

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				276	
Menn junior Første gang arrangert i 1948 - Junioralder 20 år					
100m					
1950	2	11.3	Bjørn Rasmussen	IL Mode	Tønsberg
1965	3	11.1	Terje Narvesen	Fossum IF	Askim
1966	2	11.1	Terje Narvesen	Fossum IF	Namsos
1968	3	11.2	Terje Narvesen	Fossum IF	Kristiansand
1972	2	11.1	Stein Meum	IL Tyrving	Trondheim
1974	1	11.1	Lars Os	IL Tyrving	Stavanger
1976	1	11.1	Petter Bogsti	Nesøya IL	Trondheim
1978	1	10.8	Petter Bogsti	Nesøya IL	Tønsberg
200m					
1950	1	22.4	Bjørn Rasmussen	IL Tyrving	Tønsberg
1971	3	22.7	Stein Meum	IL Tyrving	Sunndalsøra
1972	2	22.2	Stein Meum	IL Tyrving	Trondheim
	3	23.0	Jostein Linge	Minerva	
400m					
1969	3	50.7	Jan Skaarud	IL Tyrving	Oslo/Bi
1971	1	49.8	Jan Skaarud	IL Tyrving	Sunndalsøra
1972	1	49.4	Jan Skaarud	IL Tyrving	Trondheim
1975	2	50.4	Øivind Hiltveit	Nesodden IF	Krødsherad
1977	2	50.5	Per Erik Bernts	Minerva	Hamar
	3	51.4	Dag Nordsveen	Sørum IL	
1981	3	49.8	Frode Hansen	Lørenskog FIL	Oslo/St
1982	3	50.68	Morten Hvistendahl	IL Tyrving	Stavanger
1988	2	49.22	Jan Erik Schmidt	Sørum IL	Voss
800m					
1965	2	1:53.4	Svein Erik Bøhler	Ski IL	Askim
1973	2	1:56.3	Nils Edvard Nygaard	Ski IL	Nadderud
	3	1:56.4	Ingar Engelund	Minerva	
1975	2	1:53.7	Sjur Agdestein	IL Tyrving	Krødsherad
1976	3	1:55.7	Sjur Agdestein	IL Tyrving	Trondheim
1981	2	1:50.5	Jon Backe-Bogstad	Minerva	Oslo/St
1990	3	1:54.48	Hans Jørgen Borgen	Ullensaker-Sørum Friidrett	Overhalla
1992	3	1:51.73	Eivind Solbu	Ås IL	Kongsvinger/Gj
1500m					
1950	3	4:11.4	Tor Friedrich	IL Tyrving	Tønsberg
1955	3	4:12.0	Igor Friedrich	IL Tyrving	Odda
1962	3	4:02.8	Einar Gundersen	Ski IL	Hamar
1966	2	3:58.9	Torgeir Risnes	Ski IL	Namsos
1970	3	3:55.7	Dag Anmarkrud	Ski IL	Stavanger

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				277	
1500m forts.					
1973	2	4:00.2	Svein Bergum	Lørenskog FIL	Nadderud
1975	3	3:58.9	Rolf Christian Kolstad	Aurskog-Høland FIL	Krødsherad
1976	3	4:04.2	Rolf Christian Kolstad	Aurskog-Høland FIL	Trondheim
1978	2	3:53.0	Per Erling Kristoffersen	Lørenskog FIL	Tønsberg
1979	2	3:53.7	Per Erling Kristoffersen	Lørenskog FIL	Bergen/Fa
1981	2	3:53.6	Inge Kolstad	Asker Skiklubb	Oslo/St
1990	3	3:53.00	Julius Solheim	Nittedal IL	Overhalla
1992	3	3:50.73	Eyvind Solbu	Ås IL	Kongsvinger/Gj
5000m					
1948	1	15:51.0	Bjørn Olsen	Enebakk IF	Haugesund
1949	3	16:18.8	Leif Bjerklund	Nesodden IF	Hønefoss
1964	1	14:59.2	Stein Bjørlo	Ski IL	Bergen/Kr
1970	2	15:05.6	Dag Anmarkrud	Ski IL	Stavanger
1975	3	14:46.6	Per Herman Krøger	Nesodden IF	Krødsherad
1976	2	14:52.2	Rolf Christian Kolstad	Aurskog-Høland FIL	Trondheim
1986	1	14:06.70	John Halvorsen	Minerva	Haugesund
1987	3	15:11.45	Bjørn Dæhlie	Ullensaker/Kisa IL	Lillehammer/Ss
110m hekk					
1953	2	15.6	Johan Johannson	Ski IL	Moss
1969	3	15.3	Arvid Dahm	Fossum IF	Oslo/Bi
1985	3	15.44	Roar Sollie	Lørenskog FIL	Steinkjer/Gu
1992	3	15.07	Tom Erik Olsen	Ullensaker/Kisa IL	Kongsvinger/Gj
1994	2	14.53	Tom Erik Olsen	Ullensaker/Kisa IL	Drammen/Ma
400m hekk					
1962	3	56.7	Kåre Sorteberg	Ås IL	Hamar
1982	3	54.90	Roar Sollie	Lørenskog FIL	Stavanger
1983	1	54.79	Roar Sollie	Lørenskog FIL	Byrkjelo
1984	2	55.06	Roar Sollie	Lørenskog FIL	Moss
1985	1	54.70	Roar Sollie	Lørenskog FIL	Steinkjer/Gu
1993	3	55.03	Harald Lund	Fossum IF	Skjåk
1999	3	53.79	Michael Tomala	Minerva IS	Sandefjord
1500m hinder					
1951	3	4:33.0	Thor Ågren	IL Tyrving	Hamar
1965	1	4:14.4	Jørn Haugen	Ås IL	Askim
2000m hinder					
1972	3	5:56.2	Arne Svensøy	IL Tyrving	Trondheim
1973	2	5:57.4	Arne Svensøy	IL Tyrving	Nadderud
1975	3	5:59.2	Ole Bjørgum	Minerva	Krødsherad
1978	2	5:56.5	Geir Forsberg	Minerva	Tønsberg
1990	3	5:52.81	Julius Solheim	Nittedal IL	Overhalla

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				278	
Høyde					
1951	3	1.75	Tormod Holand	Ullensaker/Kisa IL	Hamar
1954	1	1.83	Gunnar Husby	Raumnes & Årnes IL	Ålesund
1958	2	1.80	Erik Odd Espelien	IL Tyrving	Hamar
1960	3	1.75	Arvid Lund	IL Tyrving	Kristiansund
1965	3	1.85	Øyvind Løes	Nesodden IF	Askim
1969	1	1.96	Jan Tore Anthonisen	Aurskog-Høland FIL	Oslo/Bi
1975	1	2.99	Gunnar Eriksen	Asker Skiklubb	Krødsherad
1983	2	2.08	Frode Gran	Fossum IF	Byrkjelo
1989	2	2.03	Lars Endre Kjølstad	IL Tyrving	Lisleby
1992	3	2.03	Bjørn Olsson	Asker Skiklubb	Kongsvinger/Gj
1993	1	2.10	Jon Sigurd Utgårdsløkken	Aurskog-Høland FIL	Skjåk
1994	1	2.14	Bjørn Olsson	Asker Skiklubb	Drammen
1999	3	1.95	Haakon Lilleng Asmyhr	Aurskog-Høland FIL	Sandefjord
Stav					
1949	1	3.20	Stein Helgesen	Minerva	Hønefoss
1967	1	4.15	Arne Fagerlie	Fossum IF	Hamar
1968	2	3.90	Wilhelm Sorteberg	Ski IL	Kristiansand
1969	1	4.35	Wilhelm Sorteberg	Ås IL	Oslo/Bi
1989	3	4.40	Gunnar Ohma	Kolbotn IL	Lisleby
1990	3	4.00	Åsmund Eika	Asker & Bærum FIK	Overhalla
1991	1	4.40	Tom Erik Olsen	Ullensaker-Sørumsfjord Friidrett	Førde
1992	2	4.80	Tom Erik Olsen	Ullensaker/Kisa IL	Kongsvinger/Gj
1995	2	4.40	Ole Johan Aarnes	Aurskog-Høland FIL	Åkrestrømmen
	3	4.40	Simen Gylterud	IL Tyrving	
1997	3	4.40	Simen Gylterud	IL Tyrving	Byrkjelo
Lengde					
1955	1	6.84	Geir Arnfinn Husby	Ås IL	Odda
1958	3	6.52	Reidar Follestad	IL Tyrving	Lillehammer
1963	2	6.81	Svein Lauritzen	IL Tyrving	Haugesund
1971	2	6.96	Lars Os	IL Tyrving	Sunnbalsjøra
1972	3	6.91	Lars Os	IL Tyrving	Trondheim
1973	1	7.01	Lars Os	IL Tyrving	Nadderud
	2	6.86	Bjørn Holte	Minerva	
1974	1	7.03	Lars Os	IL Tyrving	Tønsberg
1978	2	7.01	Terje Grime	Minerva	Tønsberg
1979	2	6.91	Terje Grime	Minerva	Bergen/Fa
1990	3	7.01	Pål Sæther	Oppegård IL	Overhalla
1991	1	7.11	Karsten Philip Ekren	Asker & Bærum FIK	Skjåk
1992	1	7.04	Pål Sæther	Follo FIK	Kongsvinger/Gj

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				279	
Tresteg					
1962	3	14.24	Svein Lauritzen	IL Tyrving	Hamar
1963	1	14.72	Svein Lauritzen	IL Tyrving	Haugesund
1964	1	14.62	Svein Lauritzen	IL Tyrving	Bergen/Kr
1974	3	14.26	Roar Frisvold	Minerva	Stavanger
1979	2	14.15	Terje Grime	Minerva	Bergen/Fa
Høyde uten tilløp					
1955	3	1.48	Erik Odd Espelien	IL Tyrving	Bergen/Kr
1956	3	1.54	Erik Odd Espelien	IL Tyrving	Moss
1958	3	1.56	Erik Odd Espelien	IL Tyrving	Moss
1959	1	1.54	Jens Werenskiold	IL Tyrving	Lillesand
	2	1.54	Reidar Follestad	IL Tyrving	
1960	1	1.60	Jens Werenskiold	IL Tyrving	Sandefjord
1966	1	1.66	Øyvind Løes	Nesodden IF	Sandnes
1969	2	1.63	Arvid Dahm	Fossum IF	Hønefoss
1988	3	1.55	Knut Midttun	IL Tyrving	Askøy
Lengde uten tilløp					
1958	1	3.28	Reidar Lippestad	Ås IL	Tønsberg
1987	3	3.11	Ola Nerhagen	Ullensaker/Kisa IL	Dokka
1988	2	3.18	Knut Midttun	IL Tyrving	Askøy
1989	3	3.08	Lars Petter Syversrud	Raumnes&Årnes IL	Oslo/Po
1991	2	3.22	Ola Nerhagen	Ullensaker-Sørumsund Friidrett	Trondheim
1998	1	3.16	Michael Momala	Minerva IS	Stange
1999	3	2.96	Danny Sanchez	Minerva IS	Stange
Kule					
1966	2	14.30	Arne Os	IL Tyrving	Namsos
1967	2	14.35	Dagfinn Reium	IL Tyrving	Hamar
1977	3	14.50	Johnny Børresen	Minerva	Hamar
1978	1	15.49	Johnny Børresen	Minerva	Tønsberg
1980	3	15.94	Ole Gran	Fossum IF	Oslo/St
1987	1	15.19	Lars Ola Sundt	Kolbotn IL	Lillehammer/Ss
1991	2	14.07	Espen Sagen	Asker Skiklubb	Førde
Diskos					
1950	3	35.67	Helge Nannestad	Nannestad IL	Tønsberg
1960	1	46.70	Tormod Lislørud	Ski IL	Kristiansund
1977	3	45.60	Jan Tore Sandaas	Tomter IL	Hamar
1986	3	45.82	Lars Ola Sundt	Kolbotn IL	Haugesund
1987	1	53.92	Lars Ola Sundt	Kolbotn IL	Lillehammer/Ss
1988	1	49.78	Lars Ola Sundt	Kolbotn IL	Voss
1990	3	40.84	Ole C. Strømberg	Ski IL	Overhalla
1993	3	44.84	Marius Sagen	Asker Skiklubb	Skjåk

