

KRETSREKORDER FOR OSLO FRIDRETTSKRETS PR 1.5.2021

Menn senior utendørs	1
-----------------------------	----------

100m E	9.99 +1.0	Jaysuma Saydy Ndure	IL i BUL	84	Lausanne, SUI	30.06.2011
200m E	19.89 +1.3	Jaysuma Saidy Ndure	IL i BUL	84	Stuttgart, GER	23.09.2007
400m E	46.66	Atle Douglas	SK Vidar	68	Jessheim	21.09.1994
400m M	46.6	Carl Fredrik Bunæs	IK Tjalve	39	Oslo/Bi	15.09.1963
800m	1:44.16	Atle Douglas	SK Vidar	68	Göteborg, SWE	04.08.1994
1000m	2:19.0	Audun Boysen	IK Tjalve	29	Göteborg, SWE	30.08.1955
1500m	3:38.1	Knut Kvalheim	IK Tjalve	50	Oslo/Bi	30.06.1976
1mile - 1609m	3:56.2	Knut Kvalheim	IK Tjalve	50	Oslo/Bi	31.07.1974
3000m	7:42.4	Knut Kvalheim	IK Tjalve	50	Oslo/Bi	04.07.1974
5000m	13:11.96	Sindre Buraas	SK Vidar	89	Heusden, BEL	18.07.2015
10000m	27:24.78	Sondre Nordstad Moen	SK Vidar	91	Kristiansand	31.09.2019
1 times løp	21131m	Sondre Nordstad Moen	SK Vidar	91	Kristiansand	07.08.2020
20000m	56:51.60	Sondre Nordstad Moen	SK Vidar	91	Kristiansand	07.08.2020

110m hekk	13.53	Vladimir Vukicevic	SK Vidar	91	Szèkesfehèrvàr, HUN	19.08.2020
200m hekk	23.35 +1.2	Per O. Nicolaisen	IK Tjalve	61	Ravnanger	12.09.1990
400m hekk	50.67	Atle McAdam	IK Tjalve	77	Florø	31.05.2003
3000m hinder	8:12.05	Jim Svenøy	Fræna FIK	72	Brussel, BEL	22.08.1997

Høyde	2.36	Steinar Hoen	IK Tjalve	71	Oslo/Rå	01.07.1997
Stav	5.80	Sondre Guttormsen	SK Vidar	99	Leverkusen, GER	24.07.2019
Lengde	7.77 +0.9	Johnny Haugen	IL i BUL	51	Oslo/Bi	03.08.1977
Tresteg	16.27	Martin Jensen	IL i BUL	42	Oslo/Bi	05.08.1965

Kule	21.03	Marcus Thomsen	IK Tjalve	98	Oslo/Bi	11.06.2020
Diskos	68.00	Svein Inge Valvik	IF Kamp/Vestheim	56	Juarez, MEX	31.05.1982
Slegge	78.25	Eivind Henriksen	IK Tjalve	90	Fränkirsch-Crumbach, GE	09.06.2019
Spyd	89.60	Andreas Thorkildsen	SK Vidar	82	Monte Carlo, MON	10.09.2005

5-kamp	3681	Bo Breigan	IK Tjalve	58	Oslo/So	06.09.1986
--------	------	------------	-----------	----	---------	------------

6.35w-51.22-22.3w-37.38-3:56.5

10-kamp	8160	Benjamin Jensen	IK Tjalve	75	Roskilde, DEN	01.08.1999
---------	------	-----------------	-----------	----	---------------	------------

