliya Leber	Lørenskog FIL	46	Jessheim	14.06.2001
	6:22.0	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Drammen/Ma	23.08.1990
	6:23.9	Björg Kildahl	Fet FIK	49	Jessheim	09.06.2005
	6:31.9	Inger Berntsen	Fet FIK	49	Jessheim	10.06.2004
60-64	5:59.79	Björg Moen	Sørum IL	47	Jessheim	31.08.2007
	6:02.9	Trine Bogstad Mangerud	Ullensaker/Kisa IL	51	Jessheim	14.06.2011
	6:21.2	Amailja Leber	Lørenskog FIL	46	Jessheim	15.06.2006
	6:26.5	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Oslo/So	26.09.1993
	6:37.3	Inger Berntzen	Fet FIK	49	Jessheim	04.06.2009
65-69	6:42.2	Trine Bogstad Mangerud	Ullensaker/Kisa IL	51	Jessheim	02.06.2016
	7:20.7	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Oslo/Tr	24.08.1998
70-74	8:31.2	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Oslo/So	10.09.2005
	8:52.1	Signy Henden Rustlie	Lørenskog FIL	38	Jessheim	14.06.2011

Kvinner			102			
3000m						
35-39	9:33.68	Sissel Grottenberg	Minerva	56	Oslo/Bi	02.06.1994
	9:47.74	Nina Hansteen	Minerva	58	Oslo/Bi	22.06.1993
	9:58.94	Jorunn Rekkedal	Ås IL	61	Oslo/Bi	12.07.2000
	10:17.39	Gine Salberg	Aurskog-Høland FIL	61	Sofiemyr	26.07.1998
	10:36.5	Randi Wolden	Haga IF	44	Lørenfallet	15.08.1981
	10:41.0	Pricilla Welch	IL Jutul	44	Oslo/Bi	24.09.1980
	10:43.8	Anne Berit Moe	Gjerdrum IL	49	Jessheim	15.08.1986
	10:55.5	Wendy Fjellstad	Ås IL	71	Ås	18.09.2006
	11:04.12	Marianne Opsahl	Ullensaker/Kisa IL	73	Oslo/Bi	19.05.2009
	11:11.6	Torunn Hasle Evensen	Sørum IL	50	Jessheim	21.08.1987
	11:18.50	Anne-Toril Garli	Ullensaker/Kisa IL	57	Jessheim	17.08.1992
	11:19.0	Bodil Thoresen	Raumnes & ÅrnesIL	48	Jessheim	22.08.1983
	11:20.3	Elin Mørk	Sørum IL	45	Lillehammer/Ss	20.08.1983
	11:24.5	Mette Olsen	Sørum IL	51	Trondheim/Le	29.07.1988
	11:25.5	Eva Blakkisrud	Ullensaker/Kisa IL	46	Jessheim	22.08.1983
	11:29.2	Turid Malmo Knutsen	Oppegård IL	50	Ås	17.06.1986
	11:34.81	Bente Tenold Holter	Ullensaker/Kisa IL	62	Jessheim	17.09.2001
	11:35.2	Hildur Aae	Ås IL	47	Drøbak/Se	28.06.1983
	11:35.75	Anne Myhr	Royal Sport	66	Stjørdal	01.08.2003
	11:41.4	Hanna Smith	Raumnes & ÅrnesIL	50	Jessheim	23.08.1989
	11:43.5	Kari Seem	Ullensaker/Kisa IL	54	Jessheim	24.08.1990
	11:45.6	Gerd Molstad	Gjerdrum IL	42	Steinkjer/Gu	25.07.1981
	11:50.3	Norunn Skildheim	Sørum IL	50	Jessheim	22.08.1988
	11:50.88	Rikke Lill Holund	Nittedal IL	62	Ravnanger	30.06.2000
40-44	10:02.13	Sharon Broadwell	Royal Sport	61	Oslo/La	01.06.2004
	10:23.5	Björg Moen	Sørum IL	47	Jessheim	22.08.1988
	10:24.98	Charlotta Legernes	IL Tyrving	62	Nadderud	17.06.2005
	10:50.3	Signe Strømme Wærp	Oppegård IL	46	Ski	14.08.1987
	11:05.28	Kari Natvig	Nittedal IL	57	Oslo/St	07.08.1998
	11:08.7	Anne Marie Moe	Gjerdrum IL	49	Jessheim	23.08.1989
	11:20.7	Amalija Leber	Lørenskog FIL	46	Jessheim	21.08.1987
	11:22.92	Randi A. Fosnæs	IL Tyrving	59	Bismo	03.08.2001
	11:23.2	Eva Blakkisrud	Ullensaker/Kisa IL	46	Lørenfallet	25.06.1987
	11:35.8	Svanhild Røiri	Lørenskog FIL	33	Jessheim	17.08.1985
	11:36.0	Solbjørg Aasheim	Sørum IL	46	Trondheim/Le	20.07.1988
	11:40.8	Hanna Smith	Raumnes & ÅrnesIL	50	Jessheim	15.08.1990
	11:41.5	Elin Mørk	Sørum IL	45	Lørenfallet	19.06.1986

11:45.5	Audhild Soot	Aurskog-Høland FIL	40	Jessheim	24.08.1981
11:47.04	Marianne Opsahl	Ullensaker/Kisa IL	73	Lillehammer/Ss	22.06.2013

Kvinner			103			
3000m						
40-44	11:47.3	Bodil Thoresen	Raumnes & Årnes IL	48	Jessheim	19.08.1988
	11:49.1	Norunn Skildheim	Ullensaker-Sørums Friidrett	50	Jessheim	24.08.1990
	11:50.8	Berit Ruud	Sørums IL	47	Trondheim/Le	24.08.1990
	11:55.8	Kerstin Johannessen	Sørums IL	45	Trondheim/Le	29.07.1988
45-49	10:36.91	Anna Margrethe Tråve	Royal Sport	55	Stjørdal	01.08.2003
	11:07.1	Björg Moen	Sørums IL	47	Jessheim	29.08.1994
	11:31.3	Svanhild Dybwad Røiri	Lørenskog FIL	33	Jessheim	21.08.1978
	11:39.1	Amalija Leber	Lørenskog FIL	46	Jessheim	18.08.1993
	11:53.3	Trine Bogstad Mangerud	Ullensaker/Kisa IL	51	Jessheim	14.08.2000
	11:58.20	Berit Ruud	Ullensaker/Kisa IL	47	Jessheim	17.08.1992
	12:00.6	Ragnhild Brænden	Nittedal IL	41	Jessheim	28.08.1988
	12:12.4	Laila Skibakk	Ullensaker/Kisa IL	40	Lørenfallet	13.08.1985
50-54	11:30.40	Trine Bogstad Mangerud	Ullensaker/Kisa IL	51	Oslo/Bi	01.07.2003
	12:13.4	Amalija Leber	Lørenskog FIL	46	Jessheim	14.08.2000
	13:08.9	Ragnhild Brænden	Nittedal IL	41	Jessheim	21.08.1991
	13:10.0	Eva Mathisen	Sørums IL	33	Jessheim	26.08.1983
	13:17.8	Marie Katrine Haug	Lørenskog FIL	30	Sandane	26.07.1980
	13:41.1	Inger Berntzen	Fet FIK	49	Lørenfallet	10.09.2002
55-59	13:43.0	Björg-Guri Kildahl	Fet FIK	49	Lørenfallet	05.09.2006
	14:13.7	Eva Mathisen	Sørums IL	33	Jessheim	23.08.1989
60-64	13:35.7	Kirsten Lien Skarsvåg	Gjerdrum IL	26	Jessheim	22.08.1988
	14:08.6	Björg-Guri Kildahl	Sørums IL	49	Lørenfallet	08.09.2009
	14:24.8	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Oslo/So	17.09.1995
	15:42.7	Marie Katrine Haug	Lørenskog FIL	30	Jessheim	24.08.1990
70-74	15:53.0	Signy Henden Rustlie	Lørenskog FIL	38	Lørenfallet	08.09.2009