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				280	
Slegge					
1948	2 - 6kg	27.83	Gunnar Østli	Skedsmo IL	Haugesund
1949	3 - 6kg	29.87	Gunnar Østli	Skedsmo IL	Hønefoss
1977	2	49.90	Jan Tore Sandaas	Tomter IL	Hamar
1981	3	47.38	Otto Rui	Strømmen IF	Oslo/St
1982	1	57.08	Otto Rui	Strømmen IF	Stavanger
Spyd					
1951	2	53.48	Bjørn Molstad	Sørumsand IF	Hamar
1952	2	54.23	Bjørn Molstad	Sørumsand IF	Bergen/Kr
1953	2	55.23	Bjørn Molstad	Sørumsand IF	Moss
1961	3	63.45	Oddvar Johnsen	Ski IL	Tønsberg
1963	2	68.98	Arne Os	IL Tyrving	Haugesund
1964	1	76.22	Arne Os	IL Tyrving	Bergen/Kr
1965	2	69.64	Arne Os	IL Tyrving	Askim
1966	1	71.94	Arne Os	IL Tyrving	Namsos
1973	1	68.38	Torfinn Pettersen	Nittedal IL	Nadderud
1974	2	68.46	Torfinn Pettersen	Nittedal IL	Stavanger
1980	3	62.32	Pål Berntsen	Minerva	Førde
1987	2	64.64	Jon Aase	Nittedal IL	Lillehammer/Ss
1990	2	63.90	Geir Killingbergtrø	Kolbotn IL	Overhalla
1992	1	62.70	Pål Arne Fagernes	Asker Skiklubb	Kongsvinger/Gj
1994	1	71.82	Pål Arne Fagernes	Asker Skiklubb	Drammen
10-kamp					
1965	1	6161	Arne Os	IL Tyrving	Kongsvinger/Gj
			11.9-6.08-13.87-1.80-56.4/16.3-37.16-3.20-58.98-5:21.0		
1966	1	6419	Arne Os	IL Tyrving	Moss
			11.7-6.27-14.16-1.85-56.0/16.2-38.40-3.45-70.52-5:54.8		
1974	2	5761	Bjørn Gulbrandsen	Fossum IF	Kragerø
			12.4-5.65-11.21-1.79-57.4/16.6-35.76-3.20-55.92-4:59.6		
1977	1	6848	Tor Skotaam	Siggerud IL	Oslo/Bi
			11.3-6.00-12.54-1.94-52.0/15.9-39.36-3.60-51.48-4:33.0		
1978	1	6915	Tor Skotaam	Siggerud IL	Steinkjer/Gu
			11.6-6.35-13.20-1.95-54.2/15.8-43.40-3.50-55.12-4:35.4		
1979	2	6258	Ole Gran	Fossum IF	Haugesund
			12.2-6.14-15.04-1.86-56.6/16.7w-39.50-3.50-43.66-4:55.0		
1981	2	6096	Ole Gran	Fossum IF	Trondheim/Le
			12.4-6.02-14.06-1.78-55.8/16.8-41.02-3.50-45.56-5:07.7		
1982	2	6474	Ole Gran	Fossum IF	Bergen/Fa
			12.03-6.29-14.79-1.86-53.32/16.05-38.16-3.40-44.26-4:48.25		
1983	2	6303	Svenn Erik Bolle	Vestby IL	Steinkjer
			12.11-6.20-12.32-1.87-53.18/16.13-35.10-3.30-48.18-4:41.19		
1987	3	6328	Jo Henning Hals Nilssen	Ullensaker/Kisa IL	Byrkjelo
			11.77-6.68-10.60-1.84-53.45/15.63-36.00-3.80-47.52-4:57.68		

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				281	
10-kamp forts.					
1989	1	6541	Gunnar Ohma	Kolbotn IL	Drammen/Ma
				11.7-6.10-11.99-1.98-53.6/15.5-34.38-4.40-53.36-5:02.2	
1990	2	6052	Thomas Egtvedt	IL Tyrving	Øyestad
				11.60-6.24-12.13-1.90-54.10/17.61-35.18-3.60-48.46-4:59.43	
1991	2	6094	Trond Høiby	Ski IL	Ski
				12.54-5.91-11.28-1.92-54.43/17.29-37.94-3.60-57.30-4:46.58	
	3	6093	Thomas Egtvedt	IL Tyrving	
				12.07-6.50-12.39-1.89-54.94/17.23-33.06-4.00-44.90-4:50.30	
1992	1	6810	Tom Erik Olsen	Ullensaker/Kisa IL	Trondheim/Le
				11.21-6.82-12.91-1.80-51.24/15.14-32.62-4.60-43.68-5:03.00	
	2	6526	Ole Christian Strømberg	Ski IL	
				11.18-6.57-11.83-1.77-52.54/16.42-39.28-3.30-58.40-4:51.17	
	3	6393	Trond Høiby	Ski IL	
				12.26-6.26-11.92-1.98-53.83/17.15-37.76-3.80-52.40-4:36.80	
1993	3	6266	Trond Høiby	Ski IL	Stavanger
				12.24-6.21-11.77-1.84-54.76/17.76-38.48-3.80-59.62-4:38.06	

4x100m					
1949	2	46.6	IL Mode		Hønefoss
				Odd Guriby-Erik Strand Torgersen-Bjørn Rasmussen-Narve Bonna	
1964	3	44.6	IL Tyrving		Lillestrøm
				Morten Vollan-Bjørn Clausen-Svein Lauritzen-Kjell Ruud	
1967	2	43.0	Nesodden IF		Oslo/Bi
				Vidar Bjørn-Terje Hellesylt-Stein Schrøder-Tyrgve Holst	
1972	3	45.0	Minerva		Flekkefjord
				Roar Frisvold-Per Linge-Karsten Bernts-Jostein Linge	
1973	2	43.8	IL Tyrving		Sarpsborg
				Lars Os-Egil Fors-Tore Sandven-Stein Meum	
	3	44.0	Minerva		
				Jostein Linge-Roar Frisvold-Ingar Engelund-Per Linge	
1974	2	44.2	IL Tyrving		Drammen/Ma
				Lars Os-Stener Alfsen-Pål Apoll-Stein Meum	
	3	44.9	Minerva		
				Jan Erik Madsen-Per Linge-Roar Frisvold-Ingar Engelund	
1976	3	44.0	Minerva		Lillehammer/Ss
				Geir Kaspersen-Jan Erik Madsen-Per Erik Bernts-Per Linge	
1977	1	43.5	Minerva		Oslo/Bi
				Johnny Børresen-Jan Erik Madsen-Geir Kaspersen-Per Erik Bernts	
1978	2	46.0	Minerva		Levanger
				Johnny Børresen-Terje Granheim-Jan Erik Madsen-Per Erik Bernts	

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				282
4x400m forts.				
1970	1	3:25.8	IL Tyrving	Tønsberg
			Lars Os-Stein Meum-Knut Olav Staver-Jan Skaarud	
1971	2	3:23.5	IL Tyrving	Kongsvinger/Gj
			Lars Os-Stein Meum-Knut Olav Staver-Jan Skaarud	
1974	2	3:29.2	IL Tyrving	Drammen/Ma
			Pål Apoll-Lars Os-Geir Diesen-Sjur Agdestein	
1975	2	3:27.6	IL Tyrving	Stjørdal
			Geir Diesen-Eivind Bjart Stangebye-Stein Gilhuus-Sjur Agdestein	
1978	2	3:27.7	Minerva	Levanger
			Johnny Børresen-Terje Granheim-Jan Erik Madsen-Per Erik Bernts	
1989	3	3:24.20	Sørum IL	Porsgrunn/Kj
			Jan Erik Schmidt-Ketil Brynhildsen-Olav Holen-Arne Svardahl	
1990	2	3:23.21	Ullensaker-Sørum Friidrett	Drammen/Ma
			Ketil Brynhildsen-Jan Arnegård-Ola Nerhagen-Hans Jørgen Borgen	

4x1500m				
1969	1	16:46.6	Ski IL	Fredrikstad
			Arve Naalsund-Åge Nyborg-Morten Torgersen-Dag Anmarkrud	
1970	2	16:20.4	Ski IL	Tønsberg
			Arve Naalsund-Knut Syvertsen-Åge Nyborg-Dag Anmarkrud	
1974	2	16:37.0	Minerva	Drammen/Ma
			Kjell Dybvik-Jon Bjørgum-Ingar Engelund-Ole Bjørgum	
1978	1	17:43.4	Minerva	Levanger
			Håkon Tveten-Geir Forsberg-Ole Bjørgum-Jon Backe Bogstad	
	2	18:05.7	Lørenskog FIL	
			Arne C. Mohn-Haakon Rye-Arne Bjørnholt-Per E. Kristoffersen	
1981	2	16:52.9	Minerva	Trondheim
			Ole T. Anderdahl-Igor Kristensen-Leif I. Soleim-Jon Backe Bogstad	
1983	2	16:23.7	IL Tyrving	Steinkjer
			Kjetil Ørbech-Knut Sølva-Helge Røstad-Morten Timme Hansen	

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				283	
1000m					
1961	3	2:04.1	IL Tyrving		Tønsberg
				Jan Brinchmann-Svein Erik Pedersen-Svein O.Tho-Øyvind Fjellhøy	
1962	1	2:02.8	IL Tyrving		Hamar
				Kjell Ruud-Petter Slipper-Svein-Erik Pedersen-Øyvind Fjellhøy	
1963	1	2:01.5	IL Tyrving		Haugesund
				Kjell Ruud-Morten Vollan-Svein Erik Pedersen-Øyvind Fjellhøy	
1966	2	2:01.7	Fossum IF		Namsos
				Reidar Halvorsen-Fredrik vogt Lorentzen-Terje Narvesen-Hans Sørli	
1967	3	2:01.6	Nesodden IF		Hamar
				Stein Schrøder-Vidar Bjørn-Terje Hellesylt-Trygve Holst	
1969	2	2:00.3	Fossum IF		Oslo/Bi
				Ståle Eriksen-Arvid Dahm-Terje Narvesen-Tom Johannessen	
1971	1	1:59.7	IL Tyrving		Sunndalsøra
				Lars Os-Stein Meum-Knut Olav Staver-Jan Skaarud	
1976	3	2:02.9	Minerva		Trondheim
				Johnny Børresen-Per Linge-Jan Erik Madsen-Per Erik Bernts	
1977	2	1:59.8	Minerva		Hamar
				Johnny Børresen-Jan Erik Madsen-Geir Kaspersen-Per Erik Bernts	
1978	3	2:00.5	Minerva		Tønsberg
				Johnny Børresen-Terje Grime-Terje Granheim-Per Erik Bernts	
1990	3	1:58.91	Ullensaker-Sorum Friidrett		Overhalla
				Eivind Skildheim-Ola Nerhagen-Jan E. Schmidt-Kjetil Brynhildsen	

2km terrengløp					
1968	3	5:29	Bjørn Arild Rake	Fossum IF	Frol
1971	2	6:02	Arne Bjørkås	Sorum IL	Steinkjer
1989	3	7:04	Tom Bagstevold	IL Tyrving	Sandnes
1991	3	6:08	Eivind Solbu	Ås IL	Sveio

2km terrengløp lag					
1987	2	47p	Nittedal IL		Stavanger
				Julius Solheim 6-John Hansen 18-Arild Hagsveen 23	
1988	1	23p	Nittedal IL		Stavanger
				John Hansen 4-Julius Solheim 5-Arild Hagsveen 14	

4km terrengløp					
1948	1	20:23	Knut Tveten	Gjelleråsen IF	Stabæk
	2	20:24	Bjørn Olsen	Enebakk IF	
1971	1	12:36	Dag Anmarkrud	Ski IL	Rosendal
1972	1	12:48	Arne Bjørkås	Sorum IL	Larvik
	3	12:51	Per Herman Krøger	Nesodden IF	

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				284		
6km terrengløp						
1978	2	18:07.1	Geir Forsberg	Minerva	Trondheim	
1989	2	19:35	Julius Solheim	Nittedal IL	Sandnes	

6km terrengløp lag					
1989	1	33p	Nittedal IL		Sandnes
			Julius Solheim 2-John Hansen 6-Arild Hagsveen 25		

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				285	
Menn junior - Junioralder 22 år					
100m					
2016	2	10.57	Jonas Halonen	IL Tyrving	Brandbu
200m					
2016	2	21.36+2.1	Jonas Halonen	IL Tyrving	Brandbu
400m					
2005	1	48.99	Lars Jahr Røine	Minerva IS	Haugesund
2006	2	48.07	Lars Jahr Røine	Minerva IS	Bergen/Fa
2012	2	48.65	Thomas Roth	Ullensaker/Kisa IL	Prestfoss
2013	1	47.73	Andreas Roth	Ullensaker/Kisa IL	Overhalla
2017	3	51.71	Lars Gausemel Stølen	IL Tyrving	Harstad
2018	1	48.66	Markus Einan	Ullensaker/Kisa IL	Oslo/Bi
	3	49.13	Lars Gausemel Stølen	IL Tyrving	
2019	1	48.93	Lars Gausemel Stølen	IL Tyrving	Sigdal
	2	49.01	Didrik Hexeberg Warlo	IL Tyrving	
	3	49.62	Jonathan Jacobsen	Nittedal IL	
800m					
2001	1	1:54.94	Stig Vervik Ellingsen	IL Tyrving	Nadderud
2002	1	1:50.55	Stig Vervik Ellingsen	IL Tyrving	Lillehammer/Ss
2011	3	1:53.86	Vetle Aasland	Ullensaker/Kisa IL	Kristiansand
2012	2	1:52.70	Vetle Aasland	Ullensaker/Kisa IL	Prestfoss
	3	1:55.69	Vegard Løberg Gjelsvik	Ullensaker/Kisa IL	
2013	2	1:55.89	Elias Ottosen	Ullensaker/Kisa IL	Overhalla
	3	1:57.31	Håvard Hildeskor	Ullensaker/Kisa IL	
2016	1	1:51.77	Sigurd Blom Breivik	Ullensaker/Kisa IL	Brandbu
2018	3	1:55.84	Henrik Hanssen	Ullensaker/Kisa IL	Oslo/Bi
2019	1	1:54.53	Didrik Hexeberg Warlo	IL Tyrving	Sigdal
	2	1:55.75	Henrik Hanssen	Ullensaker/Kisa IL	
1500m					
2003	2	4:01.72	Stig Vervik Ellingsen	IL Tyrving	Kristiansand
	3	4:04.19	Nicolai Bølling	IL Tyrving	
2011	3	3:55.24	Vetle Aasland	Ullensaker/Kisa IL	Kristiansand
2012	1	3:46.82	Thomas Roth	Ullensaker/Kisa IL	Prestfoss
	2	3:48.12	Vetle Aasland	Ullensaker/Kisa IL	
2013	3	3:57.05	Elias Ottosen	Ullensaker/Kisa IL	Overhalla
2018	2	3:51.54	Markus Einan	Ullensaker/Kisa IL	Oslo/Bi
2019	1	3:53.84	Didrik Hexeberg Warlo	IL Tyrving	Sigdal
2020	1	3:49.10	Didrik Hexeberg Warlo	IL Tyrving	Kristiansand