10.86-7.21-13.50-1.97-49.54 - 14.50w-43.83-5.30-59.01-4:34.84

Bestenoteringer menn senior utendørs	2
---	----------

150m	15.81 +1.2	Kenneth Kjensli	IK Tjalve	69	Oslo/La	07.05.1994
300m	33.50	Anders Gjeldnes	Lambertseter IF	65	Oslo/La	13.05.1995
600m	1:17.88	Luca Thomson	IL i BUL	00	Nesodden	16.05.2019
2000m	5:04.64	Knut Kvalheim	IK Tjalve	50	London, GBR	04.07.1975
2miles 3218m	12:58.8	Knut Kvalheim	IK Tjalve	50	Oslo/Bi	30.07.1974
6miles-6436m	27:48.5	Yngvar Christiansen	Bøler IF	60	Oslo/Bi	11.07.1981
Halvmaraton	59:48	Sondre Nordstad Moen	SK Vidar	91	Valencia, ESP	22.10.2017
Maraton	2:05:48	Sondre Nordstad Moen	SK Vidar	91	Fukuoka, JPN	03.12.2017
300m hekk	37.11	Atle McAdam	IK Tjalve	77	Oslo/La	09.05.1998
Spyd g.t.	91.72	Terje Pedersen	SK Vidar	43	Oslo/Bi	02.09.1964
Vektkast 15.88	21.77	Eivind Henriksen	IK Tjalve	90	Oslo/So	16.09.2012

Kast5-kamp	4427	Eivind Henriksen	IK Tjalve	90	Oslo/So	16.09.2012
------------	------	------------------	-----------	----	---------	------------

71.58-14.00-50.14-54-96-21.77

Bestenoteringer menn senior innendørs	2
--	----------

60m E	6.55	Jaysoma Saidy Ndure	IL i BUL	84	Gent, BEL	24.02.2008
200m E	21.30	Per Ivar Sivle	IK Tjalve	70	Sindelfingen, GER	01.03.1997
400m E	48.14	Stein Are Agledal	IK Tjalve	55	Sindelfingen, GER	01.03.1980
400m M	47.9	Stein Are Agledal	IK Tjalve	55	Göteborg, SWE	10.02.1980
800m	1:48.86	Tobias Grønstad	IK Tjalve	02	Rud	20.02.2021
1000m	2:30.29	Johannes Alne	Bækkelaget SK	90	Ranheim	16.12.2011
1500m	3:43.60	Espen Borge	IK Tjalve	61	Oslo/Ek	05.02.1989
1mile-1609m	4:04.21	Eirik Hansen	IK Tjalve	63	Allison, USA	12-02.1985
3000m	7:53.34	Arne Kvalheim	IK Tjalve	45	Göteborg, SWE	10.03.1974
5000m	13:52.6	Arne Kvalheim	IK Tjalve	45	Berlin, GER	16.02.1974

60m hekk E	7.69	Vladimir Vukicevic	SK Vidar	91	Göteborg, SWE	01.03.2013
110m hekk M	14.5	Kjellfred Weum	IL i BUL	40	Leningrad, RUS	08.02.1968

Høyde	2.36	Steinar Hoen	IK Tjalve	71	Balintgen, GER	12.02.1994
Stav	5.74	Sondre Guttormsen	SK Vidar	99	Kalmar, SWE	06.02.2021
Lengde	7.61	Einar Sagli	IK Tjalve	58	Turku, FIN	23.02.1985
Tresteg	16.07	Torstein Dahle	IL i BUL	60	Solna, SWE	19.02.1984
Høyde u.t.	1.77	Johan Christian Evandt	Oslo Turn	34	Oslo	07.03.1964
Lengde u.t.	3.65	Johan Christian Evandt	Oslo Turn	34	Reykjavik, ISL	10.03.1962

Kule	21.01	Marcus Thomsen	IK Tjalve	98	Rud	01.02.2020
------	-------	----------------	-----------	----	-----	------------

Bestenoteringer

100m	10.19	Jaysuma Saidy Ndure	IL i BUL	84	Florø	15.02.2014
600m	1:19.67	Leon Douglas	IL i BUL	00	Hvam	25.01.2020
800m *	1:46.85	Andreas Kramer	SK Vidar	97	Stockholm, SWE	17.02.2016
110m hekk E	14.31	Per Nicolaysen	IK Tjalve	61	Drammen	27.01.1990
Tresteg u.t.	10.13	Johan Christian Evandt	Oslo Turn	34	Reykjavik, ISL	14.03.1962
Diskos	53.53	Magnus Aunevik-Berntsen	SK Vidar	89	Växjö, SWE	22.03.2014
Vektkast 15.88	21.46	Richard Olsen	IF Kamp-Vestheim	58	Detroit, USA	13.03.1981