Kvinner			104			
5000m						
35-39	16:52.26	Jorunn Rekkedal	Ås IL	61	Steinkjer/Gu	13.08.2000
	17:33.0	Gine Salberg	Aurskog-Høland FIL	61	Bjørkelangen	28.08.1996
	17:36.2	Björg Moen	Nittedal IL	47	Oslo/St	25.09.1985
	17:51.66	Nina Hansteen	Minerva	58	Athen, GRE	08.06.1994
	18:40.0	Randi Wolden	Haga IF	44	Rolvstrud	29.06.1982
	19:21.3	Signe Strømme Wærp	Kolbotn IL	46	Ås	09.10.1982
	19:30.44	Rigmor Arge	Ås IL	69	Ås	25.06.2007
	19:32.6	Eva Blakkisrud	Ullensaker/Kisa IL	46	Oslo/St	28.09.1983
	19:35.7	Inger Schiøll Børgesen	Fossum IF	46	København, DEN	30.07.1983
	19:40.96	Marianne Opsal	Ullensaker/Kisa IL	73	Oslo/Bi	30.06.2011
	19:54.2	Turid Malmo Knudsen	Oppegård IL	50	Ås	19.08.1986
	19:58.0	Mette Olsen	Sørum IL	51	Jessheim	03.09.1987
40-44	17:14.64	Sharon Broadwell	Royal Sport	61	Århus, DEN	28.07.2004
	18:08.42	Björg Moen	Ullensaker-Sørum Friidrett	47	Åbo, FIN	25.07.1991
	18:40.23	Charlotta Legernes	IL Tyrving	62	Västerås, SWE	10.07.2003
	18:43.9	Signe Strømme Wærp	Oppegård IL	46	Ås	19.08.1986
	19:05.2	Amilija Leber	Lørenskog FIL	46	Jessheim	03.09.1987
	19:58.7	Marit Buraas	Kolbotn IL	44	Ås	17.08.1984
	20:23.25	Linn Kristin Vibekken	Ullensaker/Kisa IL	81	Modum	25.06.2023
	20:24.2	Solbjørg Aasheim	Sørum IL	46	Trondheim/Le	30.07.1988
	20:29.2	Stine Cecilie Aarstad	Ås IL	74	Ås	08.10.2014
45-49	17:00.17	Jorunn Rekkedal	Ås IL	61	Ås	25.06.2008
	18:15.84	Anna Margrethe Tråve	Royal Sport	55	Stjørdal	03.08.2003
	18:48.9	Nina Hansteen	Royal Sport	58	Bjørkelangen	09.06.2003
	18:52.74	Björg Moen	Ullensaker/Kisa IL	47	Søgne	02.07.1992
	20:59.8	Stine Årstad	Ås IL	74	Ås	09.10.2019
	20:32.1	Ellen Ribe	Asker Skiklubb	55	Asker/Fø	24.09.2002
	21:06.0	Malin Lundvik	Ås IL	71	Ås	09.10.2019
	21:39.51	Stine Aarstad	Ås IL	74	Ås	07.10.2020
55-59	24:33.95	Marie Katrine Haug	Lørenskog FIL	30	Malmø, SWE	30.07.1986
60-64	23:13.80	Gro Reinhardt Aas	Nærsnes LK	60	Modum	25.06.2023
	28:37.6	Marie Katrine Haug	Lørenskog FIL	30	Rolvstrud	27.09.1990

Kvinner			105			
10000m						
35-39	35:03.52	Jorunn Rekkedal	Ås IL	61	Tønsberg/Gr	18.08.1996
	37:29.63	Nina Hansteen	Minerva	58	Oslo/Bi	30.09.1994
	39:58.83	Anne-Toril Garli	Ullensaker/Kisa IL	57	Søgne	28.06.1992
	42:08.5	Oddrun Rønning	Oppegård IL	49	Ski	17.09.1988
	42:58.99	Tone Fløttum	Fet FIK	78	Oslo/Bi	25.09.2021
40-44	36:53.02	Björg Moen	Sørum IL	47	Eugene, USA	29.07.1989
	40:01.08	Louise Skak	Romerike Ultraløper	76	Oslo/Bi	26.09.2020
45-49	35:08.32	Jorunn Rekkedal	Ås IL	61	Trondheim/St	18.07.2008
50-54	44:09.9	Trine Bogstad Mangerud	Ullensaker/Kisa IL	51	Oslo/Bi	30.07.2005

Kvinner			106			
Halvmaraton						
35-39	1:14:20	Sissel Grottenberg	Minerva	56	Brüssel, BEL	03.10.1993
	1:14:21	Anita Håkenstad <i>Evertsen</i>	IL Tyrving	68	Drammen	31.08.2003
	1:16:19	Jorunn Rekkedal	Ås IL	61	Oslo	02.09.2000
	1:20:14	Nina Hansteen	Minerva	58	Drammen	03.10.1993
	1:24:10	Elisabeth Gundersen	Minerva	57	Oslo	12.09.1992
	1:26:04	Hanne Cecilie Bolstad	Royal Sport	67	Drammen	31.08.2003
	1:26:22	Anette Foss Lia	Høvik IF	80	Holmestrand	11.04.2015
	1:26:31	Signe Strømme Wærp	Kolbotn IL	46	Oppegård	17.06.1984
	1:27:48	Rigmor R. Arge	Ås IL	69	Fredrikstad	06.04.2008
	1:27:50	Marianne Opsahl	Ullensaker/Kisa IL	74	Oslo	22.09.2012
	1:28:03	Louise Skak	Romerike Ultraløp	76	Fredrikstad	19.04.2015
	1:28:07	Randi Wolden	Haga IF	44	Haga	30.05.1981
	1:28:08	Barbro Lindkvam	Romerike Ultraløp	86	Oslo	18.09.2021
	1:28:34	Ninette Banoun	Royal Sport	64	Drammen	31.08.2003
	1:29:34	Torunn Hasle Evensen	Sørum IL	50	Drammen	06.10.1985
	1:29:57	Mary Elisabeth "Betty" Piene	Asker Skiklubb	54	Oslo	07.09.1991
	1:30:06	Lisbet Hellen Nielsen	Oppegård IL	56	Oslo	12.09.1992
	1:30:20	Alvhilde Dancke	Oppegård IL	57	Tønsberg	10.10.1992
	1:30:36	Kamilla Kleive	Høvik IF	63	Fredrikstad	11.04.1999
	1:31:03	Turid Malmo Knutsen	Oppegård IL	50	Oppegård	08.08.1986
	1:34:02	Anne Myhr	Royal Sport	66	Drammen	31.08.2003

40-44	1:17:28	Grethe Sandberg	Minerva	56	Drammen	04.10.1998
	1:21:10	Sharon Lynn Broadwell	Royal Sport	61	Fredrikstad	28.03.2004
	1:22:38	Jorunn Rekkedal	Ås IL	61	Fredrikstad	03.04.2005
	1:23:28	Marianne Hadler	Asker Skiklubb	51	Drammen	04.10.1992
	1:23:40	Signe Strømme Wærp	Oppegård IL	46	Oppegård	04.06.1989
	1:24:09	Karianne Løkken	IL Tyrving	71	Holmestrand	05.04.2014
	1:24:47	Silje Christiansen	IL Driv	75	Lørenskog	26.10.2019
	1:25:19	Bente Skari	Nittedal IL	72	Oslo	21.09.2013
	1:26:32	Louise Skak	Romerike Ultraløp	76	Drammen	03.09.2017
	1:26:46	Eva Blakkisrud	Ullensaker/Kisa IL	46	Drammen	04.10.1986
	1:27:12	Unni Langdalen Holm	Oppegård IL	44	Oppegård	08.06.1986
	1:27:39	Silje Gundersen	IL Driv	75	Lørenskog	27.10.2018
	1:28:15	Hanne Cecilie Bolstad	Royal Sport	67	Göteborg, SWE	17.05.2003
	1:28:51	Annica Hernes	Fossum IF	73	Växjö, SWE	01.05.2018

1:28:59	Tone Loge	IL Tyrving	51	Oslo	12.09.1992
1:29:09	Amalija Leber	Lørenskog FIL	46	Jølster	07.07.1990
1:29:34	Linn Kristin Vibekken	Ullensaker/Kisa IL	81	Jessheim	12.11.2023
1:30:33	Ellen Greppestad	Ås IL	64	Tromsø	21.06.2008
1:30:42	Torhild Garen	Høvik IF	57	Drammen	05.09.1997

Kvinner			107			
40-44	1:30:46	Bente Mariann Holter	Ullensaker/Kisa IL	62	Drammen	06.10.2002
	1:30:53	Oddrun Rønning	Oppegård IL	49	Oppegård	17.06.1990
	1:31:11	Ninette Banoun	Royal Sport	64	Drammen	04.09.2004
	1:31:32	Tone Fløttum	Fet FIK	78	Lørenskog	27.10.2018
	1:31:55	Kristine Gjelsvik Rønningen	Nittedal IL	70	Oslo	22.09.2012
	1:32:05	Ellen Helø	Ås IL	63	Tromsø	16.06.2007
	1:32:36	Therese Falk	Romerike Ultraløper	75	Drammen	28.03.2016
	1:32:52	Guro Skjeggerud	Romerike Ultraløper	73	Tromsø	09.01.2016
	1:32:58	Turid Frydenlund Sælid	Høvik IF	57	Drammen	04.10.1998
	1:33:17	Alvhilde Dancke	Oppegård IL	57	Oslo	13.09.1997
	1:33:56	Marianne Opsahl	Ullensaker/Kisa IL	73	Orlando, USA	23.01.2014

