

Norge / Norway: 2013 - Utendørs / Outdoor**Menn / Men 50-54 år / years**

pr. 31.12.2013 (oppdatert / updated 27.02.2014)

60m (M50-54)

8.00	+1,0	(2)MS	Johan Andreas Løland, GTI	(59)	Sandnes	24.09.2013
8.27	+1,9	(1)	Bjørn Fluge, Ask Friidrett	(60)	Ravnanger	08.05.2013
8.39	-2,1	(1)	Jan Inge Pedersen, Ask Friidrett	(63)	Ravnanger	18.09.2013
8.85	+1,6	(1)	Knut Dahlgren, IF Klypetussen	(63)	Haugesund	22.07.2013

Medvind / Wind-assisted:

7.76	+2,3	(1)MS	Kåre Strande, Fagernes IL	(61)	Fagernes	15.09.2013
------	------	-------	---------------------------	------	----------	------------

100m (M50-54)

12.33	+0,0	(1)MS	Kåre Strande, Fagernes IL	(61)	Fagernes	14.09.2013
12.69	+0,6	(2)MS	Johan Andreas Løland, GTI	(59)	Sandnes	24.09.2013
12.94	+0,8	(1)	Bjørn Fluge, Ask Friidrett	(60)	Ravnanger	12.06.2013
13.12	+1,1	(3)	Jan Inge Pedersen, Ask Friidrett	(63)	Byrkjelo	09.08.2013
13.15	-0,1	(1)	Brynjar Nordanger, Eikanger IL	(63)	Indre Arna	08.09.2013
13.17	+1,2	(1)MS	Dag Kåshagen, Moelven IL	(60)	Linflåa, Gausdal	10.08.2013
13.41	+0,5	(1)	Olav Gjovik, Tingvoll FIK	(62)	Straumsnes	30.05.2013
13.47	+1,1	(4)	Asgeir Thomassen, IL Gular	(62)	Byrkjelo	09.08.2013
13.49	+1,0	(2)	Are Torsvik, Sandnes IL	(62)	Sandnes	08.06.2013
13.53	+1,1	(5)	Magnus Willumsen, Gloppen FIL	(60)	Byrkjelo	09.08.2013
		(10)				
13.66	+1,1	(6)	Nicolay Landmark, IL Gular	(63)	Byrkjelo	09.08.2013
14.05	+1,3	(1)	Knut Dahlgren, IF Klypetussen	(63)	Haugesund	22.07.2013
14.29	-0,1	(2)	Lars Olav Knutsen, Samnanger IL	(59)	Indre Arna	08.09.2013
14.95	+0,1	(4)MSh1	Tore Bredeesen, Snøgg Friidrett	(61)	Skien/Her	07.08.2013

Manuelle tider / Handtiming:

14.8		(2)	Bjørn Fossetstøl, IK Grane	(61)	Froland	15.08.2013
------	--	-----	----------------------------	------	---------	------------

Utenfor NFIF / Club outside NAA:

14.8		(1)	Jon Olav Hanstad, Hove Tri	(63)	Froland	15.08.2013
------	--	-----	----------------------------	------	---------	------------

200m (M50-54)

25.93	-0,7	(1)MS	Johan Andreas Løland, GTI	(59)	Sandnes	24.09.2013
25.96	+0,4	(3)MSB	Bjørn Fluge, Ask Friidrett	(60)	Fana	31.05.2013
25.96	-0,2	(1)MS	Kåre Strande, Fagernes IL	(61)	Lillehammer	21.09.2013
26.66	-1,0	(2)	Jan Inge Pedersen, Ask Friidrett	(63)	Byrkjelo	10.08.2013
27.37	-1,0	(3)	Brynjar Nordanger, Eikanger IL	(63)	Byrkjelo	10.08.2013
28.53	-1,5	(1)	Are Torsvik, Sandnes IL	(62)	Sandnes	04.07.2013
28.55	-1,0	(1)MS	Øystein Orten, Hareid IL	(62)	Ulsteinvik	24.05.2013
29.21	-1,0	(4)	Asgeir Thomassen, IL Gular	(62)	Byrkjelo	10.08.2013
29.32	-1,0	(5)	Narve Nordanger, Eikanger IL	(60)	Byrkjelo	10.08.2013
29.67		(1)	Valter Midtsæter, Mjøsdaalen IL	(62)	Indre Arna	07.09.2013
		(10)				
30.77	-0,3	(8)MS	Tore Bredeesen, Snøgg Friidrett	(61)	Skien/Her	08.08.2013
31.32	+0,4	(m)	Vegard Rooth, Bækkelagets SK	(63)	Oslo/Sp	01.06.2013

Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:

27.43	+1,0	(1)MS	Johnny Egbert Romkes, Larvik T&IF (NED)	(62)	Porsgrunn/KJ	02.06.2013
-------	------	-------	---	------	--------------	------------

Medvind / Wind-assisted:

25.57	+3,4	(1)MS	Kåre Strande, Fagernes IL	(61)	Fagernes	15.09.2013
26.02	+2,2	(2)	Johan Andreas Løland, GTI	(59)	Moss	29.06.2013
27.62	+2,2	(4)	Hans Erik Sand, Fredrikstad IF	(61)	Moss	29.06.2013
28.56	+2,2	(5)	Are Torsvik, Sandnes IL	(62)	Moss	29.06.2013

300m (M50-54)

40.77		(1)	Bjørn Fluge, Ask Friidrett	(60)	Fana	03.09.2013
-------	--	-----	----------------------------	------	------	------------

400m (M50-54)

58.11	(2)	Johan Andreas Løland, GTI	(59)	Moss	30.06.2013
58.61	(1)	Bjørn Fluge, Ask Friidrett	(60)	Ravnanger	21.08.2013
58.86	(2)	Jan Inge Pedersen, Ask Friidrett	(63)	Byrkjelo	11.08.2013
62.73	(1)	Tor Børresen, Strandebarm IL	(62)	Strandebarm	26.08.2013
62.79	(3)	Øystein Orten, Hareid IL	(62)	Byrkjelo	11.08.2013
64.06	(m)	Are Torsvik, Sandnes IL	(62)	Herning, DEN	10.08.2013
66.84	(4)	Asgeir Thomassen, IL Gular	(62)	Byrkjelo	11.08.2013
67.47	(1)MS	Tore Bredesen, Snøgg Friidrett	(61)	Skien/Her	01.06.2013
71.29	(7)MSC	Rolf Birger Karlsen, Stovnerkameratene	(61)	Oslo/Bi	18.07.2013

Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:

57.98	(1)MS	Rex Hinchliffe, Lillehammer IF (AUS)	(62)	Lillehammer	13.08.2013
-------	-------	--------------------------------------	------	-------------	------------

Manuelle tider / Handtiming:

69.6	(1)	Arvid Hauge, Eikanger IL	(60)	Ostereidet	10.09.2013
74.8	(1)	Knut Ytrehus, Ski IL	(62)	Oslo/St	29.05.2013

Utenfor NFIF / Club outside NAA:

67.5	(1)	Jon Olav Hanstad, Hove Tri	(63)	Froland	15.08.2013
------	-----	----------------------------	------	---------	------------

800m (M50-54)

2:21.07	(6)h2	Kjell Alexander Hornslien, Strindheim IL	(63)	Porto Alegre, BRA	19.10.2013
2:23.1	(1)	Gunnar Ove Thrana, Sømna IL	(63)	Vik i Helgeland	23.05.2013
2:24.16	(4)MS	Per Espen Fjeld, IL Skarphedin	(59)	Skien/Her	08.08.2013
2:26.66	(1)	Håkon Kyllø, IL Dalebrand	(63)	Stjørdal	21.09.2013
2:28.67	(1)	Øystein Hanstveit, Mjøsdalen IL	(63)	Indre Arna	07.09.2013
2:30.5	(1)	Arvid Hauge, Eikanger IL	(60)	Ostereidet	27.08.2013
2:35.19	(2)	Oddvar Hanstveit, Mjøsdalen IL	(63)	Indre Arna	07.09.2013
2:35.20	(1)	Christofer Lundqvist, Lørenskog FIL	(61)	Lillestrøm	02.05.2013
2:36.39	(2)	Rolf Birger Karlsen, Stovnerkameratene	(61)	Byrkjelo	10.08.2013
2:37.32	(5)MS	Tore Bredesen, Snøgg Friidrett	(61)	Skien/Her	08.08.2013
		(10)			

Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:

2:10.18	(1)MS	Rex Hinchliffe, Lillehammer IF (AUS)	(62)	Lillehammer	07.05.2013
---------	-------	--------------------------------------	------	-------------	------------

1500m (M50-54)

4:50.8	(1)	Rolf Hernes, Stjørdal FIK	(63)	Stjørdal	21.08.2013
4:57.49	(1)	Bright Strømmen, IL Fri	(59)	Hatland	15.07.2013
4:58.1	(1)	Gunnar Ove Thrana, Sømna IL	(63)	Vik i Helgeland	30.05.2013
4:58.2	(2)	Kjell Alexander Hornslien, Strindheim IL	(63)	Stjørdal	21.08.2013
5:02.4	(3)	Kjell Gunnar Alseth, Stjørdal FIK	(60)	Stjørdal	21.08.2013
5:05.7	(4)	Håkon Kyllø, IL Dalebrand	(63)	Stjørdal	21.08.2013
5:09.0	(1)	Bjørn Fossetøl, IK Grane	(61)	Froland	15.08.2013
5:12.0	(5)	Børge Ivan Flønes, Klæbu LK	(61)	Stjørdal	21.08.2013
5:18.2	(1)	Arvid Hauge, Eikanger IL	(60)	Ostereidet	18.06.2013
5:20.53	(7)	Rolf Birger Karlsen, Stovnerkameratene	(61)	Moss	30.06.2013
		(10)			
5:20.89	(6)MS	Tore Bredesen, Snøgg Friidrett	(61)	Porsgrunn/Kj	02.06.2013
5:20.9	(6)	Arve Petter Østgaard, Hommelvik IL	(63)	Stjørdal	21.08.2013
5:22.4	(7)	Magnar Jostein Stræte, IL Nybrott	(63)	Stjørdal	21.08.2013
5:24.3	(8)	Pål Feseth Heggli, Stjørdal FIK	(63)	Stjørdal	21.08.2013
5:26.32	(2)	Petter Henning Sæbø, Osterøy IL	(62)	Hatland	15.07.2013

Utenfor NFIF / Club outside NAA:

5:19.0	(2)	Jon Olav Hanstad, Hove Tri	(63)	Froland	15.08.2013
--------	-----	----------------------------	------	---------	------------

2000m (M50-54)

7:42.9	(1)+	Arvid Hauge, Eikanger IL	(60)	Ostereidet	27.08.2013
--------	------	--------------------------	------	------------	------------

3000m (M50-54)

9:24.99	(7)MS	Bjarte Bogstad, IL Gular	(63)	Strandebarm	07.07.2013
10:12.5	(1)	Håkon Kyllø, IL Dalebrand	(63)	Stjørdal	19.06.2013
10:21.9	(1)	Gunnar Ove Thrana, Sømna IL	(63)	Vik i Helgeland	13.06.2013
10:27.06	(1)	Bright Strømmen, IL Fri	(59)	Fana	03.09.2013
10:41.91	(1)	Øystein Hanstveit, Mjøsdalen IL	(63)	Hatland	26.08.2013
10:47.5	(1)	John Olav Måge, Strandebarm IL	(63)	Strandebarm	16.09.2013
11:07.74	(3)MS	Ove Tombre, IL Fri	(62)	Indre Arna	19.10.2013
11:14.7	(2)	Knut Øystein Fosse, Strandebarm IL	(61)	Strandebarm	16.09.2013
11:21.94	(2)	Oddvar Hanstveit, Mjøsdalen IL	(63)	Hatland	26.08.2013
11:26.0	(2)	Kjell Gunnar Alseth, Stjørdal FIK	(60)	Stjørdal	19.06.2013
		(10)			

11:29.33	(2)	Oddvar Haarr, Bryne FIK	(62)	Lyefjell	24.04.2013
11:34.5	(1)	Arvid Hauge, Eikanger IL	(60)	Ostereidet	27.08.2013
11:43.81	(1)	Tore Bredesen, Snøgg Friidrett	(61)	Bø i Telemark	28.05.2013
11:46.1	(3)	Magnar Jostein Stræte, IL Nybrott	(63)	Stjørdal	19.06.2013
11:51.34	(3)	Petter Henning Sæbø, Osterøy IL	(62)	Hatland	26.08.2013
11:53.5	(4)	Stig Gunnar Christoffersen, IL Fram, Skatval	(59)	Stjørdal	19.06.2013