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				286	
Menn junior - Junioralder 22 år					
5000m					
2003	2	15:29.69	Arne Christensen Post	Oppegård IL	Kristiansand
2014	3	15:07.49	Jørgen Frost Bø	Ullensaker/Kisa IL	Lisleby
110m hekk					
2008	3	17.00	Morten Haave	IL Tyrving	Stavanger
2021	3+3.2	16.16	Simen S. Hansen	Ås iL	Ravnanger
400m hekk					
2000	1	53.26	Michael Tomala	Minerva IS	Florø
2023	3	57.75	Sigurd Clementsen	IL Tyrving	Sandnes
3000m hinder					
2003	1	9:56.30	Thomas B. Høgseth	IL Tyrving	Kristiansand
2004	3	9:37.85	Thomas B. Høgseth	IL Tyrving	Trondheim/St
2009	2	9:45.18	Espen Weltzien	IL Tyrving	Bodø
2010	3	10:00.75	Harald Solberg Næss	IL Driv	Ravnanger
2012	2	9:10.02	Jonas Lurås Hammer	Lørenskog FIL	Prestfoss
	3	9:17.60	Vetle Aasland	Ullensaker/Kisa IL	
2014	2	9:55.96	Nikolai Smestad	Ullensaker/Kisa IL	Lisleby
Høyde					
2012	3	2.00	Frederik Jahr	IL Tyrving	Prestfoss
2013	2	2.03	Frederik Jahr	IL Tyrving	Overhalla
2019	1	1.85	Erik Lønskog	IL Tyrving	Sigdal
Stav					
2009	3	4.30	Ole Vee-Haugen	Lørenskog FIL	Bodø
2010	1	4.10	Ole Vee-Haugen	Lørenskog FIL	Ravnanger
Lengde					
2010	1	7.10	Jonas Mögenburg	IL Tyrving	Ravnanger
2011	1	7.09	Jonas Mögenburg	IL Tyrving	Kristiansand
2012	3	6.36	Frederik Jahr	IL Tyrving	Prestfoss
2019	1	6.00	Erik Lønskog	IL Tyrving	Sigdal
Tresteg					
2006	3	12.80	Morten Haave	IL Tyrving	Bergen/Fa
2013	3	13.06	Frederik Jahr	IL Tyrving	Overhalla
2023	2	13.40	Simen Gimnes	IL Tyrving	Sandnes
Kule					
2009	1	16.54	Fredrik Amundgård	IL Tyrving	Bodø
2018	3	12.52	Erik Johannes Rosvold	Asker Skiklubb	Oslo/Bi
2020	2	12.96	Sondre Høyland	IL Tyrving	Kristiansand

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				287	
Menn junior - Junioralder 22 år					
Diskos					
2002	3	39.28	Kenneth Nordby	Minerva IS	Lillehammer/Ss
2008	3	36.27	Tommy Lillehagen	Asker Skiklubb	Stavanger
2009	1	54.94	Fredrik Amundgård	IL Tyrving	Bodø
	2	51.81	Magnus Berntsen	Aurskog-Høland FIL	
2010	1	55.83	Magnus Berntsen	Aurskog-Høland FIL	Ravnanger
2018	2	43.31	Erik Johannes Rosvold	Asker Skiklubb	Oslo/Bi
Slegge					
2002	3	42.24	Kenneth Nordby	Minerva IS	Lillehammer
2009	3	49.31	Fredrik Amundgård	IL Tyrving	Bodø
Spyd					
2010	2	54.06	Paul Redford	Nittedal IL	Ravnanger
2011	1	65.36	Paul Redford	Nittedal IL	Kristiansand
2018	2	63.60	Sondre Høyland	IL Tyrving	Oslo/Bi
2020	3	64.85	Sondre Høyland	IL Tyrving	Kristiansand

4x100m					
2002	3	44.64	IL Tyrving		Elnesvågen
			Alexander Borg-Rune Berger-Magne Skovli-Øyvind Skovli		
2003	3	44.25	IL Tyrving		Tønsberg
			Sindre Hilden-Alexander Borg-Rune Berger-Magne Skovli		

4x400m					
2002	3	3:22.18	IL Tyrving		Elnesvågen
			Rune Berger-Magnus Lindahl-Nicolai Bølling-Stig Vervik Ellingsen		
2017	2	3:26.89	IL Tyrving		Hamar
			Jørgen Hansen-Sander Berrefjord-Carl-Waldemar Ebbesen-Didrik Warlo99		

4x1500m					
2002	1	16:33.18	IL Tyrving		Elnesvågen
			Thomas Høgseth-Stig K.Andersen-Nicolai Bølling-Stig V. Ellingsen		
2003	1	17:17.20	IL Tyrving		Tønsberg/Gr
			Audun Weltzien-Eirik Landgraff-Thomas Høgseth-Nicolai Bølling		

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				288
Menn junior - Junioralder 22 år				
1000m				
2002	3	1:57.66	IL Tyrving	Lillehammer/Ss
	Magne Skovli82 Rune Berger81-Nicolai Bølling81-Stig Vervik Ellingsen81			
2012	1	1:55.54	Ullensaker/Kisa IL	Prestfoss
	Marius Mellum96-Vegard Gjelsvik92-Andreas Roth93-Thomas Roth91			
2013	2	1:57.42	Ullensaker/Kisa IL	Overhalla
	Martin Syversen92-Vegard Gjelsvik92-Elias Ottosen94-Andreas Roth93			
2013	3	2:09.39	Ullensaker/Kisa IL	
	Jonas Krossøy95-Stian Klungland93-Håvard Hildeskor92-Nikolai Smestad92			
2017	2	1:58.95	IL Tyrving	
	Kenneth Vik Gulbrandsen97-Lars Gausemel Stølen97-Syver Røinaas99-Didrik Warlo99			
2018	2	1:57.00	IL Tyrving	
	Theo Halvorsen97-Patrick Bifugo98-Syver Røinaas99-Lars Gausemel Stølen97			
2019	1	1:57.98	IL Tyrving	
	Erik Lønskog99-Iver Koppen99-Didrik Hexeberg Warlo99-Lars Gausemel Stølen97			
2020	2	1:55.86	IL Tyrving	
	Tobias Windjusveen02-Petter Svoren01-Jonatan Bjerkaas99-Didrik Hexeberg Warlo99			

Terrensløp 10km				
2003	3	36:26	Jonas Udenæs	Nesodden IF Lørenskog

Halvmaraton 21098m				
2010	2	1:13.20	Bendik Steinland Myhren	Lørenskog FIL Sola
	3	1:14.36	Harald Solhaug Næss	IL Driv
2011	3	1:17:40	Mathias Nipen	IL Tyrving Drammen

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				289	
Menn junior - Junioralder 19 år					
100m					
2006	1	10.92	Philip Bjørnå Berntsen	Ski IL	Bergen/Fa
2007	1	10.73	Philip Bjørnå Berntsen	Ski IL	Tønsberg/Gr
2012	2	11.01	Jonas Halonen	IL Tyrving	Prestfoss
2013	1	10.93	Jonas Halonen	IL Tyrving	Overhalla
200m					
2007	1	21.51	Philip Bjørnå Berntsen	Ski IL	Tønsberg/Gr
2012	1	21.89	Jonas Halonen	IL Tyrving	Prestfoss
2016	2	22.24	Markus Nikolai Berner	IL Tyrving	Brandbu
400m					
2003	1	50.24	Lars Jahr Røine	Minerva IS	Kristiansand
2008	3	49.84	Jonas Mögenburg	IL Tyrving	Stavanger
2009	1	49.39	Thomas Roth	Ullensaker/Kisa IL	Bodø
2010	2	49.00	Thomas Roth	Ullensaker/Kisa IL	Ravnanger
	3	49.65	Andreas Roth	Ullensaker/Kisa IL	
2011	2	48.52	Andreas Roth	Ullensaker/Kisa IL	Kristiansand
2012	2	48.21	Andreas Roth	Ullensaker/Kisa IL	Prestfoss
2014	2	49.75	Markus Einan	Ullensaker/Kisa IL	Lisleby
2015	3	50.06	Markus Nikolai Berner	IL Tyrving	Byrkjelo
2016	1	48.24	Markus Einan	Ullensaker/Kisa IL	Brandbu
2018	2	49.58	Jonathan Jacobsen	Nittedal IL	Oslo/Bi
	3	49.91	Mads Rognerud	Ås IL	
800m					
2000	1	1:54.15	Stig Vervik Ellingsen	IL Tyrving	Florø
2008	1	1:54.72	Thomas Roth	Ullensaker/Kisa IL	Stavanger
2009	1	1:52.20	Thomas Roth	Ullensaker/Kisa IL	Bodø
	2	1:52.80	Vegard Løberg Gjelsvik	Ullensaker/Kisa IL	
2010	3	1:53.83	Vetle Aasland	Ullensaker/Kisa IL	Ravnanger
2012	1	1:51.07	Andreas Roth	Ullensaker/Kisa IL	Prestfoss
2014	1	2:00.17	Markus Einan	Ullensaker/Kisa IL	Lisleby
	3	2:01.50	Sverre Blom Breivik	Ullensaker/Kisa IL	
2015	1	1:58.55	Markus Einan	Ullensaker/Kisa IL	Byrkjelo
	2	1:58.83	Sverre Blom Breivik	Ullensaker/Kisa IL	
2016	1	1:53.10	Markus Einan	Ullensaker/Kisa IL	Brandbu
2017	3	1:55.55	Didrik Hexeberg Warlo	IL Tyrving	Harstad
2018	1	1:51.84	Didrik Hexeberg Warlo	IL Tyrving	Oslo/Bi
2021	1	1:49.72	Ole Jacob Solbu	Ås IL	Ravnanger
2023	2	1:57.60	Sondre Lehmann	Ullensaker/Kisa IL	Sandnes

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				290	
Menn junior - Junioralder 19 år					
1500m					
2005	1	4:05.70	Sindre Buraas	Hurdal IL	Haugesund
	2	4:06.32	Eirik Smidt Sagstuen	Strømmen IF	
2006	1	3:58.79	Sindre Buraas	Hurdal IL	Bergen/Fa
2009	3	4:00.42	Vetle Aasland	Ullensaker/Kisa IL	Bodø
2010	3	3:56.62	Vetle Aasland	Ullensaker/Kisa IL	Ravnanger
2018	2	4:09.95	Didrik Hexeberg Warlo	IL Tyrving	Oslo/Bi
2021	1	3:57.46	Ole Jacob Solbu	Ås IL	Ravnanger
2022	3	3:45.98	Andreas F. Halvorsen	Ullensaker/Kisa IL	Rud
2023	1	3:45.07	Andreas F. Halvorsen	Ullensaker/Kisa IL	Sandnes

5000m					
2002	2	15:49.60	Arne Post	Oppegård IL	Lillehammer/Ss
2005	1	15:10.71	Sindre Buraas	Hurdal IL	Haugesund
2007	3	14:57.96	Sindre Buraas	Hurdal IL	Tønsberg
2008	1	14:58.52	Sindre Buraas	Hurdal IL	Stavanger
2012	3	15:22.73	Anders Televik	IL Tyrving	Prestfoss
2014	3	15:28.17	Albert Sperstad	IL Tyrving	Lisleby
2018	3	15:04.42	Einar Johan Melsom	IL Tyrving	Oslo/Bi
2022	2	14:16.75	Andreas Fjeld Halvorsen	Ullensaker/Kisa IL	Rud
2023	2	14:48.45	Simen G. Stensrud	Ullensaker/Kisa IL	Sandnes
3000m kappgang					
2022	2	15:27.69	Kristoffer Randell	Drøbak-Frogn IL	Rud
110m hekk					
2004	1	16.69	Steffen Bugge	Asker Skiklubb	Trondheim/St
2008	2	14.40	Vladimir Vukicevic	Ski IL	Stavanger
2009	1	13.88	Vladimir Vukicevic	Ski IL	Bodø
2010	1	13.69	Vladimir Vukicevic	Ski IL	Ravnanger
2016	1	14.14	Marcus Theodor Moen	Ullensaker/Kisa IL	Brandbu
	3	15.18	Sondre Guttormsen	Ski IL	
2017	1	14.51 ^{+3.1}	Sondre Guttormsen	Ski IL	Harstad
	3	16.15 ^{+3.1}	Simen Sebastian Hansen	Ås IL	
2018	1	14.32	Sondre Guttormsen	Ski IL	Oslo/Bi
2022	1	14.78	Jonathan H. Ødegaard	IL Tyrving	Rud
400m hekk					
2015	3	55.99	Markus Nikolai Berner	IL Tyrving	Byrkjelo
2016	1	53.46	Markus Nikolai Berner	IL Tyrving	Brandbu
2017	2	57.41	Syver Røinaas	IL Tyrving	Harstad
2022	2	56.42	Sigurd Clementsen	IL Tyrving	Rud

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				291	
Menn junior - Junioralder 19 år					
2000m hinder					
2001	2	6:17.58	Thomas Høgseth	IL Tyrving	Nadderud
2007	2	6:09.18	Jonas Legernes	IL Tyrving	Tønsberg
2008	3	6:04.46	Sindre Buraas	Hurdal IL	Stavanger
2010	2	6:03.16	Jonas Lurås Hammer	Lørenskog FIL	Ravnanger
2011	3	6:00.29	Vegard Løberg Gjelsvik	Ullensaker/Kisa IL	Kristiansand

3000m hinder					
2018	2	9:39.28	Einar Johan Melsom	IL Tyrving	Oslo/Bi
2019	1	9:31.28	Lars Agnar Hjelmeset	Nittedal IL	Sigdal
2022	3	9:27.31	Didrik Røssum Jensen	Nittedal IL	Rud

3000m kappgang					
2023	1	14:14.78	Kristoffer Randall	Drøbak-Frogn IL	Sandnes

Høyde					
2000	2	2.01	Haakon Lilleng Asmyhr	Aurskog-Høland FIL	Florø
2001	3	1.98	Kristoffer Gressli	Vestby IL	Nadderud
2021	3	1.85	Michael Reklev	Ullensaker/Kisa IL	Ravnanger
2022	2	1.97	Sondre Jahren	Asker Skiklubb	Rud
2023	1	1.97	Sandre Jahren	Asker Skiklubb	Sandnes
2023	3	1.94	Michael Reklev	Ullensaker/Kisa IL	Sandnes
2023	3	1.94	Even Ragnhildsløkken	Ullensaker/Kisa IL	Sandnes