45-49	1:17:39	Grethe Sandberg	Minerva	56	Oslo	08.09.2001
	1:18.02	Jorunn Rekkedal	Ås IL	61	Fredrikstad	06.04.2008
	1:22:24	Anna Margrethe Tråve	Royal Sport	55	Drammen	31.08.2003
	1:26:56	Signe Strømme Wærp	Follo FIK	46	Oslo	08.09.1991
	1:27:06	Annica Hernes	Fossum IF	73	Drammen	02.09.2018
	1:25:27	Eva Schiefloe Birkeland	IL Tyrving	66	Oslo	22.09.2012
	1:27:45	Amalija Leber	Lørenskog FIL	46	Drammen	04.10.1992
	1:28:10	Silje Christiansen	IL Driv	75	Lørenskog	30.10.2021
	1:29:27	Marit Buraas	Oppegård IL	44	Moelv	07.09.1990
	1:29.45	Kjersti Moody	Romerike Ultraløper	74	Jessheim	03.01.2020
	1:30:05	Ellen Ribe	Asker Skiklubb	55	Drammen	31.08.2003
	1:32:49	Elin Hvergsholt	Høvik IF	59	Fredrikstad	20.04.2006
	1:32:59	Sissel Vien	Oppegård IL	59	Gjersjøen	18.06.2001
	1:33:29	Wenche Dørum	Royal Sport	54	Drammen	31.08.2003
	1:33:34	Berit Johannessen	Fossum IF	51	Oslo	14.09.1996
	1:34:14	Rita Steinsvik	Romerike Ultraløpe	74	Lørenskog	30.10.2021
	1:34:19	Trine Bogstad Mangerud	Ullensaker/Kisa IL	51	Drammen	05.10.2000
	1:35:15	Solbjørg Aasheim	Minerva	46	Drammen	30.09.1995
	1:35:36	Elsje de Pree	Oppegård IL	43	Oppegård	05.06.1988
	1:36:39	Marianne Moe	Fet FIK	68	Lørenskog	24.10.2015
	1:38:00	Kari Nielsen	Asker Skiklubb	59	Oslo	02.10.2005
	1:38.53	Kristin Moen	Lørenskog FIL	65	Lørenskog	27.10.2012
	1:38.59	Rikke Lill Holund	Nittedal IL	62	Bergen	18.10.2008
	1:39:03	Vibeke Kippe Nævdal	Fossum IF	70	Oslo	15.09.2018

1:39:42	Line Huka Mathisen	Ullensaker/Kisa IL	71	Oslo	16.09.2017
1:40:12	Bente Mariann Holter	Ullensaker/Kisa IL	62	Jessheim	16.11.2008
1:40:12	Ann-Louise Vålvannet	Ullensaker/Kisa IL	74	Jessheim	03.10.2020

Kvinner			108			
Halvmaraton						
50-54	1:30:01	Amalija Leber	Lørenskog FIL	46	Oslo	14.09.1996
	1:30:06	Trine Bogstad Mangerud	Ullensaker/Kisa IL	51	Drammen	31.08.2003
	1:31.25	Ingrid Aurdal	Fet IL	73	Oslo	16.09.2023
	1:32:46	Signe Strømme Wærp	Oppegård IL	45	Oslo	13.09.1997
	1:34:17	Ina Strømstad	Fossum IF	67	Holmestrand	06.04.2019
	1:34:26	Wenche Dørum	Royal Sport	54	Ski	29.08.2004
	1:35:48	Solbjørg Aasheim	Minerva	46	Oslo	14.09.1996
	1:36.10	Gro Reinhardt Aas	Asker Skiklubb	60	Oslo	22.09.2012
	1:36.16	Elin Drangsholt	Høvik IF	59	Oslo	22.09.2012
	1:37:10	Randi Michelsen	Oppegård IL	42	Drammen	03.10.1993

50-54	1:39:18	Marie Katrine Haug	Lørenskog FIL	30	Haga	28.05.1983
	1:40:31	Kristin Moen	Lørenskog FIL	65	Lørenskog	28.10.2017
	1:41.06	Heidi Boberg	Asker Skiklubb	63	Oslo	21.09.2013
	1:41:25	Oddrun Rønning	Oppegård IL	49	Oslo	02.09.2000
	1:42:29	Marianne Moe	Romerike Ultraløper	68	Oslo	21.09.2019
	1:43:36	Turid Malmo Knutsen	Oppegård IL	50	Drammen	31.08.2003
	1:43:58	Kerstin Lodding	Minerva	45	Drammen	05.10.1997
	1:44:46	Tove Vidje	Fossum IF	61	Oslo	15.09.2018
	1:46:01	Elisabeth De Lange	IL Jutul	67	Oslo	21.09.2010
	1:46:31	Gerd Molstad	Minerva	42	Drammen	30.09.1995
	1:47:29	Björg-Guri Kildahl	Fet FIK	49	Sørum	14.10.2000
	1:47:41	Clara Skålhegg	Romerike Ultraløper	68	Jessheim	18.11.2018
	1:48:03	Elisabeth Nes	Heggedal IL	67	Lørenskog	28.10.2017
	1.48:50	Anne Woldmo	Romerike Ultraløper	71	Oslo	18.09.2021

Kvinner			109			
Halvmaraton						
55-59	1:29:36	Jorunn Rekkedal	Ås IL	61	Göteborg, SWE	18.05.2019
	1:34:12	Trine Bogstad Mangerud	Ullensaker/Kisa IL	51	Oslo	30.09.2007
	1:37:00	Gro Reinholdt Aas	Asker Skiklubb	60	Jessheim	18.11.2018
	1:38:21	Marit Ødegaard	Haga IF	39	Oslo	12.09.1998
	1:39:35	Signe Strømme Wærp	Oppegård IL	46	Oslo	08.09.2001
	1:41:52	Liv Stefferud	Minerva	35	Drammen	04.10.1992
	1:44:00	Amalija Leber	Lørenskog FIL	46	Jessheim	16.11.2003
	1:44:28	Turid Malmo Knutsen	Oppegård IL	50	Svinesund	11.06.2005
	1:45:16	Nina Faye Eriksen	Fossum IF	62	Oslo	15.09.2018
	1:46:38	Ingvill Stedøy-Johansen	Romerike Ultraløper	57	Lørenskog	26.10.2013
	1:47:51	Kristin Isachsen	Asker Skiklubb	56	Lørenskog	26.10.2013
	1:49:08	Liv Bækken	Heggedal IL	44	Drammen	03.10.1999
	1:49:29	Inger-Marie Vinje	Romerike Ultraløper	56	Oslo	21.09.2013
	1:49:42	Rydy Marie Semb	Ski IL	72	Jessheim	12.11.2023
	1:51:24	Liv Thürmer Johnsen	Asker Skiklubb	39	Drammen	30.09.1996
	1:53:48	Heidi Elise Rustad	Høvik IF	61	Oslo	21.09.2019
	1:54:53	Elin Birketveit	Høvik IF	64	Oso	21.09.2019
	1:55:51	Ellen Bø Kippersund	IL Jutul	56	Oslo	21.09.2013
	1:56:26	Ellen Johanne Husa	Ullensaker/Kisa IL	51	Lørenskog	01.11.2008
	1:57:43	Anne-Brit Strandset	Romerike Ultraløper	59	Oslo	15.09.2018
	1:58:42	Vera Hattestad	Asker Skiklubb	35	Drammen	07.10.1990
	1:59:36	Marie Katrine Haug	Lørenskog FIL	30	Skotterud	14.06.1987
	2:00:19	Inger Johanne Steinkjer	Romerike Ultraløper	63	Jessheim	18.11.2018
	2:01:14	Solveig Sørensen	IL Jutul	60	Lørenskog	28.10.2017
	2:06:11	Astrid Ringnes	Åsen IL	45	Oslo	08.08.2001
	2:09:12	May Irene Mikaelson	IL Driv	46	Oslo	03.10.2004

Kvinner			110			
Halvmaraton						
60-64	1:43:51	Marit Ødegaard	Haga IF	39	Oslo	04.09.1999
	1:45:42	Karin Nord	IL Jutul	54	Oslo	15.09.2018
	1:47:42	Anne Axelsen	Fossum IF	40	Drammen	01.10.2000
	1:48:33	Anne-Britt Strandset	Romerike Ultraløper	59	Oslo	18.09.2021
	1:52:20	Ellen Bø Kippersund	IL Jutul	56	Jessheim	19.11.2017
	1:52:28	Toril Christiansen	Høvik IF	53	Oslo	21.09.2013
	1:54:29	Kristin Isachsen	Asker Skiklubb	56	Oslo	15.09.2018
	1:55:45	Marit Austgulen	Fet FIK	57	Oslo	15-09-2018
	1:56:22	Torunn Tofeng	Romerike Runners	63	Jessheim	12.11.2023
	1:56:29	Toril Berglund	Høvik IF	57	Lørenskog	28.10.2017
	1:58:18	Rita Hellesjø Orderud	Sørumsand IF	58	Oslo	15.09.2018
	1:58:46	Marianne Følling	Romerike Ultraløper	62	Jessheim	12.11.2023
	2:00:09	Ellen Ba Kippersund	Bærums Verk IF	56	Jessheim	18.11.2018
	2:02:39	Elisabeth Skaret	Lørenskog FIL	57	Lørenskog	28.10.2017
	2:23:36	Elisabeth Gløersen	IL Driv	41	Oslo	08.09.2001
65-69	1:45:58	Kristin Isachsen	Asker Skiklubb	56	Oslo	18.09.2021
	1:48:33	Turid Gylterud	IL Jutul	52	Oslo	15.09.2018
	1:55:13	Karin Nord	IL Jutul	54	Oslo	21.09.2019
	1:56:44	Anne Marit Brunvoll	IL Jutul	52	Oslo	15.09.2018
	1:57:55	Marit Kristiansen	Romerike Ultraløper	50	Oslo	15.09.2018
	2:08:56	Inger Aamodt Berg	Høvik IF	53	Oslo	15.09.2018
	2:18:44	Signy Henden Rustlie	Lørenskog FIL	38	Kodal	26.08.2006
70-74	1:57:28	Ingunn Ytrehus	Romerike Ultraløper	51	Oslo	18.09.2021
	2:12:37	Kirsten Lien Skarsvåg	Gjerdrum IL	26	Jessheim	16.11.1997
	2:16:23	Tove Ulrikke Andersen	Lørenskog FIL	38	Lørenskog	29.10.2011
	2:21:09	Signy Henden Rustlie	Lørenskog FIL	38	Jessheim	21.11.2010
	2:37:40	Else Husa	Ullensaker/Kisa IL	51	Jessheim	02.10.2021
75-79	2:35:23	Signy Henden Rustlie	Lørenskog FIL	38	Lørenskog	26.10.2013
80-84	2:35:23	Signy Henden Rustlie	Lørenskog FIL	38	Lørenskog	27.10.2018