Mangelfull tidtagning / Not exact timing:

10:03	(1)	Bjørn Vonheim, Rindal IL	(62)	Bodø	22.05.2013
-------	-----	--------------------------	------	------	------------

Utenfor NFIF / Club outside NAA:

10:48.40	(1)	Jan Erik Vangdal	(63)	Lyefjell	24.04.2013
----------	-----	------------------	------	----------	------------

Utenfor NFIF - og mangelfull tidtagning / Club outside NAA - and not exact timing:

11:38	(2)	Magne Alfred Hansen (Bodø)	(62)	Bodø	22.05.2013
-------	-----	----------------------------	------	------	------------

5000m (M50-54)

16:13.08	(6)MS	Helge Dolsvåg, Kristiansands IF	(62)	Oslo/Bi	03.09.2013
16:29.19	(1)	Bjarte Bogstad, IL Gular	(63)	Byrkjelo	09.08.2013
17:13.26	(11)MS	Dag Sjøberg, Bækkelagets SK	(61)	Oslo/Sp	11.07.2013
17:33.6	(1)	Rolf Hernes, Stjørdal FIK	(63)	Stjørdal	12.09.2013
17:57.83	(3)MS	Bright Strømmen, IL Fri	(59)	Indre Arna	15.05.2013
19:27.3	(1)MS	Helge Færø, FIL AKS-77	(60)	Ostereidet	29.09.2013
19:41.3	(1)	Arvid Hauge, Eikanger IL	(60)	Ostereidet	10.09.2013
19:53.7	(1)	Tore Bredesen, Snøgg Friidrett	(61)	Bø i Telemark	26.09.2013
19:55.7	(1)	Berndt Johansson, Østre Tromøy T&IK	(63)	Fevik	04.05.2013
20:06.2	(4)MS	Rolf Vabø, Lindås IL	(59)	Ostereidet	29.09.2013
	(10)				
20:08.78	(1)MS	Reinhard Gerhard Kuhs, Lillehammer IF	(60)	Lillehammer	13.08.2013
20:21.15	(1)	Petter Henning Sæbø, Osterøy IL	(62)	Hatland	01.07.2013

Utenfor NFIF / Club outside NAA:

19:25.1	(1)x	Jon Olav Hanstad, Hove Tri	(63)	Fevik	04.05.2013
---------	------	----------------------------	------	-------	------------

10000m (M50-54)

38:31.08	(1)	Oddvar Haarr, Bryne FIK	(62)	Lyefjell	12.09.2013
38:59.58	(2)	Torleiv Martin Haus, Bryne FIK	(63)	Lyefjell	12.09.2013
39:04.18	(3)	Magne Egeland, Bjerkreim IL	(63)	Lyefjell	12.09.2013
40:55.7	(1)	Arvid Hauge, Eikanger IL	(60)	Ostereidet	18.06.2013
41:25.82	(2)MS	Tore Bredesen, Snøgg Friidrett	(61)	Porsgrunn/Kj	02.10.2013

Utenfor NFIF / Club outside NAA:

37:56.91	(7)MS	Settar Al-Jabri, Gjøvik Kommune BIL	(62)	Brumunddal	15.08.2013
40:14.8	(1)	Jon Olav Hanstad, Hove Tri	(63)	Fevik	10.08.2013

100m hekk 91.4 (M50-54)

19.16	-0,6	(m)	Are Torsvik, Sandnes IL	(62)	Herning, DEN	11.08.2013
22.62	-0,5	(1)	Magnus Willumsen, Gloppen FIL	(60)	Byrkjelo	11.08.2013
23.84	-0,5	(2)	Rune Øverland, Tønsberg FIK	(61)	Byrkjelo	11.08.2013

200m hekk 76.2 (M50-54)

32.25	+0,0	(2)MS	Are Torsvik, Sandnes IL	(62)	Sandnes	24.09.2013
-------	------	-------	-------------------------	------	---------	------------

400m hekk / hurdles 84.0 cm (M50-54)