* Deltar internasjonalt for Sverige. Er Norsk og Svensk statsborger

Menn junior utendørs U23	3
---------------------------------	----------

100m	10.48 -0.1	John Ertzgaard	IK Tjalve	77	Budapest, HUN	18.08.1999
100m M	10.4	Carl Fredrik Bunæs	IK Tjalve	39	Kongsberg	23.05.1957
200m E	21.13 +1.1	John Ertzgaard	IK Tjalve	77	Rieti, ITA	30.08.1999
200m M	21.0	Carl Fredrik Bunæs	IK Tjalve	39	Oslo/Bi	06.09.1969
400m E	47.61	Richard Sandberg Hansen	Lambertseter IF	66	Nesbyen	16.08.1987
800m	1:48.37	Håkon Mushom	SK Vidar	60	Drammen	11.06.2014
1000m	2:24.16	Stein Engevoid	SK Vidar	67	Oslo/Bi	05.07.1986
1500m	3:41.0	Knut Kvalheim	IK Tjalve	50	Oslo/Bi	26.08.1970
1mile-1609m	4:06.1	Arne Kvalheim	IK Tjalve	45	Oslo/Bi	15.07.1965
3000m	7:56.09	Snorre Holtan Løken	IK Tjalve	94	Hamar	18.05.2016
5000m	14:03.81	Sindre Buraas	SK Vidar	89	Göteborg, SWE	09.06.2009
10000m	28:44.92	Yngvar Christiansen	Bøler IF	60	Oslo/Bi	11.07.1981

110m hekk	13.87 +1.1	Gaute Melby Gundersen	Lambertseter IF	72	Stjørdal	28.06.1992
200m hekk	23.79 +1.3	Gaute Melby Gundersen	Lambertseter IF	72	Lillehammer/Ss	05.09.1992
400m hekk	50.98	Atle McAdam	IK Tjalve	77	Oslo/Bi	25.05.1999
2000m hinder	5:46.5	Thor Walter Kristensen	Bøler IF	63	Nadderud	07.08.1982
3000m hinder	8:58.6	Thor Walter Kristiansen	Bøler IF	63	Oslo/St	30.06.1982

Høyde	2.32	Steinar Hoen	IK Tjalve	71	Bergen/Fa	26.05.1993
Stav	5.80	Sondre Guttormsen	SK Vidar	99	Leverkusen, GER	24.07.2019
Lengde	7.71 +0.6	Tom Wisløff	IK Tjalve	62	Øvre Årdal	26.08.1984
Tresteg	15.30 +1.4	Christian Thomassen	IK Tjalve	77	Huddinge, SWE	24.08.1997

Kule	19.24	Gjørn Sørli	IK Tjalve	78	Oslo/Bi	23.06.2000
Diskos	59.20	Gjørn Sørli	IK Tjalve	78	Oslo/So	10.09.2000
Slegge	75.57	Eivind Henriksen	IK Tjalve	90	Florø	02.06.2012
Spyd	86.50	Andreas Thorkildsen	SK Vidar	82	Athen, GRE	28.08.2004

10-kamp	6903	Runar Heltne	IK Tjalve	80	Bern, SUI	18.07.1999
---------	------	--------------	-----------	----	-----------	------------

11.11+2.2-6.94-0.6-11.17-1.75-50.57/15.69-0.7-36.12-4.10-52.50-4:34.89

Bestenoteringer

600m	1:17.88	Luca Thomson	IL i BUL	00	Nesodden	16.05.2019
2000m	5:16.86	Paul Skei	IL i BUL	61	Oslo/Bi	07.07.1982
2miles-3218m	8:48.0	Magne Bjørdal	IK Tjalve	46	Vesterås, SWE	11.08.1968
6miles-6336m	27:48.5	Yngvar Christensen	Bøler IF	60	Oslo/Bi	11.07.1981
Maraton	2:17:38	Yngvar Christensen	Bøler IF	60	Drammen	04.10.1981
Vektkast 15.88	21.77	Eivind Henriksen	IK Tjalve	90	Oslo/So	16.09.2012

5-kamp	3598	Jan Amund Ydersbond	Oslo-Studentene	48	Oslo/Fr	26.09.1970
--------	------	---------------------	-----------------	----	---------	------------

6.61-63.02-23.6-33.56-4:14.4

Kast5-kamp	4427	Eivind Henriksen	IK Tjalve	90	Oslo/So	16.09.2012
------------	------	------------------	-----------	----	---------	------------