Kvinner			111			
Maraton						
35-39	2:36:17	Sissel Grottenberg	Minerva	56	Wien, AUT	10.04.1994
	2:41:41	Jorunn Rekkedal	Ås IL	61	Stockholm, SWE	07.06.1997
	2:58:25	Signe Strømme Wærp	Kolbotn IL	46	Oslo	31.08.1985
	3:06:30	Randi Wolden	Haga IF	44	London, GBR	09.05.1982
	3:08:08	Berbro Lindkvam	Romerike Ultraløper	82	Feiring	17.10.2021
	3:08:33	Louise Skak	Romerike Ultraløper	76	Trondheim	05.09.2015
	3:09:09	Rigmor N. Arge	Ås IL	69	København, DEN	18.05.2008
	3:09:59	Marit Medhus	Kolbotn IL	44	Hamar	19.09.1982
	3:10:22	Eva Blakkisrud	Ullensaker/Kisa IL	46	Paris, FRA	12.05.1984
	3:10:40	Anita Håkenstad	IL Tyrving	68	Stockholm,SWE	03.07.2005
	3:12:33	Turid Malmo Knutsen	Oppegård IL	50	Drammen	04.10.1992
	3:14:26	Kamilla Kleive Tobiasen	Høvik IF	57	Drammen	04.10.1998
	3:15:10	Alvhilde Dancke	Oppegård IL	57	Tromsø	02.07.1994
	3:17:15	Jane Kleveland Moe	Vestby IL	47	Drammen	06.10.1985
	3:17:17	Norunn Skildheim	Sørum IL	50	Jølster	14.07.1985
	3:17:20	Kjellaug Skaar	IL Tyrving	54	Oslo	09.09.1989
	3:19:37	Oddrun Rønning	Oppegård IL	49	Drammen	04.10.1992
	3:20:48	Betty Piene	Asker Skiklubb	54	Drammen	06.10.1991
	3:21:02	Anne Marie Frydenlund	Borgen IL	49	London, GBR	13.05.1984
	3:22:04	Wendy Fjellstad	Ås IL	71	Tromsø	17.06.2006
	3:22:28	Therese Falk	Romerike Ultraløper	75	Stockholm, SWE	30.05.2015
	3:22:47	Åse Fløystad	Ås IL	46	Drammen	07.10.1984
	3:24:07	Heidi Grønvoll	Romerike Ultraløper	83	Oslo/Bi	17-+2-2018
	3:24:50	Marianne Mowe	Nesodden IF	55	Oslo	07.09.1991
	3:26:17	Pricilla Welch	IL Jutul	44	Stockholm, SWE	05.08.1979
	3:26:18	Marianne Sandvik	IL Tyrving	75	Praha, CZE	09.05.2010
	3:27:08	Rita Steinsvik	Romerike Ultraløp	73	Berlin, GER	27.09.2015
	3:28:10	Ranghild Næss	Lørenskog FIL	57	Paris, FRA	24.04.1994
	3:28:31	Kristine Rønningen	Nittedal IL	73	Oslo	15.09.2018
	3:28:45	Annema Brunvoll	IL Jutul	52	Oslo	08.09.1990
40-44	2:53:02	Björg Moen	Sørum IL	47	Hamburg, GER	24.08.1988
	2:53:40	Marianne Hadler	Asker Skiklubb	52	London, GBR	02.04.1995
	2:57:41	Sharon Lynn Broadwell	Royal Sport	61	Oslo	03.10.2004

3:00:30	Signe Strømme Wærp	Oppegård IL	46	Drammen	02.10.1988
3:01:03	Annica Hernes	Fossum IF	73	Berlin, GER	24.09.2017
3:01:43	Therese Falk	Romerike Ultraløper	75	Paris, FRA	16.02.2019
3:01:48	Louise Skak	Romerike Ultraløper	76	Hamburg, GER	17.04.2016
3:05:15	Eva Blakkisrud	Ullensaker/Kisa IL	46	Oslo	13.09.1986
3:07:52	Ellen Ribe	Asker Skiklubb	55	Oslo	14.09.1996
3:08.37	Karianne Løkken	IL Tyrving	71	Tromsø	27.06.2015

Kvinner			112			
Maraton						
40-44	3:11:06	Linn-Kristin Vibekken	Ullensaker/Kisa IL	81	Valencia	03.12.2023
	3:11:39	Marit Buraas	Oppegård IL	44	Stockholm, SWE	02.06.1984
	3:11:51	Bente Skari	Nittedal IL	72	New York, USA	03.11.2013
	3:11:54	Jane Kleveland Moe	Vestby IL	47	Drammen	04.10.1987
	3:11:57	Britt Elin Øiestad	IL Tyrving	75	Chicago, USA	08.10.2023
	3:12:33	Turid Malmo Knutsen	Oppegård IL	50	Drammen	04.10.1992
	3:14:45	Guro Skjeggerud	Romerike Ultraløper	73	Oslo/Bi	20.02.2016
	3:15:44	Unni Langdalen Holm	Oppegård IL	44	Drammen	04.10.1986
	3:19:37	Oddrun Rønning	Oppegård IL	49	Drammen	04.10.1992
	3:21:06	Ellen Ribe	Asker Skiklubb	55	Oslo	12.09.1998
	3:22:08	Ninette Banoun	Royal Sport	64	Oslo	03.10.2004
	3:22:55	Elin Mørk	Sørum IL	45	Malmö, SWE	02.08.1986
	3:23:08	Anne Marie Frydenlund	Ullensaker/Kisa IL	49	Kristiansand	24.06.2007
	3:23:31	Eva Hansen Mathisen	Bærums Verk IF	43	Drammen	07.10.1984
	3:23:55	Tina Botten	Høvik IF	64	Amsterdam, NED	21.10.2007
	3:26:33	Rita Steinsvik	Romerike Ultraløper	73	Drammen	17.04.2017
	3:27:07	Dagny Stave Larssen	Norges Landbrukshøgskole	47	Oslo	03.09.1988
	3:28:29	Norunn Skildheim	Ullensaker-Sørum Friidrett	50	Oslo	08.09.1990
	3:28.49	Mette KristensenWiig	Asker Skiklubb	67	Oslo	26.09.2010
	3:29:00	Cathrine Walle	Romerike Ultraløper	78	Holmestrand	07.04.2018
45-49	2:55:44	Annica Hernes	Fossum IF	73	Berlin, GER	16.09.2018
	3:08:21	Signe Strømme Wærp	Follo FIK	46	Helsingfors, FIN	10.08.1991
	3:08:43	Eva Schiefloe Birkeland	IL Tyrving	66	Tromsø	30.06.2012
	3:09:14	Marit Buraas	Oppegård IL	44	Berlin, GER	01.10.1989
	3:09:27	Amalija Leber	Lørenskog FIL	46	Berlin, GER	26.09.1993
	3:09:45	Therese Falk	Romerike Ultraløper	75	Drammen	27.09.2020
	3:12:02	Line S. Caliskonen	Romerike Ultraløper	72	Oslo	21.09.2019
	3:17.25	Cathrine Holme	Romerike Ultraløper	69	Holmestrand	05.04.2014
	3:18:13	Line Caliskaner	Romerike Ultraløper	72	Oslo	16.09.2018
	3:19:11	Rita Steinsvik	Romerike Ultraløper	73	Berlin, GER	26.09.2021
	3:19:42	Elin Rivrud Drangsholt	Høvik IF	59	London, GBR	06.11.2005