67.06	(5)h1	Trond Skramstad	(60)	Porto Alegre, BRA	25.10.2013
75.08	(3)	Are Torsvik, Sandnes IL	(62)	Moss	29.06.2013

3000m kappgang / Track Walk (M50-54)

15:12.40	(-)	Arild Fotland, Søfteland T&IL	(59)	Byrkjelo	09.08.2013
17:49.06	(1)	Erling Andersen, Søfteland T&IL	(60)	Indre Arna	07.09.2013

5000m kappgang / Track Walk (M50-54)

25:20.88	(1)	Arild Fotland, Søfteland T&IL	(59)	Byrkjelo	09.08.2013
26:55.70	(2)	Tor-Ivar Guttuilsrød, Fredrikstad IF	(63)	Moss	28.06.2013
31:25.40	(2)	Erling Andersen, Søfteland T&IL	(60)	Byrkjelo	09.08.2013

10000m kappgang / Track Walk (M50-54)

53:16.7	(7)MS	Arild Fotland, Søfteland T&IL	(59)	Indre Arna	01.06.2013
---------	-------	-------------------------------	------	------------	------------

3km kappgang / Road Walk (M50-54)

16:40	(-)MS	Arild Fotland, Søfteland T&IL	(59)	Kalandseidet	02.06.2013
-------	-------	-------------------------------	------	--------------	------------

5km kappgang / Road Walk (M50-54)

25:51	(1)	Arild Fotland, Søfteland T&IL	(59)	Storetvedt	15.04.2013
-------	-----	-------------------------------	------	------------	------------

10km kappgang / Road Walk (M50-54)

53:51	(1)	Arild Fotland, Søfteland T&IL	(59)	Moss	30.06.2013
55:44	(2)	Tor-Ivar Guttuilsrød, Fredrikstad IF	(63)	Moss	30.06.2013

15km kappgang / Road Walk (M50-54)

1:21:00	(4)MS	Arild Fotland, Søfteland T&IL	(59)	Os	21.04.2013
---------	-------	-------------------------------	------	----	------------

20km kappgang / Road Walk (M50-54)

1:54:13	(4)MS	Arild Fotland, Søfteland T&IL	(59)	Kalandseidet	02.06.2013
---------	-------	-------------------------------	------	--------------	------------

Høyde / High Jump (M50-54)

1.62	(2)	Jan Erik Berntzen, Asker SK	(63)	Moss	29.06.2013
1.59	(1)	Jan Inge Pedersen, Ask Friidrett	(63)	Byrkjelo	10.08.2013
1.58	(3)	Thomas Rønvik, Tønsberg FIK	(63)	Moss	29.06.2013
1.50	(1)MS	Kolbjørn Høgåsen, Lillehammer IF	(63)	Lillehammer	10.10.2013
1.45	(2)=	Johan Andreas Løland, GTI	(59)	Byrkjelo	10.08.2013
1.45	(2)=	Nicolay Landmark, IL Gular	(63)	Byrkjelo	10.08.2013
1.33	(m)	Are Torsvik, Sandnes IL	(62)	Herning, DEN	10.08.2013
1.30	(4)	Rune Øverland, Tønsberg FIK	(61)	Byrkjelo	10.08.2013

Stav / Pole Vault (M50-54)

3.01	(1)	Ole Viken, BFG Bergen FIK	(60)	Byrkjelo	09.08.2013
2.90	(2)	Rune Øverland, Tønsberg FIK	(61)	Byrkjelo	09.08.2013
2.80	(3)MS	Are Torsvik, Sandnes IL	(62)	Sandnes	23.07.2013

Lengde / Long Jump (M50-54)

5.78	+1,0	(3)	Kåre Strande, Fagernes IL	(61)	Porto Alegre, BRA	19.10.2013
5.27	+0,2	(2)	Johan Andreas Løland, GTI	(59)	Moss	28.06.2013
5.21	+0,6	(3)	Thomas Rønvik, Tønsberg FIK	(63)	Moss	28.06.2013
5.01	+0,2	(3)	Nicolay Landmark, IL Gular	(63)	Byrkjelo	09.08.2013
4.66	+0,6	(2)	Are Torsvik, Sandnes IL	(62)	Sandnes	08.06.2013
4.44	+0,9	(1)	Jan Inge Pedersen, Ask Friidrett	(63)	Ravnanger	18.09.2013
4.17	+0,0	(m)	Vegard Rooth, Bækkelagets SK	(63)	Oslo/Sp	01.06.2013