71.58-14.00-50.14-54.96-21.77

Menn junior innendørs U23	4
----------------------------------	----------

60m E	6.57	Fernando Ramirez	IL i BUL	74	Lievin, FRA	18.02.1996
200m E	21.73	Ousman Touray	IL i BUL	95	Steinkjer	07.02.2015
400m E	48.14	Stein Are Agledal	IK Tjalve	55	Sindelfingen, GER	01.03.1980
600m	1:19.67	Leon Douglas	IL i BUL	00	Hvam	25.01.2020
800m	1:48.86	Tobias Grønstad	IK Tjalve	02	Rud	20.02.2021
1000m	2:30.09	Johannes Alne	Bækkelagets SK	90	Ranheim	16.12.2011
1500m	3:45.73	Erik Udø Pedersen	IK Tjalve	94	Rud	14.02.2015
1mile-1609m	4:04.21	Eirik Hansen	IK Tjalve	63	Allison, USA	12-02.1985
3000m	8:03.04	Sigurd Ruud Skjeseth	IK Tjalve	96	Uppsala, SWE	11.02.2018

60m hekk E	7.69	Vladimir Vukicevic	SK Vidar	91	Göteborg, SWE	01.03.2013
------------	------	--------------------	----------	----	---------------	------------

Høyde	2.20	Jon Sigurd Utgårdsløkken	SK Vidar	73	Lillestrøm	06.03.1994
Stav	5.74	Sondre Guttormsen	SK Vidar	99	Kalmar, SWE	06.02.2021
Lengde	7.29	Sander Aae Skotheim	IK Tjalve	02	Rud	20.02.2021
Tresteg	15.22	Erik Lund	IL i BUL	97	Tampere, FIN	11.02.2017
Høyde u.t.	1.75	Arvid Dahm	IK Tjalve	52	Eidanger	08.03.1970
Lengde u.t.	3.39	Per Woldene	IK Tjalve	46	Sandnes	06.03.1966

Kule	21.01	Marcus Thomsen	IK Tjalve	98	Rud	01.02.2020
------	-------	----------------	-----------	----	-----	------------

7-kamp	4776	Runar Heltne	IK Tjalve	80	Bucuresti, ROU	27.01.2000
--------	------	--------------	-----------	----	----------------	------------

7.40-6.68-12.35-1.76/8.89-3.90-2:55.30 – Øvelser som for senior

Bestenoteringer

100m E	10.57	Fernando Ramires	SK Vidar	74	Drammen	29.01.1995
110m hekk E	15.61	Lars Christoffersen	IK Tjalve	64	Drammen	26.01.1986
110m hekk M	14.6	Trond Knaplund	Grorud IL	60	Drammen	31.01.1981
Diskos	49.45	Thor Olav Rosvold	IK Tjalve	96	Växjö, SWE	01.03.2015

Menn junior utendørs U20	5
---------------------------------	----------

100m E	10.50 +1.3	Philip Bjørnå Berntsen	IK Tjalve	89	Luzern, SUI	06.09.2008
100m M	10.4	Carl Fredrik Bunæs	IK Tjalve	39	Kongsberg	23.05.1957
200m E	21.25 +0.8	Philip Bjørnå Berntsen	IK Tjalve	89	Prestfoss	30.08.2008
400m E	48.21	Robert Asad	IL i BUL	76	Drammen/Ma	10.07.1994
400m M	47.9	Richard Simonsen	IL Vestar	45	Oslo/Bi	21.09.1963
800m	1:49.99	Luca Thomsen	IL i BUL	00	Oorddegem, BEL	25.05.2019
1000m	2:24.16	Stein Engevoold	SK Vidar	67	Oslo/Bi	05.07.1986
1500m	3:45.36	Simen Bakken	IL Heming	67	Oslo/Bi	15.06.1985
3000m	8:13.35	Simen Bakken	IL Heming	67	Budapest, HUN	23.06.1985
5000m	14:09.54	Sondre Nordstad Moen	SK Vidar	91	Göteborg, SWE	09.06.2009
10000m	29:17.99	Sondre Nordstad Moen	SK Vidar	91	Lillehammer/Ss	02.08.1999