3:22:07	Lina Anchersen	Høvik IF	40	London, GBR	30.05.1987
3:22:56	Janice Bråthe	Follo Løpeklubb	72	Stavanger	30.08.2020
3:25:58	Solbjørg Aasheim	Minerva	46	Tromsø	10.07.1995
3:27:16	Tina Botten	Høvik IF	64	Amsterdam, NED	16.10.2011
3:27:52	Monica Strand	Romerike Ultraløper	67	Roma, ITA	23.03.2014
3:28:31	Kristine Rønningen	Nittedal IL	73	Oslo	15.09.2018
3:30:22	Ellen Ribe	Asker Skiklubb	55	Oslo/No	28.06.2003
3:32:34	Hilde Johansen	Romerike Ultraløper	73	Breganz, AUT	04.10.2015
3:32:43	Karin Pedersen	Åsen IL	49	Oslo	09.09.1995

Kvinner			113			
Maraton						
45-49	3:33:21	Wenche Dørum	Royal Sport	54	Stockholm, SWE	14.06.2003
	3:35:06	Turid Malmo Knutsen	Oppegård IL	50	Drammen	30.09.1995
	3:35:43	Bente Mariann Holter	Ullensaker/Kisa IL	62	Oslo	30.09.2007
	3:36:04	Marie Katrine Haug	Lørenskog FIL	30	Haga	26.05.1979
	3:36:19	Marianne Moe	Romerike Ultraløper	68	Jessheim	19.11.2017
	3:36:58	Jannecke Mellin Olsen	Fossum IF	57	Oslo	01.10.2006
	3:37:03	Jane Kleveland Moe	Vestby IL	47	Oslo	14.09.1996
	3:37:31	Mette Wiig	Asker Skiklubb	67	Oslo	21.09.2013
	3:37:59	Trine Bogstad Mangerud	Ullensaker/Kisa IL	51	Jessheim	16.11.1997
	3:42:53	Anne Lise Kafle	Asker Skiklubb	67	Oslo	20.09.2014
50-54	3:09:40	Ninette Banoun	Romerike Ultraløper	64	Oslo/Bi	17.02.2018
	3:18:50	Amalija Leber	Lørenskog FIL	46	Berlin, GER	29.09.1996
	3:18:52	Janice Bråthe	Follo Løpeklubb	72	Berlin, GER	25.09.2022
	3:20:42	Ine Strømstad	Fossum IF	67	London, GBR	28.04.2019
	3:20:43	Ingvild Aurdal	Fet IL	73	Oslo	16.09.2023
	3:23:15	Marianne Følling	Romerike Ultraløper	62	Jessheim	17.11.2013
	3:27:25	Elin Drangsholt	Høvik IF	59	Amsterdam, NED	16.10.2011
	3:27:37	Wenche Dørum	Royal Sport	54	Oslo	03.10.2004
	3:29:01	Solbjørg Aasheim	Minerva	46	Praha, CZE	24.05.1998
	3:29:43	Ingrunn Alseth	IL Tyrving	65	Oslo	16.09.2017
	3:33:21	Signe Strømme Wærp	Oppegård IL	46	Vestby-Oslo	19.05.1996
	3:33:31	Inga Linnerud	Høvik IF	40	Drammen	04.10.1992
	3:36:00	Karin Pedersen	Åsen IL	44	Oslo	13.09.1997
	3:36:07	Jannicke Mellin-Olsen	Fossum IF	57	København, DEN	24.05.2009
	3:38:23	Reidun Prydz	Fossum IF	34	London, GBR	21.04.1985
	3:39:09	Randi Michelsen	Oppegård IL	42	New York, USA	14.11.1993
	3:42:27	Toril Gylterud	IL Jutul	52	Oslo	03.10.2004
	3:43:49	Marie Katrine Haug	Lørenskog FIL	30	Lillesand	26.04.1980
	3:46:51	Trine Bogstad Mangerud	Ullensaker/Kisa IL	51	Drammen	07.10.2001
	3:48:29	Kristin Isachsen	Asker Skiklubb	56	Oslo	26.09.2010

	3:50:25	Wendy Fjellstad	Ås IL	71	Jessheim	12.11.2023
	3:52:14	Turid Malmo Knutsen	Oppegård IL	50	Ski	05.10.2003
	3:55:45	Evelyn Haga	Asker Skiklubb	44	Oslo	04.09.1999
55-59	3:20:38	Kari Øiseth	Asker Skiklubb	44	Oslo	04.09.1999
	3:21:00	Ninette Banoun	Romerike Ultraløper	64	Barcelona, ESP	10.03.2019
	3:24:58	Elin Drangsholt	Høvik IF	59	Budapest, HUN	11.10.2015
	3:26:04	Gro Reinholdt Aas	Asker Skiklubb	60	Barcelona, ESP	15.03.2015
	3:26:31	Elin Drangsholt	Høvik IF	59	Barcelona, ESP	15.03.2015
	3:39.02	Kristin Isachsen	Asker Skiklubb	56	Oslo	22.09.2012
	3:39:51	Ingvill Stedøy-Johansen	Romerike Ultraløper	57	Jessheim	17.11.2013
	3:55:45	Evelyn Haga	Asker Skiklubb	44	Oslo	04.09.1999
	4:21:53	Björg Kildahl	Fet FIK	49	Oslo	18.06.2005
Kvinner			114			
Maraton						
60-64	3:35:10	Kristin Isachsen	Asker Skiklubb	56	Oslo	21.09.2019
	3:42:24	Gro Reinhardt Aas	Asker Skiklubb	60	Chicaho, USA	08.10.2023
	4:02.07	Toril Gylterud	IL Jutul	52	Oslo	21.09.2013
	4:57:22	Signy Henden Rustlie	Lørenskog FIL	38	Ski	05.10.2003
65-69	4:30:33	Ingunn Ytrehus	Romerike Ultraløper	50	Jessheim	18.11.2018
	4:52:03	Signy Henden Rustlie	Lørenskog FIL	38	Ski	05.03.2003
75-79	5:17:56	Signy Henden Rustlie	Lørenskog FIL	38	Lyon, FRA	16.08.2015
80-83	5:48:08	Signy Henden Rustlie	Lørenskog FIL	38	Jessheim	18.11.2018

Kvinner			115			
3000m gang bane						
45-49	14:42.25	Sigrun Sangvik	Royal Sport	57	Stjørdal	02.08.2003

5000m gang bane						
45-49	26:12.63	Sigrun Sangvik	Royal Sport	57	Randers, DEN	26.07.2004

10000m gang bane						
45-49	55:04.5	Sigrun Sangvik	Royal Sport	57	Bergen/Fa	02.07.2004

10km gang vei						
45-49	53:28	Sigrun Sangvik	Royal Sport	57	Eskilstuna, SWE	15.05.2004

20km gang vei						
45-49	1:53:40	Sigrun Sangvik	Royal Sport	57	Søfteland	23.03.2003

Kvinner			116			
80m hekk 76.2 E						
45-49	15.83	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Bjørneborg, FIN	01.08.1987
55-59	15.99	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Eugene, USA	27.07.1989
	17.91	Bodil Byhre	Fossum IF	28	Puerto Rico,PUR	03.09.1983
60-64	16.77	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Malmö, SWE	20.07.1996
65-69	17.86	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Oslo/St	08.08.1998
70-74	18.39	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Carolina, PUR	11.07.2003

80m hekk 76.2 M Komplettering til E						
45-49	14.7	Inger Lise Sundheim	Ullensaker/Kisa IL	55	Oslo/St	05.06.2000
	18.6	Berit Røger	Holmen IF	34	Helsingfors, FIN	10.08.1980
50-54	17.6	Unni Sæther	IL Tyrving	32	Oslo/La	21.09.1985
	20.0	Berit Røger	Holmen IF	34	Brighton, GBR	21.08.1984
55-59	15.3	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Trondheim/Le	30.07.1988
65-69	17.3	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Oslo/St	31.05.1999

300m hekk 76.2 E						
55-59	61.06	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Glostrup, DEN	28.06.1991
60-64	61.16	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Miyazaki, JAP	13.10.1993
65-69	65.74	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Gateshead, GBR	01.08.1999

300m hekk 68.6 E						
65-69	69.55	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Jyväskylä, FIN	08.07.2000
70-74	71.67	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Carolina, PUR	05.07.1903

3000m hinder 76.2 cm						
-----------------------------	--	--	--	--	--	--

45-49	14:56.44	Claire Phythian	Hurdal IL	73	Jessheim	19.06.2018
--------------	----------	-----------------	-----------	----	----------	------------