Tresteg / Triple Jump (M50-54)

11.78	+1,4	(2)	Zdenko Vojvodovic, Fredrikstad IF	(62)	Moss	30.06.2013
11.49	+0,5	(1)MS	Kåre Strande, Fagernes IL	(61)	Lillehammer	22.09.2013
11.36	-0,4	(4)	Jan Erik Berntzen, Asker SK	(63)	Moss	30.06.2013
10.49	+0,2	(1)	Jan Inge Pedersen, Ask Friidrett	(63)	Ravnanger	21.08.2013
10.08	-0,8	(6)	Johan Andreas Løland, GTI	(59)	Moss	30.06.2013

Medvind / Wind-assisted:

10.52	+3,5	(1)	Johan Andreas Løland, GTI	(59)	Stavanger/St	04.06.2013
10.23	+4,1	(-)	Johan Andreas Løland, GTI	(59)	Stavanger/St	04.06.2013

Kule / Shot Put 6.0 kg (M50-54)

14.38	(1)	Karl Jørgen Hoff, Spydeberg IL	(59)	Askim	18.09.2013
13.90	(1)	Ole Gran, IL Koll	(62)	Heggedal/Ka	14.05.2013
13.54	(1)	Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Vanse	13.07.2013
12.45	(5)	Thomas Rønvik, Tønsberg FIK	(63)	Moss	29.06.2013
12.37	(1)	Agnar Aadland, Laksevåg T&IL	(60)	Bergen/Sk	18.06.2013
11.22	(2)	Tor Inge Vikane, Laksevåg T&IL	(62)	Bergen/Sk	18.06.2013
11.06	(1)	Aage Indrebø, Gloppen FIL	(61)	Byrkjelo	09.08.2013
9.71	(2)	Nicolay Landmark, IL Gular	(63)	Byrkjelo	09.08.2013
9.53	(m)	Are Torsvik, Sandnes IL	(62)	Oslo/Bi	19.05.2013
9.24	(1)	Knut Dahlgren, IF Klypetussen	(63)	Haugesund	07.08.2013
		(10)			
9.14	(3)	Ole Viken, BFG Bergen FIK	(60)	Byrkjelo	09.08.2013
8.37	(m)	Torrey Enoksen, Lyngdal IL	(63)	Tønsberg	27.04.2013

Kule / Shot Put 7.26 kg (M50-54)

15.12	(2)MS	Trond Ulleberg, IL Tyrving	(62)	Nadderud	16.06.2013
11.82	(1)MS	Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Lyngdal	09.07.2013
11.78	(1)	Knut Olav Bjorvatn, Tvedestrand T&IF	(61)	Tvedestrand	31.08.2013
9.95	(1)	Roar Svåsand, Laksevåg T&IL	(60)	Fana	31.08.2013
9.68	(2)MS	Vegard Rooth, Bækkelagets SK	(63)	Oslo/Bi	19.09.2013
8.22	(2)MS	Are Torsvik, Sandnes IL	(62)	Sandnes	24.09.2013
7.46	(1)	Hans Magnar Vingen, Egersunds IK	(62)	Egersund	28.09.2013
7.44	(3)MS	Dag Kåshagen, Moelven IL	(60)	Brumunddal	29.08.2013
7.25	(2)MS	Finn Einar Graff, Nordre Trysil IL	(62)	Jordet	25.08.2013

Diskos / Discus Throw 1.5 kg (M50-54)

43.94	(5)q	Karl Jørgen Hoff, Spydeberg IL	(59)	Porto Alegre, BRA	21.10.2013
41.82	(2)	Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Moss	29.06.2013
37.38	(1)	Aage Indrebø, Gloppen FIL	(61)	Byrkjelo	10.08.2013
29.45	(m)	Thomas Rønvik, Tønsberg FIK	(63)	Tønsberg	27.04.2013
28.36	(1)	Are Torsvik, Sandnes IL	(62)	Sandnes	08.06.2013
27.55	(2)	Nicolay Landmark, IL Gular	(63)	Byrkjelo	10.08.2013
27.20	(m)	Agnar Aadland, Laksevåg T&IL	(60)	Knarvik	03.08.2013
27.17	(3)	Rune Øverland, Tønsberg FIK	(61)	Byrkjelo	10.08.2013
26.91	(m)	Torrey Enoksen, Lyngdal IL	(63)	Lyngdal	07.09.2013
26.20	(9)	Ole Viken, BFG Bergen FIK	(60)	Moss	29.06.2013
(10)					
24.29	(m)	Vegard Rooth, Bækkelagets SK	(63)	Oslo/Sp	01.06.2013
21.60	(1)	Arvid Hauge, Eikanger IL	(60)	Indre Arna	07.09.2013