Stav					
2005	3	3.90	Jørgen Frydenlund	Minerva IS	Haugesund
2015	2	4.60	Sondre Guttormsen	Ski IL	Byrkjelo
2016	1	4.70	Sondre Guttormsen	Ski IL	Brandbu
	3	4.30	Johannes Strømhaug	IL Tyrving	
2017	2	4.80	Sondre Guttormsen	Ski IL	Harstad
	3	4.00	Filip Aas	Ullensaker/Kisa IL	
2018	1	5.51	Sondre Guttormsen	Ski IL	Oslo/Bi
	2	4.50	Simen Guttormsen	Ski IL	

Lengde					
2008	2	6.97	Jonas Mögenburg	IL Tyrving	Stavanger
2009	1	6.94	Jonas Mögenburg	IL Tyrving	Bodø
2010	2	6.94	Frederik Jahr	IL Tyrving	Ravnanger
2018	2	6.87	Sondre Guttormsen	Ski IL	Oslo/Bi
2023	2	6.92	Sigmund Le Fjeld	IL Tyrving	Sandnes

Tresteg					
2019	3	13.34	Per Ellef Ryen Aalerud	Ås IL	Sigdal
2021	1 +4.1	14.25	Aspen Jahren	Asker Skiklubb	Ravnanger
2023	1	13.54	Sigmund Le Fjeld	IL Tyrving	Sandnes

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				292	
Menn junior - Junioralder 19 år					
Høyde uten tilløp					
2005	1	1.65	Morten Haave	IL Tyrving	Stangehallen
2007	1	1.60	Kristoffer Rødvei	IL Tyrving	Stangehallen
2008	1	1.63	Paul Redford	Nittedal IL	Stangehallen
	2	1.50	Fredrik Jahr	IL Tyrving	Stangehallen
2009	1	1.66	Paul Redford	Nittedal IL	Stangehallen
	2	1.62	Frederik Jahr	IL Tyrving	Stangehallen
2010	1	1.60	Frederik Jahr	IL Tyrving	Stange
2011	2	1.55	Jon Reed Roald	IL Tyrving	Steinkjer
2016	2	1.55	Espen Berntzen Høgstedt	Asker Skiklubb	Rud
	3	1.55	Sondre Alexander Høyland	IL Tyrving	
2017	1	1.66	Sondre Alexander Høiland	IL Tyrving	Ulsteinvik
2023	3	1.55	Thomas Skalstad-Aaker	IL Tyrving	Rud

Lengde uten tilløp					
2004	1	3.13	Morten Haave	IL Tyrving	Stangehallen
2005	1	3.21	Morten Haave	IL Tyrving	Stangehallen
2006	3	3.01	Kristoffer Rødvei	IL Tyrving	Stangehallen
2008	2	2.97	Kristoffer Rødvei	IL Tyrving	Stangehallen
2009	1	3.13	Frederik Jahr	IL Tyrving	Stangehallen
2010	1	3.06	Frederik Jahr	IL Tyrving	Stangehallen
2016	1	3.02	Sondre A. Høyland	IL Tyrving	Rud
2017	1	3.06	Sondre A. Høyland	IL Tyrving	Ulsteinvik
	2	2.84	Carsten Skippa Grønli	IL Tyrving	
	3	2.82	Syver Røinaas	IL Tyrving	
2020	2	3.06	Vebjørn Sæten Skre	Asker Skiklubb	Rud
2023	2	3.02	Sigmund Le Fjeld	IL Tyrving	Rud

Kule					
2008	1	17.97	Fredrik Amundgård	IL Tyrving	Stavanger
2014	3	15.58	Thor Olav Rosvold	Asker Skiklubb	Lisleby
2015	3	15.31	Thor Olav Rosvold	Asker Skiklubb	Byrkjelo
Diskos					
2006	3	45.97	Magnus Berntsen	Aurskog-Høland FIL	Bergen/Fa
2007	2	50.75	Fredrik Amundgård	Oppegård IL	Tønsberg
	3	47.34	Magnus Berntsen	Aurskog-Høland FIL	
2008	1	54.51	Fredrik Amundgård	IL Tyrving	Stavanger
	2	50.07	Magnus Berntsen	Aurskog-Høland FIL	
2012	3	44.14	Thor Olav Rosvold	Asker Skiklubb	Prestfoss
2013	3	52.26	Thor Olav Rosvold	Asker Skiklubb	Overhalla
2014	3	53.52	Thor Olav Rosvold	Asker Skiklubb	Lisleby
2015	2	52.70	Thor Olav Rosvold	Asker Skiklubb	Byrkjelo
2020	2	49.56	Vebjørn Sæten Skre	Asker Skiklubb	Kristiansand

2021	2	50.76	Sondre Jahren	Asker Skiklubb	Ravnanger
2023	2	52.82	Sondre Jahren	Asker Skiklubb	Sandnes
Medaljevinnere i Norgesmesterskap				293	
Menn junior - Junioralder 19 år					
Slegge					
2000	2	39.78	Kenneth Nordby	Minerva IS	Florø
Spyd					
2008	1	59.43	Paul Redford	Nittedal IL	Stavanger
2015	3	54.82	Sondre Høyland	IL Tyrving	Byrkjelo
2016	2	62.02	Sondre Høyland	IL Tyrving	Brandbu
2017	1	70.97	Sondre Høyland	IL Tyrving	Harstad
	2	63.09	Kasper Sagen	IL Tyrving	
2022	3	50.89	Felix Maximillan Skare	Ski IL	Rud
2023	3	49.84	Maximillan Skare	Ski IL	Sandnes

10-kamp					
2007	1	5026	Ole Vee-Haugen	Lørenskog FIL	Hammerfest
			12.52-5.64-11.55(6)-1.70-58.39/19.32(100)-37.05(1.75)-3.70-38.60(8)-5:29.05		
2015	3	4927	Torbjørn Moldestad	Nittedal IL	Nittedal
			12.13-5.53-11.36(6)-1.52-58.43/17.29(10)-28.27(1.75)-2.90-45.76(8)-5:12.56		

Terrengløp 2km					
2005	2	6:30	Sindre Buraas	Hurdal IL	Åheim
2006	2	5:47	Sindre Buraas	Hurdal IL	Bergen
	3	5:52	Jonas Legernes	IL Tyrving	
2007	2	5:26	Sindre Buraas	Hurdal IL	Lyngdal
2010	3	5:59	Vegard Løberg Gjelsvik	Ullensaker/Kisa IL	Tønsberg
2015	1	6:01	Sverre Blom Breivik	Ullensaker/Kisa IL	Ås

Terrengløp lang løype 6 km					
2005	2	20:37	Sindre Buraas	Hurdal IL	Jessheim 6.5km
2006	2	20:03	Sindre Buraas	Hurdal IL	Halden
2012	2	20:25	Jørgen Frost Bø	Ullensaker/Kisa IL	Ås
2023	1	18:38	Andreas Fjeld Halvorsen	Ullensaker/Kisa IL	Oslo
2023	2	18:39	Kristian Bråthen Børve	Ullensaker/Kisa IL	Oslo
2023	3	19:06	Simen Gløgård Stensrud	Ullensaker/Kisa IL	Oslo

Halvmaraton – Arrangert første gang 2005					
2007	1	1:15:26	Ola Matre	Asker Skiklubb	Namsos
2008	1	1:20:20	Ola Matre	Asker Skiklubb	Fredrikstad

10-kamp					
2004	1	5459	Steffen Bugge	Asker Skiklubb	Moss/Me
			11.96-5.85-12.21-1.68-55.10/17.43-33.65-2.95-40.64-4:54.58		
2005	1	4706	Steffen Bugge	Asker Skiklubb	Drammen/Ma
			12.34-5.97-11.59-1.65-57.87/21.35-35.27-2.75-37.81-5:22.42		

2015	3	4927	Torbjørn Moldestad	Nittedal IL	Nittedal
			12.13-2.0-5.53+0.8-11.36(6)1.52-58.43/17.29-1.8(100)-2.90-45.76-5:12.56		

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				294	
Menn junior - Junioralder 19 år					
4x100m					
2004	1	43.70	Asker Skiklubb		Åkrestrømmen
		Lawrence Pupo86-Jørgen Jervidalø85-Steffen Bugge86-Mads Kloster88			
2005	1	44.07	Asker Skiklubb		Steinkjer/Gu
		Steffen Bugge86-Mads Kloster88-Mikkel Bugge89-Lawrence Pupo86			
2006	1	44.04	Asker Skiklubb		Stavanger
		Mikkel Bugge89-Mads Kloster88-Lars Ree89-Said Imasi89			
2012	3	43.68	IL Tyrving		Jessheim
		Nicolay Sandsdalen95-Kathan Yoganathan94-Eivind Hvistendahl95-Jonas Halonen95			
2013	1	42.60	IL Tyrving		Sandnes
		Mathias Haugsdal94-Halvard Hornes95-Eivind Hvistendahl96-Kathan Yohanatan94			
2014	3	43.63	IL Tyrving		Grimstad
		Vemund Lenschow97-Markus Berner97-Theo Halvorsen97-Halvor Hauge Hornes95			
2015	2	42.26	IL Tyrving		Larvik/Lo
		Kenneth Gulbrandsen97-Lars Stølen97-Theo Halvorsen97-Markus Berner96			
2016	1	42.38	IL Tyrving		Trondheim/St
		Kenneth Gulbrandsen97-Lars Stølen97-Theo Halvorsen97-Syver Røinaas99			
2018	1	42.77	IL Tyrving		Nesodden
		Tobias Windjusveen02-Jonathan Bjerkaas99-Peter Svoren01-Syver Røinaas99			
2019	2	44.81	IL Tyrving		Lillehammer
		Sondre Vik04-Sigurd Clementsen03-Tobias Windjusveen02-Peter Svoren01			
2022	3	43.59	IL Tyrving		Ås
		Herman Ådland06-Benjamin C. Brown06-Axel Mjær06-Sigmund Fjeld05			

4x400m					
2000	2	3:27.98	IL Tyrving		Søgne
			Thomas Høgseth-Anders Kindberg-Nicolai Bølling-Stig Ellingsen		
2006	2	3:30.31	IL Tyrving		Stavanger
			Christian Linnerud-Lars Mørch-Jonas Mögenburg-Henrik Gateman		
2008	1	3:31.69	Ullensaker/Kisa IL		Tromsø/Va
			Vegard Gjelsvik-Anders Buraas-Fredrik Fuglerud-Tomas Roth		
2009	1	3:24.28	Ullensaker/Kisa IL		Strandebarm
			Njord Wiker-Vetle Aasland-Vegard Løberg Gjelsvik-Thomas Roth		
2010	1	3:18.53	Ullensaker/Kisa IL		Steinkjer/Gu
			Andreas Roth-Håvard Hildeskor-Vegard Løberg Gjelsvik-Thomas Roth		
2011	2	3:23.21	Ullensaker/Kisa IL		Drammen/Ma
			Vegard Løberg Gjelsvik-Stian Klungland-Håvard Hildeskor-Andreas Roth		
2014	2	3:23.64	Ullensaker/Kisa IL		Grimstad
			Sverre Breivik96-Jon Gunnar Alfsen97-Sigurd Breivik96-Markus Einan97		
2015	1	3:25.51	Ullensaker/Kisa IL		Larvik/Lo
			Sverre Breivik96-Sigurd Breivik96-Jon Gunnar Alfsen97-Markus Einan97		
2016	1	3:24.05	IL Tyrving		Trondheim/St

			Jonathan Bjerkaas99-Jørgen Hunsen99-Didrik Warlo99-Syver Røinaas99		
2016	2	3:27.09	Ullensaker/Kisa IL		Trondheim/St
			Jørgen Opaker98-Kristian Tokstad00-Sondre Øines98-Markus Einan97		

Medaljevinnere i Norgesmesterskap			295		
Menn junior - Junioralder 19 år					
4x400m					
2018	1	3:19.42	IL Tyrving		Nesodden
			Jonathan Bjerkaas99-Peter Svoren01-Didrik Warlo99-Syver Røinaas99		
2019	2	3:26.01	IL Tyrving		Lillehammer
			Sigurd Clementsen03-Einar Rye01-Marcus Svarva04-Peter Svoren01		
2019	3	3:51.67	Nesodden IF		Lillehammer
			Birk Staven03-Dasniel Lunde04-Mads >Hjort-Larsen03-Kasper Jørgensen03		
2022	1	3:26.09	IL Tyrving		Ås
			Sigurd Clementsen03-Sigmund Le Fjeld05-Christian Wright06-Brede Drabløs05		
2022	2	3:32.37	Ullensaker/Kisa IL		Ås
			Nikolai Solum05-Andreas Kværner06-Iver Eriksen06-Benjamin Olsen04		