Kvinner			117			
Høyde						
35-39	1.48	Inger Lise Sundheim	Ullensaker/Kisa IL	55	Oslo/La	23.08.1994
	1.37	Sissel Falck-Jørgensen	Kolbotn IL	40	Drøbak/Se	23.08.1978
	1.28	Liv Lorentzen	Kolbotn IL	39	Ski	03.08.1977
	1.28	Bente Moe Ruud	Oppegård IL	52	Ski	14.08.1987
	1.27	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Asker/Fø	21.03.1993
40-44	1.48	Inger Lise Sundheim	Ullensaker/Kisa IL	55	Oslo/So	15.09.1996
	1.30	Liv Lorentzen	Kolbotn IL	39	Sandane	26.07.1980
45-49	1.45	Inger Lise Sundheim	Ullensaker/Kisa IL	55	Jessheim	18.08.2001
	1.37	Berit Røger	Holmen IF	34	Elverum	05.09.1981
	1.30	Anne Schiøtz Berentzen	Oppegård IL	41	Ås	17.06.1986
	1.15	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Tårnby, DEN	09.08.2005
50-54	1.50	Helen Røstad-Tollefsen	IL Tyrving	64	Ski	10.06.2015
	1.41	Inger Lise Sundheim	Ullensaker/Kisa IL	55	Trondheim/St	26.08.2006
	1.27	Berit Røger	Holmen IF	34	Brighton, GBR	21.08.1984
	1.27	Unni Sæther	IL Tyrving	32	Brighton, GBR	21.08.1984
	1.20	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Fana	28.07.1984
	1.20	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Holbæk, DEN	03.06.2007
	1.15	Bodil Byhre	Fossum IF	28	Sandvika/Ka	04.10.1980
	1,10	Bente Minker	Ski IL	69	Ski	29.05.2019
55-59	1.25	Inger Lise Sundheim	Ullensaker7Kisa IL	55	Oslo/Bi	01.09.2012
	1.25	Bente Festøy	IL Tyrving	61	Ski	07.06.2017
	1.20	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Verona, ITA	27.06.1988
	1.14	Margot Haave	IL Tyrving	53	Drammen/Ma	26.08.2011
	1.07	Bodil Byhre	Fossum IF	28	Puerto Rico, PUR	22.09.1983
60-64	1.17	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Athen, GRE	09.06.1994
	1.05	Margot Haave	IL Tyrving	53	Ski	05.06.2013

65-69	1.25	Inger Lise Sundheim	Ullensaker/Kisa IL	55	Oslo/St	31.05.2022
	1.13	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Oslo/So	13.06.1998
70-74	1.03	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Carolina, PUR	02.07.2003
75-79	0.94	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Ljubeljana, SLO	30.07.2008

Stav						
45-49	2.00	Marianne Weidemann	Nittedal IL	69	Nittedal	05.10.2014

Kvinner			118			
Lengde						
35-39	5.34	Berit Berthelsen	IL Tyrving	44	Oslo/St	02.10.1980
	5.29	Randi Nymoen	Strømmen IF	68	Porsgrunn/Kj	14.06.2005
	5.22	Sissel Falck-Jørgensen	Kolbotn IL	40	Oslo/St	07.10.1978
	4.75	Inger Lise Sundheim	Ullensaker/Kisa IL	55	Stord	05.08.1994
	4.30	Signe Selvik	IL Tyrving	30	Sandvika/Ka	16.09.1969
	4.28	Britt Skaret	Haga IF	45	Lørenfallet	25.06.1983
40-44	5.32	Sissel Falck-Jørgensen	Kolbotn IL	40	Strasbourg, FRA	15.07.1982
	5.22	Randi Nymoen	Strømmen IF	68	Oslo/Bi	21.08.2008
	4.60	Lene Berger	IL Tyrving	81	Modum	24.06.2023
	4.57	Signe Selvik	IL Tyrving	30	Sandvika/Ka	17.08.1970
	4.46	Kari Kamstrup Hovind	Ullensaker/Kisa IL	56	Jessheim	02.06.1996
	4.32	Ranghild Hals	IL Tyrving	34	Sofiemyr	11.09.1976
	4.30	Jill Gaustad	Ski IL	69	Oslo/Bi	14.07.2011
	3.94	Birgitte Storvik	Nittedal IL	68	Nittedal	10.09.2011
45-49	4.72	Sissel Falck-Jørgensen	Kolbotn IL	40	Mo i Rana	21.07.1985
	4.68	Inger Lise Sundheim	Ullensaker/Kisa IL	55	Ravnanger	30.06.2000
	4.46	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Oslo/Bi	26.09.1981
	3.89	Anne Schiøtz Berentsen	Oppegård IL	41	Ås	17.06.1986
	3.77	Berit Røger	Holmen IF	34	Elverum	06.09.1981
	3.75	Rigmor Munthe-Kaas	IL Tyrving	23	Sandvika/Ka	17.08.1970
50-54	4.57	Signe Selvik	IL Tyrving	20	Sandvika/Ka	17.08.1970
	4.38	Inger Lise Sundheim	Ullensaker/Kisa IL	55	Gjøvik	26.08.2006
	4.26	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Fana	29.07.1984
	3.77	Helen Røstad Tollefsen	IL Tyrving	64	Geithus	13.08.2016
	3.76	Unni Sæther	IL Tyrving	32	Sandvika/Ka	02.06.1984
	3.71	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Holbæk, DEN	03.06.2007
	3.67	Berit Røger	Holmen IF	34	Brighton, GBR	24.08.1984

	3.40	Bodil Byhre	Fossum IF	28	Oslo/Bi	26.09.1981
55-59	4.13	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Eugene, USA	29.07.1989
	3.60	Bodil Byhre	Fossum IF	28	Puerto Rico, PUR	25.09.1983
60-64	4.02	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Athen, GRE	06.09.1994
65-69	3.64	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Bellona, ITA	13.09.1998
	3.21	IOnger Lise Sundheim	Ullensaker/Kisa IL	55	Modum	24.06.2023
70-74	3.01	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Oslo/So	06.09.2003
75-79	2.32	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Ljubeljana, SLO	30.07.2008

Kvinner			119			
Tresteg						
40-44	9.64	Inger Lise Sundheim	Ullensaker/Kisa IL	55	Lillehammer/Ss	17.08.1997
45-49	9.18	Inger Lise Sundheim	Ullensaker/Kisa IL	55	Oslo/St	05.06.2000
50-54	7.30	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Huddinge, SWE	28.06.2009
55-59	8.74	Unni Sæther	Fossum IF	32	Eugene, USA	01.08.1989
	8.40	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Larvik/Lo	02.07.1989
60-64	8.50	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Miyazaki, JAP	13.10.1993
65-69	7.80	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Oslo/St	09.08.1998
70-74	6.97	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Oslo/St	04.08.2003
75-79	4.76	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Moss/Me	23.08.2009

Lengde uten tilløp						
45-49	2.10	Kristine Rogstad	Ås IL	69	Ski	21.09.2016

Kvinner			120			
Kule 4						
35-39	12.56	Else Opsahl	Ullensaker/Kisa IL	32	Ottestad	06.10.1968
	11.42	Anne Brit Holm	Lørenskog FIL	53	Strømmen	11.05.1988
	11.40	Grethe Norbye	IL Tyrving	67	Nadderud	11.06.2004
	10.36	Kristin Brathagen	Heggedal FIK	82	Geithus	21.06.2019
	10.23	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Bjørkelangen	08.08.1992
	9.18	Elin Svennevik	Siggerud IL	60	Søre Trysil	22.08.1998
	9.15	Kristine Rogstad	Ås IL	69	Ås	25.06.2008
	8.64	Anne Berit Skoghus	Ski IL	44	Ski	29.06.1981
	8.35	Lene Berger	IL Tyrving	81	Nadderud	01.09.2016
40-44	10.66	Grethe Norbye	IL Tyrving	67	Asker/Fø	30.09.2007
	10.00	Astrid Willersrud	Ullensaker/Kisa IL	42	Årnes	07.08.1985
	9.70	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Asker/Fø	14.09.2000
	8.96	Kari Kamstrup Hovind	Ullensaker/Kisa IL	56	Jessheim	25.06.1996
	8.95	Randi Nymoen	Strømmen IF	68	Lillestrøm	12.09.2009
	8.87	Kristine Rogstad	Ås IL	69	Ski	19.06.2013
	8.73	Signe Selvik	IL Tyrving	30	Sandvika/Ka	17.08.1970
	8.40	Ragnhild Hals	IL Tyrving	34	Sofiemyr	11.09.1976
	8.39	Elin Svennevik	Siggerud IL	60	Moss/Me	17.09.2003
	8.28	Hedvig Larsson	Strømmen IF	05	Lillestrøm/Vi	23.06.1946
	8.26	Bodil Bache	IL Tyrving	62	Nadderud	09.10.2005
	8.11	Berit Sylstad	Nittedal IL	66	Nittedal	13.09.2008
45-49	10.44	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Tårnby, DEN	12.05.2006
	8.89	Kristine Rogstad	Ås IL	69	Heggedal/Ka	05.07.2014
	8.73	Berit Røger	Holmen IF	34	Spikkestad	18.09.1992
	8.49	Aase Myhrer	Strømmen IF	28	Sofiemyr	11.09.1976
	8.42	Gro Berger Lappegaard	Nittedal IL	69	Nittedal	02.05.2016
	8.39	Eva Lise Jorde	Asker Skiklubb	39	Oslo/La	25.09.1984
	8.31	Beathe Nordås	Romerike Friidrett	68	Lillestrøm	20.09.2014