Diskos / Discus Throw 2.0 kg (M50-54)

35.00	(1)	Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Vanse	13.07.2013
29.34	(1)	Roar Svåsand, Laksevåg T&IL	(60)	Fana	30.08.2013
25.94	(2)	Karl K. Marthinussen, SK Vidar	(60)	Fana	30.08.2013
23.32	(1)MS	Are Torsvik, Sandnes IL	(62)	Sandnes	27.09.2013
22.97	(1)	Torrey Enoksen, Lyngdal IL	(63)	Holum	04.06.2013
21.21	(2)MS	Asle Aass, Bækkelagets SK	(62)	Oslo/Sp	12.09.2013
18.68	(4)MS	Dag Kåshagen, Moelven IL	(60)	Brumunddal	12.10.2013

Slegge / Hammer Throw 6.0 kg (M50-54)

49.36	(1)	Karl K. Marthinussen, SK Vidar	(60)	Bergen/Sk	12.10.2013
44.78	(1)	Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Vanse	13.07.2013
44.31	(1)	Torrey Enoksen, Lyngdal IL	(63)	Lyngdal	28.05.2013
42.77	(m)	Karl Jørgen Hoff, Spydeberg IL	(59)	Tønsberg	27.04.2013
33.75	(1)	Ole Gran, IL Koll	(62)	Heggedal/Ka	14.05.2013
33.37	(1)	Agnar Aadland, Laksevåg T&IL	(60)	Bergen/Sk	20.04.2013
30.91	(2)	Tor Inge Vikane, Laksevåg T&IL	(62)	Bergen/Sk	27.04.2013
29.18	(1)	Rune Øverland, Tønsberg FIK	(61)	Tønsberg	25.04.2013
27.58	(2)	Thomas Rønvik, Tønsberg FIK	(63)	Tønsberg	25.04.2013
23.41	(1)	Arvid Hauge, Eikanger IL	(60)	Indre Arna	07.09.2013
(10)					

Slegge / Hammer Throw 7.26 kg (M50-54)

51.23	(2)MS	Karl K. Marthinussen, SK Vidar	(60)	Fana	02.06.2013
41.08	(1)MS	Torrey Enoksen, Lyngdal IL	(63)	Vanse	17.08.2013
40.78	(1)	Amund Vaagen, IL Molde-Olymp	(59)	Molde/Da	29.08.2013
38.56	(4)MS	Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Løten	26.09.2013
25.35	(2)	Roar Svåsand, Laksevåg T&IL	(60)	Fana	31.08.2013
21.65	(1)	Arvid Hauge, Eikanger IL	(60)	Ostereidet	29.09.2013
20.22	(4)MS	Vegard Rooth, Bækkelagets SK	(63)	Oslo/La	26.09.2013

Spyd / Javelin Throw 700 g (M50-54)

56.23	(1)	Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Moss	28.06.2013
44.31	(m)	Karl Jørgen Hoff, Spydeberg IL	(59)	Porto Alegre, BRA	27.10.2013
41.54	(3)	Thomas Rønvik, Tønsberg FIK	(63)	Moss	28.06.2013
37.78	(1)	Nicolay Landmark, IL Gular	(63)	Byrkjelo	11.08.2013
34.95	(2)	Asbjørn Sandaker, Iveland IL	(59)	Byrkjelo	11.08.2013
31.50	(m)	Agnar Aadland, Laksevåg T&IL	(60)	Knarvik	03.08.2013
28.14	(m)	Are Torsvik, Sandnes IL	(62)	Herning, DEN	11.08.2013
22.16	(m)	Vegard Rooth, Bækkelagets SK	(63)	Oslo/Sp	01.06.2013