4x1500m					
2000	3	16:58.33	IL Tyrving		Søgne
			Nicolai Bølling-Vegar Berg-Erik Landgraff-Stig V. Ellingsen		
2008	2	17:46.87	Ullensaker/Kisa IL		Tromsø/Va
			Fredrik Fuglerud-Vegard Gjelsvik-Anders Buraas-Tomas Roth		
2009	1	16:57.18	Ullensaker/Kisa IL		Strandebarm
			Karl Nyquist-Njord Wiker-Vetle Aasland-Vegard Løberg Gjelsvik		
	2	17:32.49	Ullensaker/Kisa IL	2. lag	Strandebarm
			Fredrik Svinø-Thomas Roth-Kevin Fritz-Anders Buraas		
2010	1	17:06.70	Ullensaker/Kisa IL		Steinkjer
			Anders Buraas-Håvard Hildeskor-Vegard Gjelsvik-Vetle Aasland		
	3	17:35.95	Ullensaker/Kisa IL	2. lag	
			Åsmund Wennemo-Thomas Roth-Peder Holm-Fredrik Anthi Svinø		
2011	1	16:55.48	Ullensaker/Kisa IL		Drammen
			Lars Buraas-Stian Klungland-Håvard Hildeskor-Vegard Gjelsvik		
2013	3	16:46.41	Ullensaker/Kisa IL		Sandnes
			Jonas Krossøy-Erik Rickenberg-Åsmund Wennemo-Jørgen Frost Bø		
2014	2	16:42.30	Ullensaker/Kisa IL		Grimstad
			Sverre Breivik96-Sigurd Breivik96-Jonas Krossøy95-Henrik Hanssen97		
2015	1	16:55.64	Ullensaker/Kisa IL		Larvik/Lo
			Jon G. Alfsen97-Sigurd Breivik96-Henrik Hanssen97-Markus Einan98		
2016	1	17:17.36	Ullensaker/Kisa IL		Trondheim/Le
			Ole Sandness00-Markus Høgne98-Henrik Hanssen97-Markus Einan97		
2016	2	17:45.40	IL Tyrving		Trondheim/St
			Carl Ebbesen97-Henrik Koppang99-Fredrik Gustad99-Didrik Hexeberg99		
2017	1	18:33.89	Ullensaker/Kisa IL		Hamar
			Ole Sandness00-Patrick Fossum98-Sondre Liestøl99-Sondre Øines98		

2022	2	17:41.38	Ullensaker/Kisa IL		Ås
			Jonas Kveen03-Gard Tørum03-Ole-K. Kværner05-Magnus Homble04		

Medaljevinnere i Norgesmesterskap	296
Menn junior - Junioralder 19 år	

1000m					
2009	1	2:00.07	Ullensaker/Kisa IL		Bodø
			Njård Wiker-Andreas Roth-Vegard Løberg Gjelsvik-Thomas Roth		
2010	1	1:58.79	Ullensaker/Kisa IL		Ravnanger
			Martin Opaker-Vegard Løberg Gjelsvik-Andreas Roth-Thomas Roth		
	3	2:03.83	Ullensaker/Kisa IL		
			Peder Holm-Njord Wiker-Håvard Hildeskor-Vetle Aasland		
2011	1	1:58.63	Ullensaker/Kisa IL		Kristiansand
			Martin Opaker-Håvard Hildeskor-Vegard Løberg Gjelsvik-Andreas Roth		
2014	2	2:00.36	IL Tyrving		Lisleby
			Theo Halvorsen-Nikolai Berner-Eivind Hvistendahl-Haavard Lien		
2015	1	1:57.38	IL Tyrving		Byrkjelo
			Theo Halvorsen-Eivind Hvistendahl-Lars Stølen-Markus Berner		
	3	2:00.86	Ullensaker/Kisa IL		Byrkjelo
			Jørgen Opaker-Jon Gunnar Alfsen-Sverre Breivik-Markus Einan		
2016	1	2:00.43	IL Tyrving		Brandbu
			Kenneth Gulbrandsen-Jonathan Bjerkaas-Syver Røinaas-Markus Nikolai Berner		
2018	1	1:55.65	IL Tyrving		Oslo/Bi
			Tobias Winjusveen-Haakon Amble-Jonathan Bjerkaas-Dicrik Warlo		
2022	1	1:59.55	IL Tyrving		Rud
			Markus Le Fjeld-Jonathan Ødegaard-Christian Wright-Sigurd Clementsen		
2023	2	2:02.45	IL Tyrving		Sandnes
			Benjamin Carlsen Brown-Franz Holmen-Axel Mjør-Sigmund Le Fjeld		

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				297	
Kvinner junior Første gang arrangert i 1967 – Junioralder 20 år					
Uoffisielt mesterskap i 1966					
100m					
1966	1	12.4	Sidsel Kjellås	Strømmen IF	Lunde
1968	3	12.4	Eva Paulsen	Holstad IL	Sandefjord
1969	1	12.6	Unni Lundby	Strømmen IF	Oslo/Bi
	2	12.8	Eva Paulsen	Holstad IL	
1981	2	12.2	Siri Merete Kaldager Øen	Lørenskog FIL	Oslo/St
1985	2	12.04	Benedicte Indrebø	Fossum IF	Steinkjer
1986	2	11.88	May Britt Mannes	Fossum IF	Haugesund
1998	3	12.57	Ingrid Bernice Folland	Ås IL	Stjørdal
200m					
1968	1	25.4	Eva Paulsen	Holstad IL	Sandefjord
1969	1	25.4	Unni Lundby	Strømmen IF	Oslo/Bi
1970	1	25.7	Eva Paulsen	Holstad IL	Stavanger
	3	26.5	Unni Lundby	Strømmen IF	
1981	1	24.3	Siri Merete Kaldager Øen	Lørenskog FIL	Oslo/St
400m					
1970	2	58.8	Siri Hemstad	IL Tyrving	Stavanger
1971	3	59.6	Siri Hemstad	IL Tyrving	Sunndalsøra
1978	3	57.2	Mona Hansen	IL Tyrving	Tønsberg
1979	1	56.15	Mona Hansen	IL Tyrving	Bergen/Fa
1984	2	55.70	Cathrine Berg	IL Tyrving	Moss
1986	3	56.57	Cathrine Berg	IL Tyrving	Haugesund
1994	2	58.56	Elin Dahl	Follo FIK	Drammen
1997	2	57.71	Lise Margareth Jensen	Ski IL	Byrkjelo
800m					
1966	1	2:17.3	Agnes Alkeberg	IL Tyrving	Lunde
	3	2:31.5	Marit Ramsli	IL Tyrving	
1974	2	2:10.6	Grete Kolstad	Aurskog-Høland FIL	Stavanger
1985	2	2:07.09	Toril Hatling	Lørenskog FIL	Steinkjer
1986	2	2:08.23	Toril Hatling	Lørenskog FIL	Haugesund
1994	1	2:17.54	Elin Dahl	Follo FIK	Drammen
1996	3	2:17.72	Elin Dahl	Follo FIK	Askøy
1500m					
1974	2	4:35.6	Grete Kolstad	Aurskog-Høland FIL	Stavanger

1975	1	4:37.7	Torunn Kolstad	Aurskog-Høland FIL	Krødsherad
1976	2	4:40.5	Aud Sugar	IL Tyrving	Trondheim
	3	4:42.0	Grete Kolstad	Aurskog-Høland FIL	
1977	3	4:44.3	Gro Reinhardt	IL Tyrving	Hamar
1979	3	4:28.6	Gro Reinhardt	IL Tyrving	Bergen/Fa

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				298	
3000m					
1974	2	10:03.6	Torunn Kolstad	Aurskog-Høland FIL	Stavanger
1975	1	9:54.4	Torunn Kolstad	Aurskog-Høland FIL	Krødsherad
1976	2	10:24.4	Aud Sugar	IL Tyrving	Trondheim
1979	3	9:48.8	Gro Reinhardt	IL Tyrving	Bergen/Fa
1980	2	9:50.7	Anne Jahren	IL Tyrving	Førde
100m hekk					
1969	2	17.0	Ann Helen Bjørnstad	Holstad IL	Oslo/Bi
	3	17.1	Anne Sørensen	Strømmen IF	
1970	3	16.2	Anne Merete Pettersen	IL Tyrving	Stavanger
1971	1	15.7	Anne Merete Pettersen	IL Tyrving	Sunndalsøra
	3	16.8	Vivi Furu	IL Tyrving	
1972	2	15.5	Benedicte Eskeland	IL Tyrving	Nadderud
1983	2	14.74	Berit Marstein	IL Tyrving	Byrkjelo
1984	1	14.46	Berit Marstein	IL Tyrving	Moss
1985	3	14.72	Berit Marstein	IL Tyrving	Steinkjer
1988	3	14.95	Inger Birgitte Reppe	Ullensaker/Kisa IL	Voss
400m hekk					
1983	1	61.96	Wenche Schikora	Fossum IF	Byrkjelo
1984	2	59.72	Berit Marstein	IL Tyrving	Moss
1985	1	60.26	Wenche Schikora	IL Tyrving	Steinkjer
1986	3	62.36	Monica Langfeldt	IL Tyrving	Haugesund
1988	3	63.15	Inger-Cecilie Østensen	IL Tyrving	Voss
1989	3	62.49	Inger-Cecilie Østensen	IL Tyrving	Lisleby
1997	1	60.92	Lise Margareth Jensen	Ski IL	Byrkjelo
1998	1	61.12	Lise Margareth Jensen	Ski IL	Stjørdal
1999	1	60.75	Lise Margareth Jensen	Ski IL	Sandefjord
Høyde					
1966	3	1.40	Astrid Hoel	Holstad IL	Lunde
1972	1	1.64	Anne Mette Olsen	Ullensaker/Kisa IL	Trondheim
1973	1	1.68	Hilde Marie Mørk	Kråkstad IL	Nadderud
1974	3	1.64	Hilde Marie Mørk	Kråkstad IL	Stavanger
1976	1	1.79	Hilde Marie Mørk	Kråkstad IL	Trondheim
1984	2	1.76	Ellen Aasum	Ski IL	Moss
1985	2	1.78	Ellen Aasum	Ski IL	Steinkjer
1986	2	1.76	Ellen Aasum	Ski IL	Haugesund
1987	1	1.73	Ellen Aasum	Ski IL	Lillehammer

1991	3	1.70	Mimi Storm-Hansen	IL Tyrving	Førde
1992	2	1.70	Mimi Storm-Hansen	IL Tyrving	Kongsvinger
1994	2	1.70	Anita Dale	Ullensaker/Kisa IL	Drammen

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				299	
Lengde forts.					
1966	2	5.13	Sidsel Kjellås	Strømmen IF	Lunde
1973	3	5.54	Benedicte Eskeland	IL Tyrving	Nadderud
1975	2	5.55	Gunn Andersen	Minerva	Krødsherad
1984	3	5.50	Sissel Paulsen	Ski IL	Moss
1991	3	5.72	Carhrine Berget	Kolbotn IL	Førde
1999	2	5.79	Lene Berger	IL Tyrving	Sandefjord
Kule					
1966	1	10.43	Anne Helene Bjerke	Holstad IL	Lunde
	2	9.93	Sidsel Kjellås	Strømmen IF	
1971	1	10.67	Torgunn Stensrud	Hobøl IL	Sunddalsøra
1973	2	12.50	Torgunn Stensrud	Hobøl IL	Nadderud
1974	2	11.00	Ingerid Qvale	Hvam IL	Stavanger
1975	1	11.90	Ingerid Qvale	Hvam IL	Krødsherad
1976	1	12.79	Stine Lerdahl	Minerva	Trondheim
1977	1	12.89	Stine Lerdahl	Minerva	Hamar
1978	1	13.77	Stine Lerdahl	Minerva	Tønsberg
1979	1	13.67	Stine Lerdahl	Minerva	Bergen/Fa
1980	1	14.25	Stine Lerdahl	Minerva	Førde
Diskos					
1972	2	36.38	Ingerid Qvale	Hvam IL	Trondheim
1973	2	37.82	Ingerid Qvale	Hvam IL	Nadderud
1974	1	38.54	Ingerid Qvale	Hvam IL	Stavanger
1975	1	42.92	Ingerid Qvale	Hvam IL	Krødsherad
1976	3	36.96	Stine Lerdahl	Minerva	Trondheim/Le
1978	2	41.48	Stine Lerdahl	Minerva	Tønsberg
1979	3	40.62	Stine Lerdahl	Minerva	Bergen/Fa
1980	2	40.64	Stine Lerdahl	Minerva	Førde
1983	1	41.78	Yngvild Mürer	IL Tyrving	Byrkjelo
1985	3	41.74	Yngvild Mürer	IL Tyrving	Steinkjer/Gu
1990	1	40.98	Anne Marte Bakken	IL Tyrving	Overhalla
Spyd					
1966	3	32.76	Kirsten Andersen	Ski IL	Lunde
1970	2	37.60	Anne Britt Holm	Strømmen IF	Stavanger
1972	3	36.96	Berit Bamrud	Nannestad IL	Trondheim
1973	3	38.22	Berit Bamrud	Nannestad IL	Nadderud

1974	1	41.34	Runa Nordal	Ullensaker/Kisa IL	Stavanger
1979	2	45.60	Kristin Damsgård	IL Tyrving	Bergen/Fa
1981	1	48.90	Trine Solberg	Ski IL	Oslo/St
1982	1	58.02	Trine Solberg	Ski IL	Stavanger
1984	1	60.82	Trine Solberg	Ski IL	Moss
1985	3	44.16	Siw Bakken	Asker Skiklubb	Steinkjer/Gu

Medaljevinnere i Norgesmesterskap			300		
5-kamp 100m hekk-Kule-Høyde/Lengde-200m					
1970	1	3388	Anne Merete Pettersen	IL Tyrving	Tønsberg
			16.4-7.46-1.42/4.81-28.3		
1971	1	2765	Vivi Furu	IL Tyrving	Isfjorden
			17.3-8.60-1.40/4.72-29.3		
	2	2747	Anne Merete Pettersen	IL Tyrving	
			17.7-7.91-1.40/4.74-28.4		

7-kamp					
1981	1	4608	Siw Bakken	Asker Skiklubb	Trondheim
			16.8-10.25-1.62-28.1/4.95-36.04-2:36.6		
1982	2	4882	Siw Bakken	Asker Skiklubb	Bergen/Fa
			16.17-11.19-1.60-27.88/5.19-39.38-2:31.80		
1984	1	5314	Kristin Lunner	Aurskog-Høland FIL	Nadderud
			14.7w-10.43-1.71-27.0w/5.47w-39.00-2:30.7		
	3	5176	Siw Bakken	Asker Skiklubb	
			15.4-11.59-1.71-27.5/5.22-33.04-2:29.5		
1985	2	4826	Kristin Lunner	Aurskog-Høland FIL	Kristiansand
			15.3(-1.8)1.71-11.07-27.7(-1.4)/5.25(+0.6)-38.50-2:30.7(200mE:27.97)		
	3	4605	Siw Bakken	Asker Skiklubb	
			16.2(-1.8)1.65-11.77-27.7(-1.4)/5.05(+1.8)-39.94-2:35.8(200mE:27.96)		