	8.16	Ragnhild Hals	IL Tyrving	34	Spikkestad	10.08.1980
	8.13	Pia Katarina Halvorsen	Oppegård IL	74	Ski	12.06.2019
	7.73	Bente Forberg	Romerike Friidrett	67	Lillestrøm	20.09.2014
	7.66	Bente Marie Minker	Ski IL	69	Nittedal	22.09.2018
	7.66	Meike Hesselink	Nittedal IL	77	Nittedal	05.09.2022
	7.65	Berit Sylstad	Nittedal IL	66	Nittedal	10.09.2011
	7.64	Birgitte Storvik	Nittedal IL	66	Nittedal	10.09.2011
	7.61	Wenche Dørum	Royal Sport	54	Ski	18.08.2003
	7.60	Carhrine Dammen	Romerike Friidrett	66	Lillestrøm	20.09.2014
50-54	10.41	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Ballerup, DEN	11.05.2008
	8.73	Signe Selvik	IL Tyrving	20	Sandvika/Ka	17.08.1970
	8.67	Astrid Willersrud	Ullensaker/Kisa IL	42	Jessheim	20.08.1996
	8.65	Kristine Rogstad	Ås IL	69	Ås	03.06.2019
	8.29	Margot Haave	IL Tyrving	53	Nadderud	10.10.2004
	7.85	Bente Minker	Ski IL	69	Asker/Fø	08.06.2019
	7.36	Bodil Hestmann	Bærums Sportsklubb	28	Spikkestad	20.08.1987
Kvinner			121			
Kule 4						
55-59	8.19	Astrid Willersrud	Ullensaker/Kisa IL	42	Jessheim	24.08.1998
	8.12	Margot Haave	IL Tyrving	53	Nadderud	01.06.2010

Kule 3						
50-54	11.94	Mari Kjølberg	Romerike Friidrett	72	Oslo/St	20.09.2022
	11.77	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Hillerød, DEN	20.05.2008
	10.47	Astrid Willersrud	Ullensaker/Kisa IL	42	Bjørkelangen	08.08.1992
	10.43	Marie Nerdrum	Asker Skiklubb	66	Knarvik	23.06.2017
	9.67	Kristine Rogstad	Ås IL	69	Ski	09.06.2020
	9.52	Margot Haave	IL Tyrving	53	Askim	29.05.2004
	9.32	Berit Røger	Holmen IF	34	Fana	29.07.1984
	9.12	Bedte Minker	Ski IL	69	Ski	15.05.2019
	9.08	Lena Klasson	IL Tyrving	65	Geithus	13.08.2016
	8.50	Unni Sæther	IL Tyrving	32	Lillehammer/St	21.09.1983
	8.47	Helen Røstad-Tollefsen	IL Tyrving	64	Ski	10.06.2015
	8.38	Bodil Byhre	Fossum IF	28	Viareggio, ITA	10.09.1978
	8.21	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Roma, ITA	22.06.1985
	8.13	Anne Grete Kristiansen	Heggedal FIK	65	Geithus	21.06.2019
	7.77	Inger Lise Sundheim	Ullensaker/Kisa IL	55	Trondheim/St	26.08.2006
	7.41	Nicoline Marie Minker	Ski IL	69	Ski	30.09.2023
55-59	9.70	Astrid Willersrud	Ullensaker/Kisa IL	42	Lillehammer/Ss	17.08.1997
	9.33	Margot Haave	IL Tyrving	53	Ski	03.06.2009
	8.46	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Kongsvinger/Gj	18.06.1988
	8.38	Bodil Byhre	Fossum IF	28	Ålesund	08.08.1997
	8.37	Marianne Myrbraaten	Ski IL	68	Ski	30.09.2023
	7.89	Unni Sæther	Fossum IF	32	Sandvika/Ka	20.06.1987

60-64	9.18	Astrid Willersrud	Ullensaker/Kisa IL	42	Heggedal/Gj	31.08.2002
	8.22	Margot Haave	IL Tyrving	53	Geithus	13.08.2016
	8.17	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Athen, GRE	04.06.1994
	6.72	Brit Gran	Heggedal IL	36	Heggedal/Gj	19.08.2000
65-69	7.65	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Heggedal/To	28.08.1999
	6.75	Brit Gran	Heggedal Veteran	36	Heggedal/To	13.08.2005
	6.00	Anne-Berit Skoghus	Ski IL	44	Ski	12.08.2009
70-74	6.86	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Oslo/St	14.06.2004
	6.30	Brit Gran	Heggedal FIK	36	Heggedal/Ho	20.05.2010
	5.27	Anne Berit Skoghus	Ski IL	44	Ski	20.05.2015
75-79	7.18	Brit Gran	Heggedal FIK	36	Heggedal/Ho	09.08.2012
	5.64	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Ljubeljana, SLO	30.07.2008

Kvinner			122			
Kule 2						
75-79	7.10	Brit Gran	Heggedal FIK	36	Heggedal/Ka	22.05.2014
80-84	6.45	Britt Gran	Heggedal FIK	36	Heggedal/Ka	26.05.2016

Kvinner			123			
Diskos 1						
35-39	46.42	Anne Britt Holm	Lørenskog FIL	53	Strømmen	11.05.1988
	40.18	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Bjørkelangen	06.06.1993
	37.90	Else Opsahl	Ullensaker/Kisa IL	32	Jessheim	29.08.1967
	33.37	Grethe Norbye	IL Tyrving	67	Nadderud	13.06.2004
	27.03	Elin Svennevik	Siggerud IL	60	Søre Trysil	22.08.1998
40-44	39.12	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Heggedal/Gj	30.08.1997
	31.70	Grethe Norbye	IL Tyrving	67	Asker/Fø	30.09.2007
	30.38	Else Lillian Berntsen	Aurskog-Høland FIL	65	Bjørkelangen	08.08.2006
	29.12	Ragna Matea Bull	Ski IL	75	Greverud	22.04.2018
	28.50	Astrid Willersrud	Ullensaker/Kisa IL	42	Jessheim	11.08.1986
	23.91	Elin Svennevik	Siggerud IL	60	Moss/Me	12.09.2003
45-49	39.01	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Tårnby, DEN	12.05.2006
	29.49	Gro Berger Lappegaard	Nittedal IL	69	Nittedal	02.05.2016
	27.74	Bente Marie Minker	Ski IL	69	Oslo/Bi	29.08.2018
	26.70	Kristine Rogstad	Ås IL	69	Moss/Me	15.10.2016
	26.00	Berit Røger	Holmen IF	34	Larvik/Lo	08.08.1981
	25.92	Meike Hasselink	Nittedal IL	77	Nittedal	05.09.2022
	21.80	Aase Myhrer	Strømmen IF	28	Sofiemyr	11.09.1976
50-54	38.58	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Tårnby, DEN	03.07.2008
	32.13	Mari Kjølberg	Romerike Friidrett	72	Torun, POL	31.03.2023
	27.92	Bente Minker	Ski IL	69	Spikkestad	03.10.2020
	26.24	Unni Sæther	Fossum IF	32	Malmö, SWE	28.07.1986
	25.81	Anne Britt Holm Andersen	Nittedal IL	53	Nittedal	05.10.2004
	24.52	Berit Røger	Holmen IF	34	Sandvika/Ka	23.06.1984
	24.49	Kristine Rogstad	Ås IL	69	Tønsberg/Gr	25.09.2021
	24.20	Astrid Willersrud	Ullensaker/Kisa IL	42	Jessheim	20.08.1996

	22.76	Anne Gro Skjeggenes	Aurskog-Høland FIL	55	Lillestrøm	08.06.2009
	21.94	Bodil Byhre	Fossum IF	28	Helsingfors,FIN	06.08.1980
	19.86	Anne Grete Kristiansen	Heggedal FIK	65	Geithus	22.06.2019
55-59	25.97	Astrid Willersrud	Ullensaker/Kisa IL	42	Rolvstrud	30.08.2001
	21.22	Bodil Hestmann	Fossum IF	28	Oslo/Bi	10.06.1986
	20.35	Anne Gro Skjeggenes	Aurskog-Høland FIL	55	Bjørkelangen	25.05.2010
60-64	20.44	Astrid Willersrud	Ullensaker/Kisa IL	42	Jessheim	19.08.2002

Kvinner			124			
Slegge 4						
35-39	37.30	Ragna Matea Bull	Ski IL	75	Greverud	25.08.2013
	30.36	Anne Britt Holm	Lørenskog FIL	53	Lillestrøm	09.09.1988
	30.30	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Rolvstrud	24.08.1995
	21.81	Elin Svennevik	Siggerud IL	60	Oslo/La	21.08.1999
40-44	37.03	Ragna Mathea Bull	Ski IL	75	Greverud	10.05.2015
	29.94	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Ski	02.07.2001
	23.23	Kristine Rogstad	Ås IL	69	Tønsberg/Gr	26.10.2013
	21.90	Elin Svennevik	Siggerud IL	60	Moss/Me	15.09.2003
45-49	31.44	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Bagsværd, DEN	18.06.2005
	30.08	Kristine Rogstad	Ås IL	69	Lillestrøm	23.08.2017
	28.99	Ragna Matea Bukk	Ski IL	75	Modum	23.06.2023
	19.28	Aase Myhrer	Strømmen IF	28	Strømmen	22.09.1975
50-54	40.56	Mari Kjølberg	Romerike Friidrett	72	Brandbu	24.09.2022
	31.48	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	København, DEN	12.09.2009
	29.74	Kristine Rogstad	Ås IL	69	Modum	23.06.2023
	23.84	Anne Gro Skjeggenes	Aurskog-Høland FIL	55	Lillestrøm	24.08.2009
55-59	26.88	Astrid Willersrud	Ullensaker/Kisa IL	42	Rolvstrud	03.09.1998