600 g:

32.98	(1)	Knut Dahlgren, IF Klypetussen	(63)	Haugesund	07.08.2013
-------	-----	-------------------------------	------	-----------	------------

Spyd / Javelin Throw 800 g (M50-54)

53.66	(4)MS	Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Nadderud	14.06.2013
39.15	(1)	Knut Olav Bjorvatn, Tvedestrand T&IF	(61)	Tvedestrand	31.08.2013
34.73	(1)	Roar Svåsand, Laksevåg T&IL	(60)	Fana	31.08.2013
31.50	(2)	Øyvind Liland, BFG Bergen FIK	(60)	Fana	31.08.2013
30.94	(6)MS	Asle Aass, Bækkelagets SK	(62)	Oslo/Bi	03.09.2013
30.84	(1)	Runar Bålsrud, Hurdal IL	(62)	Jessheim	28.09.2013

Vekt / Weight Throw 11.34 kg (M50-54)

16.74	(2)	Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Moss	28.06.2013
15.52	(3)	Torrey Enoksen, Lyngdal IL	(63)	Moss	28.06.2013
15.40	(m)	Karl Jørgen Hoff, Spydeberg IL	(59)	Tønsberg	27.04.2013
12.83	(1)	Agnar Aadland, Laksevåg T&IL	(60)	Bergen/Sk	18.06.2013
11.88	(1)	Thomas Rønvik, Tønsberg FIK	(63)	Tønsberg	25.04.2013
10.92	(3)	Rune Øverland, Tønsberg FIK	(61)	Haugesund	02.03.2013
10.88	(2)	Tor Inge Vikane, Laksevåg T&IL	(62)	Bergen/Sk	18.06.2013
8.40	(2)	Nicolay Landmark, IL Gular	(63)	Byrkjelo	11.08.2013

Vekt / Weight Throw 15.88 kg (M50-54)

13.30	(1)	Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Vanse	13.07.2013
12.00	(3)MS	Torrey Enoksen, Lyngdal IL	(63)	Lyngdal	09.07.2013

5-kamp / Pentathlon (M50-54)

1832	(1)	Vegard Rooth, Bækkelagets SK	(63)	Oslo/Sp	01.06.2013
	ΣW=0,4	(4.17-22.16-31.32-24.29-6:11.73) / +0,0 / +0,4			

10-kamp / Decathlon (M50-54)

4674	(-)x	Are Torsvik, Sandnes IL	(62)	Herning, DEN	10-11.08.2013
	ΣW=-2,4	(13.95-4.42-8.62-1.33-64.06/19.16-24.47-2.70-28.14-5:47.22) / -2,4 / +0,6 / -0,6			

Alternativt resultat / Alternative result:

4589	(1)	Are Torsvik, Sandnes IL	(62)	Oslo/Bi	19-20.05.2013
	ΣW=1,6	(13.77-4.32-9.53-1.25-64.77/19.22-26.49-2.70-27.83-6:06.12) / +0,7 / +0,6 / +0,3			

Kast-5-kamp / Weight Pentathlon (M50-54)

3639	(6)	Karl Jørgen Hoff, Spydeberg IL	(59)	Porto Alegre, BRA	27.10.2013
		(40.09-13.91-41.32-44.31-14.87)			
2634	(1)	Agnar Aadland, Laksevåg T&IL	(60)	Knarvik	03.08.2013
		(32.20-12.00-27.20-31.50-11.63)			
2626	(2)	Thomas Rønvik, Tønsberg FIK	(63)	Tønsberg	27.04.2013
		(27.44-11.81-29.45-36.55-10.98)			
2561	(1)	Torrey Enoksen, Lyngdal IL	(63)	Lyngdal	07.09.2013
		(44.13-8.36-26.91-18.80-14.64)			

Alternativt resultat / Alternative result:

2499	(3)	Torrey Enoksen, Lyngdal IL	(63)	Tønsberg	27.04.2013
		(42.25-8.37-26.75-18.57-14.33)			

1000m stafett / Swedish Relay (M50-59)

2:30.14	(1)	Gloppen FIL		Byrkjelo	10.08.2013
		(Reidar Moldestad(58)-Magnus Willumsen(60)-Sven Reme(60)-Magne Geir Verlo(62))			