4x100m					
1966	1	50.7	Strømmen IF		Lunde
			Ellen Trondsen-Anne Marie S. Nielsen-Åse Jørstad-Sidsel Kjellås		
1969	3	50.6	Strømmen IF		Oslo/Bi
			Unni Lundby-Britt Falla-Rhonda Hesler-Karin Brenna		
1970	2	51.2	IL Tyrving		Stavanger
			Siri Hemstad-Ellen Haglund-Anne Merete Pettersen-Turi Ask		
	3	51.5	Strømmen IF		
			Rhonda Hesler-Karin Brenna-Britt Falla-Unni Lundby		
1978	3	50.8	Strømmen IF		Levanger
			Anne L. Finnbråten-Karin Pedersen-Tone Ringard-Reidun Granheim		
1984	1	48.73	IL Tyrving		Nadderud
			Sidsel Bogsti-Cathrine Berg-Berit Marstein-Tonje Berglund		
1985	1	49.17	IL Tyrving		Bergen/Fa
			Inger Brandt-Cathrine Berg-Berit Marstein-Tonje Berglund		
1986	2	49.44	IL Tyrving		Søgne

			Anette Robsahm-Inger C.-Østensen-Inger Brandt-Tonje Berglund		
1987	2	48.71	IL Tyrving		Mosjøen
			Lene M. Pedersen-Anette Robsahm-Inger Brandt-Inger C.-Østensen		

Medaljevinnere i Norgesmesterskap			301		
4x400m					
1978	2	4:12.2	IL Tyrving		Levanger
			Hanne Jacobsen-Anne B. Johannessen-Gro Reinhardt-Mona Hansen		
1980	1	3:53.2	IL Tyrving		Ålesund
			Wenche Schikora-May Hartting-Hanne Jacobsen-Anne Johannessen		
1983	2	3:55.7	IL Tyrving		Steinkjer/Gu
			Berit Marstein-May Hartting-Birgitta Starchjohann-Cathrine Berg		
1984	1	3:52.74	IL Tyrving		Nadderud
			Sidsel Bogsti-Birgitta Starchjohann-Cathrine Berg-Berit Marstein		
1985	3	3:54.03	IL Tyrving		Bergen/Fa
			Inger Brandt-Tonje Berglund-Berit Marstein-Cathrine Berg		
1986	1	3:45.88	Fossum IF		Søgne
			Tone Ihle-Vivian Johansen-May Karin Mannes-Cathrine Berg		

3x800m					
1977	3	7:01.8	IL Tyrving		Oslo/Bi
			Helen Hexeberg-Lena Hestdal-Gro Reinhardt		

4x800m					
1980	1	8:59.2	IL Tyrving		Ålesund
			Anne B.Johannessen-May E.Hartting-Anne Jahren-Wenche Schikora		
1985	2	9:16.74	Lørenskog FIL		Bergen/Fa
			Rubi Skøyem-Ellen Skarpen-Therese Clemetsen-Toril Hatling		
1986	3	9:44.75	Nittedal IL		Søgne
			Anne Mette Goddokken- - Liven-Anne Mette Myhre- - Bollvåg		
1990	2	9:35.73	Asker & Bærum FIK		Drammen/Ma
			Siv Karlsen-Gro Feldberg-Janne Corneliussen-Aina Wikestad		
1991	3	9:52.39	Asker & Bærum FIK		Lillehammer/Ss
			Siv Karlsen-Gro Feldberg-Anita Karlsen-Aina Wikestad		
1996	2	9:52.77	Follo FIK		Stavanger
			Siri Hagman-Merete Helgheim-Katrine Olsgård-Elin Dahl		

1000m					
1982	3	2:20.12	Fossum IF		Stavanger
			Gunn Granlund-Elisabeth Underthun-Lise Leirvik-Wenche Schikora		
1984	1	2:15.30	IL Tyrving		Moss

			Sissel Bogsti-Tonje Berglund-Berit Marstein-Cathrine Berg		
1985	1	2:14.99	IL Tyrving		Steinkjer/Gu
			Inger Brandt-Tonje Berglund-Berit Marstein-Cathrine Berg		
1986	1	2:14.37	Fossum IF		Haugesund
			Tone Ihle-Vivian Johansen-May Karin Mannes-Cathrine Berg		

Medaljevinnere i Norgesmesterskap			302		
Terrengløp 1km					
1968	3	3:21	Elisabeth Nygård	Nesodden IF	Frol
1975	1	3:23.4	Torunn Kolstad	Aurskog-Høland FIL	Stavanger
	2	3:24.2	Aud Sugar	IL Tyrving	
	3	3:26.5	Grete Kolstad	Aurskog-Høland FIL	

Terrengløp 2km					
1981	3	6:47	Anne Jahren	IL Tyrving	Mandal
1982	3	6:28	Anne Jahren	IL Tyrving	Sandefjord

Terrengløp 2km lag					
1976	1	27p	IL Tyrving		Bryne
			Aud Sugar 4-Gro Reinhardt 8-Hilde Simonsen 15		
1978	1	25p	IL Tyrving		Trondheim
			Gro Reinhardt 6-Terese Haaland 9-Helle Hexeberg 10		
1979	2	30p	IL Tyrving		Oslo
			Gro Reinhardt 5-Anne Jahren 9-Anne Bucker Johannessen 16		

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				303	
Kvinner junior - Junioralder 22 år					
100m					
2009	3	12.74	Tale Ørving	Minerva IS	Bodø
2010	3	12.73	Tale Ørving	Minerva IS	Ravnanger
2011	2	12.51	Heidi Hessian Næss	IL Tyrving	Kristiansand
2020	1	11.75	Helene Rønningen	IL Tyrving	Kristiansand
2021	1	11.70	Ingvild Meinseth	IL Tyrving	Ravnanger
200m					
2004	2	26.81	Ane Høgseth	IL Tyrving	Trondheim/St
2009	3	25.35	Heidi Hessian Næss	IL Tyrving	Bodø
2011	3	25.37	Heidi Hessian Næss	IL Tyrving	Kristiansand
2020	1	24.14	Helene Rønningen	IL Tyrving	Kristiansand
2021	1	24.22	Ingvild Meinseth	IL Tyrving	Ravnanger
400m					
1999	2	57.01	Lise Margareth Jensen	Ski IL	Sandefjord
2001	2	56.51	Lise Margareth Jensen	Ski IL	Nadderud
2017	2	57.15	Mina Marie Anglero	IL Tyrving	Harstad
800m					
2005	3	2:35.45	Cecilie Gjersum	IL Tyrving	Haugesund
2006	2	2:13.81	Ida Landgraff	IL Tyrving	Bergen/Fa
2013	3	2:21.93	Karoline Skatteboe	IL Tyrving	Overhalla
2017	2	2:12.32	Mina Marie Anglero	IL Tyrving	Harstad
	3	2:12.59	Caroline Fleischer	Ski IL	
2018	1	2:14.93	Amalie Sæten	Ullensaker/Kisa IL	Oslo/Bi
800m	3	2:13.81	Christine Næss	IL Tyrving	Kristiansand
1500m					
2003	3	4:51.28	Line Tveter	IL Tyrving	Kristiansand
2004	1	4:46.53	Line Tveter	IL Tyrving	Trondheim/St
2005	2	4:39.78	Line Tveter	IL Tyrving	Haugesund
	3	4:45.85	Tone Ilstad Hjalmarssen	IL Tyrving	
2013	2	4:38.26	Karoline Skatteboe	IL Tyrving	Overhalla
2014	3	3:34.11	Karoline Skatteboe	IL Tyrving	Lisleby
2020	2	4:26.57	Christine Næss	IL Tyrving	Kristiansand
3000m					
2005	1	9:56.40	Tone Ilstad Hjalmarsem	IL Tyrving	Haugesund

2006	1	9:38.70	Ingunn Weltzien	IL Tyrving	Bergen/Fa
2007	2	9:51.43	Ingunn Weltzien	IL Tyrving	Tønsberg
2013	1	10:05.20	Karoline Skatteboe	IL Tyrving	Overhalla
2014	2	9:48.29	Karoline Skatteboe	IL Tyrving	Lisleby
2020	1	9:50.17	Christine Næss	IL Tyrving	Fredrikstad
2021	1	10:01.67	Christine Næss	IL Tyrving	Ravnanger
2022	3	9:27.55	Kristine Meinert Rød	Oppegård IL	Rud

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				304	
Kvinner junior - Junioralder 22 år					
100m hekk					
2009	3	14.80	Tale Ørving	Minerva IS	Bodø
2010	1	14.26	Tale Ørving	Minerva IS	Ravnanger
2011	1	14.61	Tale Ørving	Minerva IS	Kristiansand
	2	14.73	Kine Aaltvedt	Minerva IS	
2013	1	14.04	Kine Aaltvedt	Minerva IS	Overhalla
2016	2	15.27	Caroline Fleischer	Ski IL	Brandbu
400m hekk					
2001	2	59.53	Lise Margareth Jensen	Ski IL	Nadderud
2013	1	62.96	Amalie Hammild Iuel	IL Tyrving	Overhalla
2017	2	62.68	Mina Marie Anglero	IL Tyrving	Harstad
2020	1	60.19	Marie Skjæggestad	IL Tyrving	Kristiansand
3000m hinder					
2013	1	11:03.94	Karoline Skatteboe	IL Tyrving	Overhalla
2014	1	10:42.92	Karoline Skatteboe	IL Tyrving	Lisleby
Høyde					
2010	1	1.71	Mia Haave	IL Tyrving	Ravnanger
2011	1	1.60	Katarina Mögenburg	IL Tyrving	Kristiansand
2013	1	1.72	Katarina Mögenburg	IL Tyrving	Overhalla
2016	2	1.74	Caroline Fleischer	Ski IL	Brandbu
2017	1	1.75	Caroline Fleischer	Ski IL	Harstad
2023	1	1.64	Kristine Leiknes	IL Tyrving	Sandnes
2023	2	1.64	Anastasia Schnell	IL Tyrving	Sandnes
Stav					
2004	1	3.10	Trude Martinsen	Minerva IS	Trondheim/St
Lengde					
2001	1	5.76	Lene Berger	IL Tyrving	Nadderud
2002	1	5.81	Lene Berger	IL Tyrving	Lillehammer/Ss
2011	3	5.74	Kararina Mögenburg	IL Tyrving	Kristiansand
2013	2	5.66	Katarina Mögenburg	IL Tyrving	Overhalla
2016	3	5.62	Caroline Fleischer	Ski IL	Brandbu
2017	1	5.57	Caroline Fleischer	Ski IL	Harstad
2023	3	5.34	Kristine Leiknes	IL Tyrving	Sandnes

Tresteg					
2010	2	12.58	Mia Haave	IL Tyrving	Ravnanger
2011	3	11.99	Kine Aaltvedt	Minerva IS	Kristiansand
2015	2	10.65	Mari Cecilie Hansen	Ås IL	Byrkjelo
2023	3	10.90	Kristine Leiknes	IL Tyrving	Sandnes
Kule					
2010	1	13.69	Kristin Sundsteigen	IL Tyrving	Ravnanger
2016	1	13.59	Camilla Rønning	Nittedal IL	Brandbu
Medaljevinnere i Norgesmesterskap			305		
Kvinner junior - Junioralder 22 år					
Diskos					
2017	3	41.92	Vilde Indseth Holten	Asker Skiklubb	Harstad
Spyd					
2009	2	38.60	Marte Aaltvedt	Minerva IS	Bodø
2010	1	44.83	Marte Aaltvedt	Minerva IS	Ravnanger
	3	37.24	Marte Brenna Steinbakken	Minerva IS	
2011	1	49.16	Marte Aaltvedt	Minerva IS	Kristiansand
	3	38.66	Kine Aaltvedt	Minerva IS	
2013	2	47.36	Andrea Enerstad Bolle	Vestby IL	Overhalla
2014	1	50.85	Lena Marie Hansen	Nittedal IL	Lisleby
	3	45.30	Andrea Enerstad Bolle	Vestby IL	
2015	3	45.05	Lena Marie Hansen	Nittedal IL	Byrkjelo

7-kamp					
1998	3	3856	Lene Berger	IL Tyrving	Moss
18.31-1.63-8.64-28.46/4.85-27.94-2:34.75					

4x800m					
2002	2	9:29.42	IL Tyrving		Elnesvågen
			Josefin Johannessen-Ida Landgraff-Ane Brockmann-Line Tveter		
2003	2	9:40.59	IL Tyrving		Tønsberg/Gr
			Josefin Johannessen-Ingunn Weltzien-Lise Hovlandsdal-Line Tveter		

1000m					
2017	2	2:24.09	IL Tyrving		Harstad
			Marthe Røe-Andrea Dammen-Anastasia Schnell-Mina Marie Anglero		

Medaljevinnere i Norgesmesterskap	306
Kvinner junior - Junioralder 22 år	

Terrengløp 2km					
2002	1	7:13	Line Tveter	IL Tyrving	Mjeldalen
	3	7:23	Josefin Johannessen	IL Tyrving	
2003	1	6:58	Line Tveter	IL Tyrving	Sandnes

Motbakkeløp – fra 2002					
2008	1	1:21.06	Ingunn Weltzien	IL Tyrving	Storhesten-Bygstad

Halvmaraton 21098m					
2011	1	1:25:38	Karoline Skatteboe	IL Tyrving	Drammen
2012	3	1:33:06	Stine Rajala Granerud	Ullensaker/Kisa IL	Hegra