Slegge 3						
50-54	49.26	Mari Kjølberg	Romerike Friidrett	72	Rud	17.09.2022
	40.04	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Greve, DEN	05.06.2008
	33.39	Kristine Rogstad	Ås IL	69	Tønsberg/Gr	25.09.2021
	31.23	Anne Gro Skjeggenes	Aurskog-Høland FIL	55	Lillestrøm	08.06.2009

	28.22	Astrid Willersrud	Ullensaker/Kisa IL	42	Oslo/La	31.08.1996
	25.65	Anne Grete Kristiansen	Heggedal FIK	65	Geithus	21.06.2019
55-59	31.71	Astrid Willersrud	Ullensaker/Kisa IL	42	Odense, DEN	05.09.1999
	26.56	Unni Sæther	Fossum IF	32	Melbourne, AUS	07.12.1987
	13.70	Bodil Hestmann	Fossum IF	28	Sandvika/Ka	09.05.1987
60-64	29.08	Astrid Willersrud	Ullensaker/Kisa IL	42	Jessheim	19.08.2002
	10.50	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Oslo/So	17.09.1995
75-79	15.92	Brit Gran	Heggedal FIK	36	Heggedal/Ka	05.09.2013
Slegge 2						
75-79	17.23	Brit Gran	Heggedal FIK	36	Heggedal/Ka	18.09.2014

Kvinner			125			
Spyd 600						
35-39	33.50	Anne Britt Holm	Lørenskog FIL	53	Lillestrøm	09.09.1988
	27.12	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Oslo/So	10.05.1997
	26.57	Elin Svennevik	Siggerud IL	60	Plassen	22.08.1998
40-44	26.08	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Oslo/So	10.05.1997
	20.83	Randi Nymoen	Strømmen IF	68	Lillestrøm	12.10.2009
45-49	16.20	Reidun Jenssen	Haga IF	34	Lørenfallet	30.09.1992

Spyd 600 Ny type fra 1999						
35-39	38.45	Grethe Norbye	IL Tyrving	67	Nadderud	12.06.2004
	32.78	Lene Berger	IL Tyrving	81	Oslo/Bi	20.07.2016
	30.53	Elin Marvik	IL Tyrving	83	Nadderud	18.09.2018
	28.60	Kristin Brathagen	Heggedal FIK	82	Geithus	22.06.2019
	25.60	Ellen Bredal Oftedal	Nittedal IL	66	Nittedal	10.09.2002
	23.28	Elin Svennevik	Siggerud IL	60	Oslo/La	21.08.1999
40-44	33.49	Grethe Norbye	IL Tyrving	67	Nadderud	13.10.2007
	31.19	Berit Sylstad	Nittedal IL	66	Nittedal	13.09.2008
	30.01	Lene Berger	IL Tyrving	81	Modum	23.06.2023
	23.95	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Asker/Fø	30.09.2000
	21.40	Irene Schultze	Ullensaker/Kisa IL	67	Drammen/Ma	26.08.2011
	20.91	Anne Karin Kolstad	Royal Sport	61	Oslo/St	02.06.2003
45-49	28.37	Berit Sylstad	Nittedal IL	66	Nittedal	10.09.2011
	27:95	Sissel Paulsen	Ski IL	66	Ski	06.06.2023
	24.18	Bente Marie Minker	Ski IL	69	Ski	29.09.2018

22.92	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Hillerud, DEN	12.08.2006
20.07	Kristine Rogstad	Ås IL	69	Ski	04.06.2014
19.25	Irene Schultze	Ullensaker/Kisa IL	67	Jessheim	23.08.2012
17.62	Kristine Rogstad	Ås IL	69	Heggedal/Ka	05.07.2014
16.00	Ragna Mathea Bull	Ski IL	75	Tønsberg/Gr	12.09.2020
15.63	Anne E. Corneliussen	Nittedal IL	57	Nittedal	11.09.2004

Spyd 500						
50-54	24.98	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Greve, DEN	05.06.2007
	23.98	Mari Kjølberg	Romerike Friidrett	72	Tønsberg	10.09.2022
	23.16	Bente Minker	Ski IL	69	Ski	15.05.2019
	21.44	Anne G. Kristiansen	Heggedal FIK	65	Geithus	22.06.2019
	20.70	Nicoline M. Minker	Ski IL	69	Ski	30.09.2023
	17.16	Kristine Rogstad	Ås IL	69	Tønsberg/Gr	25.09.2021
55-59	26.45	Sissel Paulsen	Ski IL	66	Ski	30.09.2023
	22.46	Astrid Willersrud	Ullensaker/Kisa IL	42	Bismo	03.08.2001
	22.05	Marianne Myrbraaten	Ski IL	68	Ski	30.09.2023
	14.36	Grete Karin Berg	Bærums Verk IF	55	Ås	04.06.2014
Kvinner			126			
Spyd 400						
50-54	26.66	Unni Sæther	IL Tyrving	32	Brighton, GBR	21.08.1984
	20.26	Astrid Willersrud	Ullensaker/Kisa IL	42	Oslo/La	31.08.1996
	16.48	Berit Røger	Holmen IF	34	Sandvika/Ka	23.06.1984
Spyd 400						
55-59	24.78	Astrid Willersrud	Ullensaker/Kisa IL	42	Ski	18.08.1999
	22.94	Unni Sæther	Fossum IF	32	Bjørneborg, FIN	31.07.1977
	20.38	Bodil Hestmann	Fossum IF	28	Trondheim/Le	06.07.1986
	17.78	Gerd Mjelde	Bærum Sportsklubb	33	Eugene, USA	28.07.1989
60-64	20.80	Astrid Willersrud	Ullensaker/Kisa IL	42	Jessheim	19.08.2002
	16.30	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Oslo/So	22.06.1996
65-69	16.05	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Oslo/Bi	28.09.1999
70-74	11.05	Gerd Mjelde	Bærum Skiklubb	33	Carolina, PUR	03.07.2003

Vektkast 9.08 201b						
35-39	10.95	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Oslo/La	28.08.1993
	10.53	Ragna Matea Bull	Ski IL	75	Heggedal/Ka	05.07.2014
	8.63	Elin Svennevik	Siggerud IL	60	Oslo/La	21.08.1999
	7.76	Kristin Brathagen	Heggedal FIK	81	Heggedal/Ka	05.09.2023
40-44	10.80	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Heggedal/Gj	30.08.1997
	10.71	Ragna Matea Bull	Ski IL	75	Greverud	10.05.2015
	8.15	Elin Svennevik	Siggerud IL	60	Moss/Me	12.09.2003

45-49	10.71	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Hillerud, DEN	12.08.2006
	10.43	Kristine Rogstad	Ås IL	69	Geithus	14.08.2016
	8.73	Monica Mathea Bull	Ski IL	75	Lillestrøm	26.05.2020
50-54	8.61	Kristine Rogstad	Ås IL	69	Lillestrøm	02.05.2019

Kvinner			127			
Vektkast 7.26 16lb						
35-39	11.24	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Heggedal/Gj	22.08.1992
	10.41	Ragna Matea Bull	Ski IL	75	Heggedal/Ka	12.06.2014
40-44	10.83	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Oslo/So	23.05.1998
50-54	14.49	Mari Kjølberg	Romerike Friidrett	72	Pescara, ITA	24.09.2023
	13.03	Mari Kjølberg	Romerike Friidrett	72	Stavanger	18.03.2023
	11.43	Kristine Rogstad	Ås IL	69	Tønsberg/Gr	27.04.2019
	9.63	Astrid Willersrud	Ullensaker/Kisa IL	42	Oslo/La	31.08.1996
55-59	11.83	Astrid Willersrud	Ullensaker/Kisa IL	42	Odense, DEN	04.09.1999
	10.86	Unni Sæther	Fossum IF	32	Oslo/So	20.05.1989
	8.79	Marianne Myrbraaten	Ski IL	68	Fet/Fe	04.10.2023

Vektkast 5.45 12lb						
60-64	12.93	Astrid Willersrud	Ullensaker/Kisa IL	42	Jessheim	19.08.2002
70-74	7.26	Berit Gran	Heggedal FIK	36	Heggedal/Ka	13.08.2009

Vektkast 4 kg						
75-79	9.10	Brit Gran	Heggedal FIK	36	Drammen/Ma	28.08.2011
80-84	8.05	Brit Gran	Heggedal FIK	36	Heggedal/Ka	26.05.2016