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				307	
Kvinner junior - Junioralder 19 år					
100m					
2009	1	12.67	Marte Jørgensen	Strømmen IF	Bodø
2010	3	12.72	Astrid Cederkvist	Aurskog-Høland FIL	Ravnanger
2013	3	12.40	Helene Rønningen	IL Tyrving	Overhalla
2014	1	11.95 ^{+3.8}	Helene Rønningen	IL Tyrving	Lisleby
2015	1	11.86	Helene Rønningen	IL Tyrving	Byrkjelo
2016	1	11.66	Helene Rønningen	IL Tyrving	Brandbu
200m					
2008	3	25.03	Line Kloster	Asker Skiklubb	Stavanger
2010	1	25.21	Astrid Cederkvist	Aurskog-Høland FIL	Ravnanger
	3	25.47	Marte Wang Engen	Ski IL	
2014	1	24.71 ^{+3.0}	Helene Rønningen	IL Tyrving	Lisleby
2015	3	24.50	Helene Rønningen	IL Tyrving	Byrkjelo
400m					
2008	3	57.16	Line Kloster	Asker Skiklubb	Stavanger
2017	2	56.32	Marie Skjæggestad	IL Tyrving	Harstad
2018	3	56.84	Vår Åsheim	Ullensaker/Kisa IL	Oslo/Bi
800m					
2002	3	2:16.42	Line Tveter	IL Tyrving	Lillehammer/Ss
2003	3	2:18.66	Line Tveter	IL Tyrving	Kristiansand
2004	3	2:16.87	Ida Landgraff	IL Tyrving	Trondheim/St
2005	3	2:35.45	Cecilie Gjersum	IL Tyrving	Haugesund
2009	1	2:10.40	Ingeborg Løvnes	Strømmen IF	Bodø
2012	2	2:14.14	Aurora Dybedokken	IL Tyrving	Prestfoss
2013	1	2:13.06	Aurora Dybedokken	IL Tyrving	Overhalla
2020	3				
1500m					
2000	3	4:49.68	Siri Mette Carlsen	IL Tyrving	Florø
2001	3	4:46.84	Line Tveter	IL Tyrving	Nadderud
2002	2	4:38.32	Line Tveter	IL Tyrving	Lillehammer/Ss
2005	2	4:34.45	Ingunn Opsal	Minerva IS	Haugesund
2008	1	4:50.24	Ingeborg Løvnes	Strømmen IF	Stavanger
	3	4:53.26	Martine Kongsten	Ski IL	

2009	1	4:34.70	Ingeborg Løvnes	Strømmen IF	Bodø
2011	3	4:38.20	Irene Johansen	Sørum IL	Kristiansand
2012	2	4:34.13	Aurora Dybedokken	IL Tyrving	Prestfoss
	3	4:35.59	Karoline Skatteboe	IL Tyrving	
2013	1	4:34.84	Aurora Dybedokken	IL Tyrving	Overhalla
2016	2	4:33.48	Christine Næss	Asker Skiklubb	Brandbu
2018	2	4:33.52	Christine Næss	Asker Skiklubb	Oslo/Bi
2019	3	4:34.42	Christine Næss	Asker Skiklubb	Sigdal
2023	3	4:26.22	Wilma Torbjørnsson	Ullensaker/Kisa IL	Sandnes
Medaljevinnere i Norgesmesterskap				308	
Kvinner junior – Junioralder 19 år					
3000m					
2000	2	10:15.28	Siri Mette Carlsen	IL Tyrving	Florø
2001	2	10:43.23	Lydia Weydahl	IL Tyrving	Nadderud
2005	2	9:50.19	Ingunn Opsal	Minerva IS	Haugesund
2011	2	10:11.83	Karoline Skatteboe	IL Tyrving	Kristiansand
2012	3	9:48.81	Karoline Skatteboe	IL Tyrving	Prestfoss
2016	3	9:45.17	Christine Næss	Asker Skiklubb	Brandbu
2018	1	10:00.28	Christine Næss	Asker Skiklubb	Oslo/Bi
2019	3	9:52.09	Julie Hammer	Ullensaker/Kisa IL	Sigdal
2021	2	9:41.61	Sigrid Alvik	IL Tyrving	Ravnanger
2023	2	9:39.57	Wilma Torbjørnsson	Ullensaker/Kisa IL	Sandnes
100m hekk					
2004	1	13.70	Christina Vukicevic	Ski IL	Trondheim/St
	2	14.08	Christine Skodvin	Ski IL	Trondheim/St
2005	1	14.15	Christina Vukicevic	IL Tyrving	Haugesund
2006	1	13.55	Christina Vukicevic	IL Tyrving	Bergen/Fa
	3	14.43	Christine Lia	IL Tyrving	
2009	3	14.80	Kine Aaltvedt	Minerva IS	Bodø
2010	3	14.36	Kine Aaltvedt	Minerva IS	Ravnanger
2018	3	14.49	Marie Skjæggestad	IL Tyrving	Oslo/Bi
2022	3	14.88	Sunniva Indahl	Ski IL	Rud
400m hekk					
2009	3	65.59	Line Kloster	Asker Skiklubb	Bodø
2014	3	63.69	Caroline Fleischer	Ski IL	Lisleby
2015	2	61.20	Marie Skjæggestad	IL Tyrving	Byrkjelo
	3	63.11	Caroline Fleischer	Ski IL	Byrkjelo
2017	1	62.09	Marie Skjæggestad	IL Tyrving	Harstad
	3	66.11	Vår Åsheim	Ullensaker/Kisa IL	
2018	2	59.68	Marie Skjæggestad	IL Tyrving	Oslo/Bi
2022	2	63.17	Cassandra Ø. Nilsen	Nittedal IL	Rud
2000m hinder					
2008	3	7:20.68	Martine Kongsten	Ski IL	Stavanger
2009	2	7:10.38	Martine Kongsten	Ski IL	Bodø
2013	1	6:55.05	Aurora Dybedokken	IL Tyrving	Overhalla

3000m hinder					
2018	2	11:17.62	Hannah Berntzen Engevik	Nittedal iL	Oslo/Bi
2021	1	11:04.38	Sigrid Alvik	IL Tyrving	Ravnanger
Høyde					
2005	3	1.69	Mia Haave	IL Tyrving	Haugesund
2007	2	1.72	Mia Haave	IL Tyrving	Tønsberg/Gr
2008	1	1.69	Katarina Mögenburg	IL Tyrving	Stavanger
2009	2	1.78	Katarina Mögenburg	IL Tyrving	Bodø

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				309		
Kvinner junior – Junioralder 19 år						
Høyde						
2010	1	1.63	Katarina Mögenburg	IL Tyrving	Ravnanger	
2012	3	1.63	Amalie Hammild Iuel	IL Tyrving	Prestfoss	
2013	3	1.66	Caroline Fleischer	Ski IL	Overhalla	
2014	2	1.72	Caroline Fleischer	Ski IL	Lisleby	
2015	1	1.69	Caroline Fleischer	Ski IL	Byrkjelo	
2019	1	1.69	Hedvig Kallåk	IL Tyrving	Sigdal	
2021	1	1.78	Hedvig Kallåk	IL Tyrving	Ravnanger	
2022	1	1.75	Hedvig Kallås	IL Tyrving	Rud	
2023	2	1.64	Line Svarlien	IL Tyrving	Sandnes	

Høyde uten tilløp					
2005	2	1.25	Mia Haave	IL Tyrving	Stangehallen
2006	1	1.41	Mia Haave	IL Tyrving	Stangehallen
2007	1	1.38	Mai Haave	IL Tyrving	Stangehallen
2016	2	1.35	Andrea Dammen	IL Tyrving	Rud
2020	3	1.35	Hedvig Kallåk	IL Tyrving	Rud

Stav					
2002	3	2.80	Trude Martinsen	Minerva IS	Lillehammer/Ss
2003	1	3.00	Trude Martinsen	Minerva IS	Kristiansand
	3	2.70	Cecilie Pettersen	Minerva IS	
2013	3	3.50	Kari Strømhaug	IL Tyrving	Overhalla
2014	3	3.55	Kari Strømhaug	IL Tyrving	Lisleby
2015	3	3.30	Kari Strømhaug	IL Tyrving	Byrkjelo
2016	1	3.50	Birgitte Kjuus	Ullensaker/Kisa IL	Brandbu
	2	3.50	Hedda Kjølberg Hauge	Ski IL	
	3	3.30	Karoline Wea Johansen	Ski IL	
2017	1	3.80	Birgitte Kjuus	Ullensaker/Kisa IL	Harstad
	2	3.60	Hedda Marie Hauge	Ski IL	
2018	1	3.90	Birgitte Kjuus	Ullensaker/Kisa IL	Oslo/Bi
2019	2	3.50	Hedda Marie Hauge	Ski IL	Sigdal
2020	3	3.25	Maren Rønning	IL Tyrving	Kristiansand

Lengde					
2010	2	5.79	Katarina Mögenburg	IL Tyrving	Ravnanger
2014	2	5.64 +2.6	Sofie Olsholt	IL Tyrving	Lisleby

2015	2	5.67	Caroline Fleischer	Ski IL	Byrkjelo
2022	2	5.59	Frida Rimstad	Ullensaker/Kisa IL	Rud
	3	5.51	Kaja Carlsen Brown	IL Tyrving	

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				310	
Kvinner junior – Junioralder 19 år					
Lengde uten tillop					
2005	2	2.68	Mia Haave	IL Tyrving	Stangehallen
2006	2	2.64	Mia Haave	IL Tyrving	Stangehallen
2007	1	2.67	Mia Haave	IL Tyrving	Stangehallen
2008	2	2.73	Mia Haave	IL Tyrving	Stangehallen
2009	1	2.61	Mia Haave	IL Tyrving	Stangehallen
2013	1	2.59	Ida Planke Berg	IL Tyrving	Haugesund
2014	1	2.60	Caroline Fleischer	Ski IL	Stangehallen
	2	2.58	Sofie Olsholt	IL Tyrving	
	3	2.57	Ida Planke Berg	IL Tyrving	
2017	2	2.50	Maria Aaberg	IL Tyrving	Ulsteinvik
2018	2	2.61	Marie Skjæggestad	IL Tyrving	Rud

Tresteg					
2005	1	12.79	Mia Haave	IL Tyrving	Haugesund
2006	1	12.72	Mia Haave	IL Tyrving	Bergen/Fa
2008	1	13.11	Mia Haave	IL Tyrving	Stavanger
2010	2	12.24	Kine Aaltvedt	Minerva IS	Ravnanger
2013	2	11.75	Sofie Olsholt	IL Tyrving	Overhalla
2014	2	11.69	Anna Eikebrokk	IL Tyrving	Lisleby
	3	11.67	Sofie Olsholt	IL Tyrving	
2015	2	11.69	Anna Eikebrokk	IL Tyrving	Byrkjelo
2016	1	12.16	Anne Eikebrokk	IL Tyrving	Brandbu
2017	3	12.08	Marthe Røe	IL Tyrving	Harstad
2022	3	11.44	Susanne Tveit Amundsen	Asker Skiklubb	Rud
2023	1	+2.3	Susanne Tveit Amundsen	Asker Skiklubb	Sandnes
2023	3	11.58	Lina Svarlien	IL Tyrving	Sandnes

Kule					
2004	3	10.96	Charlotte Aanonsen	Asker Skiklubb	Trondheim/St
2011	1	12.84	Camilla Rønning	Nittedal IL	Kristiansand
2012	1	13.18	Camilla Rønning	Nittedal IL	Prestfoss
2019	1	13.38	Elisabeth Thon Rosvold	Asker Skiklubb	Prestfoss
2021	3	12.68	Elisabeth Thon Rosvold	Asker Skiklubb	Ravnanger
2022	3	12.22	Hanna Emilie Hjeltne	Ullensaker/Kisa IL	Rud
2023	1	13.41	Hanna Emilie Hjeltne	Ullensaker/Kisa IL	Sandnes

Diskos					
2006	3	35.20	Madeleine Bergan	Lørenskog FIL	Bergen/Fa
2017	2	40.23	Elisabeth Thon Rosvold	Asker Skiklubb	Harstad
2018	2	45.57	Elisabeth Thon Rosvold	Asker Skiklubb	Oslo/Bi
2019	1	47.40	Elisabeth Thon Rosvold	Asker Skiklubb	Prestfoss
2021	2	45.94	Elisabeth Thon Rosvold	Asker Skiklubb	Ravnanger
2022	2	42.70	Hanna Emilie Hjeltne	Ullensaker/Kisa IL	Rud

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				311	
Kvinner junior – Junioralder 19 år					
Slegge					
2006	2	48.83	Katja Vangsnes	Oppegård IL	Bergen/Fa
2007	2	48.80	Katja Vangsnes	Oppegård IL	Tønsberg/Gr
2008	3	52.59	Katja Vangsnes	Oppegård IL	Stavanger
2009	2	53.38	Katja Vangsnes	Oppegård IL	Bodø
2010	1	55.53	Katja Vangsnes	Oppegård IL	Ravnanger
2022	1	52.57	Tiril Lappegård	Nittedal IL	Rud

Spyd					
2004	3	42.35	Henriette Slåttum	Strømmen IF	Trondheim/St
2007	3	44.49	Marte Aaltvedt	Minerva IS	Tønsberg/Gr
2010	3	43.88	Andrea Bolle	Vestby IL	Ravnanger
2011	1	48.66	Ingeborg Rønningen	Ski IL	Kristiansand
	2	46.08	Andrea Bolle	Vestby IL	
2012	2	47.11	Ane Dahlen	IL Tyrving	Prestfoss
	3	43.12	Andrea Bolle	Vestby IL	
2019	1	45.09	Vibeke Engen	Oppegård IL	Sigdal
2021	1	45.90	Ellevine Skare	Ski IL	Ravnanger
2023	3	45.07	Ellevine Skare	Ski IL	Sandnes

7-kamp					
2014	1	4746	Caroline Fleischer	Ski IL	Nittedal
			15.23+1.7-1.74-8.12-27.05-1.1/5.29-0.3-25.00-2:14.82		
	1	4047	Ida Planke Berg	IL Tyrving	
			15.35+1.7-1.53-8.93-27.28-1.1/4.58+0.7-20.69-2:29.04		

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				312	
Kvinner junior – Junioralder 19 år					
Terrengløp 2km					
2008	2	8:09	Ingeborg Løvnes	Strømmen IF	Egersund
	3	8:10	Mari Hauge	IL Tyrving	
2009	1	7:05	Ingeborg Løvnes	Strømmen IF	Trondheim
2012	3	7:23	Karoline Skatteboe	IL Tyrving	Strandebarm
2013	2	6:20	Karoline Skatteboe	IL Tyrving	Hønefoss
2014	3	7:30	Aurora Dybedokken	IL Tyrving	Stord
2022	3	8:03	Hedda Høntorp	Oppegård IL	Trondheim

Terrengløp 4km					
2004	1	14:41	Ingunn Opsal	Minerva IS	Lillehammer
2005	1	13:25	Ingunn Opsal	Minerva IS	Jessheim
2011	2	14:45	Karoline Skatteboe	IL Tyrving	Trondheim
2012	3	18:13	Karoline Næss	Ullensaker/Kisa IL	Ås
2018	2	15:06	Christine Næss	Asker Skiklubb	Trondheim

Halvmaraton – Arrangert første gang 2005					
2005	1	1:20:57	Tone Ilstad Hjalmarsen	IL Tyrving	Drammen
	3	1:44:51	Camila Fjeldheim Hobøl	Lørenskog FIL	
2009	2	1:36.08	Karoline Sletteboe	IL Tyrving	Oslo

4x100m					
2005	3	54.76	IL Tyrving		Steinkjer
			Marte Holter-Mia Haave-Sara Meling-Tine Teigene Dalen		
2006	2	50.39	Asker Skiklubb		Stavanger
			Pernille Kloster-Mathilde Pilskog-Charlotte Aanonsen-Line Kloster		
2007	2	49.91	Strømmen IF		Lonevåg
			Vibeke N. Solem-Charlotte Halle-Stine Eriksen-Marie Brochmann		
2008	3	50.07	Ullensaker/Kisa IL		Tromsø/Va
			Susann Bakke-Linn Helene Bakke-Betina Nilssen-Ragnhild Hammeren		
2012	3	50.07	IL Tyrving		Jessheim
			Jenny Labråten97-Ida Planke Berg96-Sofie Olsholt96-Ine Karlberg96		
2014	1	48.17	IL Tyrving		Grimstad
			Sofie Olsholt96-Hedda Hornes98-Ida Planke Berg96-Helene Rønningen98		
2016	1	47.44	IL Tyrving		Trondheim/St
			Christine Gloppstad97-Helene Rønningen98-Mari Drabløs98-Celina Lundevik98		

2019	2	49.14	IL Tyrving		Lillehammer/Ss
			Miranda Lauvstad03-Pernille Stensrud03-Ida Leir03-Lea Trong Johansen02		

Medaljevinnere i Norgesmesterskap			313		
Kvinner junior – Junioralder 19 år					
4x400m					
2000	2	4:04.05	IL Tyrving		Søgne
			Lene Berger-Siri Skauvold-Siri Westengen-Thea Næss		
2001	3	4:10.73	IL Tyrving		Tønsberg/Gr
			Thea Næss-Therese Sævik-Kristine Skogseid-Lene Berger		
2002	3	3:59.34	IL Tyrving		Elnesvågen
			Ane Høgseth-Kristine Skogseid-Line Tveter-Lene Berger		
2007	2	4:04.37	Asker Skiklubb		Lonevåg
			Torunn Hovden-Charlotte Aanonsen-Karoline Koritzinsky-Line Kloster		
2008	3	4:09.80	Asker Skiklubb		Tromsø/Va
			Agnete Astrup-Torunn Hovden-Karoline Koritzinsky-Line Kloster		
2009	2	4:05.31	Asker Skiklubb		Strandebarm
			Hilde Jansen-Agnete Astrup-Karoline Koritzinsky-Line Kloster		
2012	1	4:03.62	IL Tyrving		Jessheim
			Leah Røste95-Ingvild Drabløs93-Karoline Skatteboe93-Aurora Dybedokken95		
2013	1	3:57.03	IL Tyrving		Sandnes
			Ingvild Drabløs96-Aurora Dybedokken95-Leah Røste95-Mari Drabløs98		
2014	2	3:59.95	IL Tyrving		Grimstad
			Leah Røste95-Ingvild Drabløs96-Aurora Dybedokken95-Mari Drabløs98		
2015	1	3:55.72	IL Tyrving		Larvik/Lo
			Anita Hunseid97-Ingvild Drabløs96-Marie Skjæggestad99-Mari Drabløs98		
2015	2	4:02.88	Ullensaker/Kisa IL		Larvik/Lo
			Vår Åsheim99-Emilie Andreassen00-Caroline Høistad98-Charlotte Grasmø96		
2016	2	3:50.91	Ullensaker/Kisa IL		Trondheim/St
			Vår Åsheim99-Emilie Andreassen00-Birgitte Kjuus99Caroline Høistad98-		
2016	3	3:55.93	IL Tyrving		Trondheim/St
			Christine Gloppestad97-Hedda Hornes98-Constanse Dahl91-Mari Drabløs98		
2017	1	3:55.47	IL Tyrving		Hamar
			Marie Skjæggestad99-Linnea Gateman01-Constance Dahl01-Mari Drabløs98		
2019	2	4:00.57	IL Tyrving		Lillehammer/Ss
			Miranda Lauvstad03-Sigrid Alvik03-Ida Leir03-Lea Trong-Johansen02		
2022	1	4:11.55	IL Tyrving		Ås
			Camilla Kristiansen05-Mille Berg04-Kaja C. Brown04-Miranda Lauvstad03		
2022	2	4:21.22	Ullensaker/Kisa IL		Ås
			Linnea Bratteng07-Natalie Jøransen07-Wilma Torbjørnsson07-Synne Markussen07		

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				314	
Kvinner junior – Junioralder 19 år					
4x800m					
2000	3	10:14.13	IL Tyrving		Søgne
			Ane Brockmann-Ane Høgseth-Kristine Skogseid-Line Tveter		
2001	1	9:36.70	IL Tyrving		Tønsberg/Gr
			Ane Brochmann-Hege Andersen-Therese Sævik-Line Tveter		
2007	3	9:51.23	IL Tyrving		Lonevåg
			Nora Borgersen-Mari Borgersen-Kathinka Randberg-Line Gilhuus		
2010	3	9:48.14	IL Tyrving		Steinkjer/Gu
			Karoline Skatteboe-Maiken Brustad-Johanna Gateman-Leah Røste		
2011	1	9:34.72	IL Tyrving		Drammen
			Karoline Skatteboe-Leah Røste-Aurora Dybedokken-Ingvild Drabløs		
2012	1	9:37.74	IL Tyrving		Jessheim
			Leah Røste95-Karoline Skatteboe93-Kristin Skolt94-Aurora Dybedokken95		
2013	1	9:17.53	IL Tyrving		Sandnes
			Anita Hunseid97-Ingvild Drabløs96-Mari Drabløs98-Aurora Dybedokken95		
2014	2	9:12.53	IL Tyrving		Grimstad
			Aurora Dybedokken95-Ingvild Drabløs96-Ella Øksby97-Mari Drabløs98		
2014	2	9:12.53	IL Tyrving		Grimstad
			Aurora Dybedokken95-Ingvild Drabløs96-Ella Øksby97-Mari Drabløs98		
2016	2	9:49.75	Ullensaker/Kisa IL		Trondheim/St
			Emilie Andreassen00-Tina Moen00-Marie Næss00-Caroline Høistad98		

4x800m					
2017	2	10:11.95	Ås IL		Hamar
			Ragnhild Bergsholm01-Hanna Hegstad01-Johanne Stokke00-Mina Lilleheier00		
2019	1	9:41.94	IL Tyrving		Lillehammer/Ss
			Bertine Haneberg03-Merete Spersrud03-Sigrid Alvik03-Janne Alseth03		
2021	1	12:06.55	Ås IL		Ås
			Anna Overvoll07-Mari Schytz06-Eline Skjevdal03-Tiril Lilleheier03		

Medaljevinnere i Norgesmesterskap				315
Kvinner junior – Junioralder 19 år				
1000m				
2006	3	2:19.90	Strømmen IF	Tønsberg
			Marie Brochmann-Charlotte Halle-Stine Eriksen-Ingeborg Løvnes	
2008	2	2:16.85	Strømmen IF	Stavanger
			Karoline Hansen-Marie Brochmann-Marte Jørgensen-Ingeborg Løvnes	
2012	3	2:21.11	IL Tyrving	Prestfoss
			Ida Planke Berg96-Jenny Labråten97-Amalie Iuel94-Leah Røste95	
2013	2	2:16.12	IL Tyrving	Overhalla
			Jenny Labråten97-Sofie Olsholt96-Mari Drabløs98-Amalie Iuel94	
2013	3	2:20.45	IL Tyrving	
			Ida Planke Berg96-Leah Røste95-Ingvild Drabløs96-Aurora Dybedokken95	
2015	2	2:12.20	IL Tyrving	Byrkjelo
			Christina Gloppestad97-Helene Rønningen98-Mari Drabløs98-Mina Anglero97	
2016	1	2:17.05	IL Tyrving	Brandbu
			Carina Lundevik99-Christina Gloppestad97-Mina Anglero97-Mari Drabløs98	
2017	3	2:18.27	IL Tyrving	Harstad
			Carina Lundevik99-Maria Aaberg01-Constance Dahl01-Marie Skjæggestad99	
2019	3	2:19.67	IL Tyrving	Sigdal
			Hedvig Kallåk04-Anastasia Schnell01-Miranda Lauvstad03-Lea Johansen02	

MIX JUNIOR	
-------------------	--

4x100m				
2018	2	46.34	IL Tyrving	Nesodden
			Hanne Løvtveit02-Jørgen M. Hansen99-Maria Åberg01-Syver Røinaas99	
2019	1	45.55	IL Tyrving	Lillehammer

Hedvig Kallåk04-Peter Svoren01-Miranda Lauvstad03-Tobias Winjusveen02

Medaljevinnere i Norgesmesterskap	316
Kvinner junior – Junioralder 19 år	

MIX JUNIOR	
-------------------	--

4x400m					
2018	1	3:38.69	IL Tyrving		Nesodden
		Lea Trong-Johansen02-Jørgen Hansen99-Marie Skjæggestad99-Peter Svoren01			
2019	3	3:59.71	IL Tyrving		Lillehammer
		Mille Berg04-Einar Rye01-Betine Haneberg03-Peter Horvati Svoren01			

4x800m					
2018	2	9:12.42	Nesodden IF		Nesodden
		Maja Ellefsrud03-Henrik A. Nilsson02-Victoria Nitteberg03-Sondre Martinsen03			
2019	1	9:19.20	Nesodden IF		Lillehammer
		Synne Herheim03-Henrik Nilssen02-Victoria Nitteberg03-Sondre Martinsen03			

Medaljevinnere i andre arrangement	317
---	------------

Landsidrettsstevnet for høyere skoler 1985						
Drammenshallen 26.01						
1500m	3	4:09.09	Carl Fredrik Havnaas	Aurskog-Høland FIL		65
1500m	3	5:00.42	Mona Øversveen	Aurskog-Høland FIL		67
Høyde	3	1.68	Kristin Lunner	Aurskog-Høland FIL		65
Gulltrøyeleieren						
1973	01.07-07.07		Vinner av melkekruset			
	Diskos	1	40.92	Ingerid Qvale	Hvam IL	57
1975	29.06-06.07		Halden			
	Diskos	1	42.80	Ingerid Qvale	Hvam IL	57
	Slegge	2	49.12	Jan Tore Sandaas	Tomter IL	57
	Diskos	3	34.94	Anita Skorgan	IL Tyrving	58
Frilidrettstrekampen finale Gutter – Jenter						
1966	20-21.09		Oslo/Bi			
	1	2921.4	Steinar Gjerde	Hovinhøgda	Fetsund	54
	2	2857.6	Reidar Gjerde	Hovinhøgda	Fetsund	53
	2	2883.5	Laila Hasle	Sørum	Sørum	55
	3	-	Astrid Syrrist	Åsgården	Ås	
	3	-	Kjetil Steinsholt	Åsgården	Ås	
1968	19.06		Oslo/Bi			
	1	3245.9	Anne Merete Pettersen	Heggedal	Asker	56
1969	27.06		Oslo/Bi			
	1	2822.0	Toralf Bølgen	Tanum	Bærum	56
	2	2789.7	Laila Haugerud	Nannestad	Nannestad	55
	2	2922.2	Ingerid Qvale	Flakstad	Hvam	57
	3	3015.8	Per Harald Klynderud	Seiersten	Drøbak	54
1970	08.07		Oslo/Bi			
	2	3141	Kari Hanssen	Gjettum	Bærum	56
	2	2758	Per Olsen	Åsgård	Ås	57

1971	29.06		Oslo/Bi			
	1	2670.0	Nils Rune Sødal	Siggerud	Ski	59
	2	2670.0	Petter Bogsti	Nesøya	Bærum	59
	3	3087.5	Anita Skorgan	Høvik	Bærum	58

Medaljevinnere i andre arrangement	318
---	------------

FINSK MESTERSKAP JUNIOR						
2010	14-15.08		Ylvieska			
	2	Slegge	58.69	Katja Vangsnes	Oppegård IL	91

TYSK MESTERSKAP JUNIOR						
2010	14-15-08		Regensburg			
	3	Høyde	1.79	Katarina Mögenburg	IL Tyrving	91
2012	27-29.07		Kandel	U23		
	1	Lengde	7.58	Jonas Mögenburg	IL Tyrving	90