110m h 100	13.99	Gaute Melby Gundersen	Lambertseter IF	72	Göteborg, SWE	17.06.1990
110m h 106.7	14.11	Gaute Melby Gundersen	Lambertseter IF	72	Plovdiv, BUL	11.08.1990
200m hekk E	27.39 +1.7	Christoffer Larsåsen	IL i BUL	85	Drammen/Ma	20.09.2003
200m hekk M	25.0	Trond Knaplund	Grorud IL	60	Nadderud	04.10.1978
400m hekk	51.89	Atle McAdam	Bækkelagets SK	77	Lillehammer/Ss	19.08.1995
2000m hinder	5:46.5	Thor Walter Kristiansen	Bøler IF	63	Nadderud	07.08.1982
3000m hinder	8:58.6	Thor Walter Kristiansen	Bøler IF	63	Oslo/St	30.06.1982

Høyde	2.18	Kjølv Egeland	IL i BUL	90	Oslo/So	14.09.2008
Stav	5.45	Simen Guttormsen	SK Vidar	01	Bergen	19.09.2020
Lengde	7.53	Markus Rooth	IK Tjalve	01	Oslo	27.06.2020
Tresteg	15.26	Christian Thomassen	IK Tjalve	77	Oslo/Bi	01.07.1995

Kule 6	21.38	Marcus Thomsen	IK Tjalve	98	Grosseto, ITA	21.07.2017
Kule 7.26	19.40	Marcus Thomsen	IK Tjalve	98	Sandnes	27.08.2017
Diskos 1.75	54.35	Eivind Henriksen	IK Tjalve	90	Helsingborg, SWE	09.07.2009
Diskos 2	52.04	Ottar Kosberg	IK Tjalve	53	Spikkestad	12.10.1971
Slegge 6	78.30	Eivind Henriksen	IK Tjalve	90	Bodø/Mø	15.08.2009
Slegge 7.26	69.07	Eivind Henriksen	IK Tjalve	90	Lillehammer/Ss	31.07.2009
Spyd 700	66.06	Markus Rooth	IK Tjalve	01	Overhalla	01.09.2018
Spyd 800	74.24	Kasper Sagen	Bækkelagets SK	99	Sigdal	25.08.2019

10-kamp	8238	Markus Rooth	IK Tjalve	01	Oslo	28.06.2020
---------	------	--------------	-----------	----	------	------------

11.03+0.0--7.53+0.6-15.81-1.97-49,56/14.18+1.5-46.07-4.75-59.89-4:39.79
Hekkehøyde: 100 – Kule 6 – Diskos 1.75

10-kamp	6903	Runar Heltne	IK Tjalve	80	Bern, SUI	18.07.1999
---------	------	--------------	-----------	----	-----------	------------

11.11+2.2-6.94-0.6-11.17-1.75-50.57/15.69-0.7-36.12-4.10-52.50-4:34.89
Alle resultater som for senior

Bestenoteringer

300m	34.87	Atle McAdam	Bækkelagets SK	77	Oslo/Bi	26.09.1995
600m	1:17.88	Luca Thomson	IL i BUL	00	Nesodden	16.05.2019
300m h 91.4	37.79	Atle McAdam	Bækkelagets SK	77	Bergen/Fa	12.08.1995

Menn junior innendørs U20	6
----------------------------------	----------

60m E	6.81	Philip Bjørnå Berntsen	IK Tjalve	89	Birmingham, GBR	23.02.2008
200m E	21.90	Ousman Touray	IL i BUL	96	Rud	09.03.2014
400m	49.68	Tobias Grønstad	IL i BUL	02	Rud	06.03.2020
800m	1:48.86	Tobias Grønstad	IK Tjalve	02	Rud	20.02.2021
1000m	2:35.99	Michael Mørk	IK Tjalve	99	Winston, USA	01.02.2018
1500m	3:54.69	Edvard Kamperud Nygård	IK Tjalve	96	Steinkjer	07.02.2015
1mile-1609m	4:26.16	Michael Mørk	IK Tjalve	94	Winston, USA	27.01.2018
3000m	8:49.26	Tobias Grønstad	IL i BUL	02	Rud	09.02.2019

60m h 100 E	8.03	Markus Rooth	IK Tjalve	01	Rud	19.01.2020
69m h 100 E	8.03	Sander Aae Skotheim	IK Tjalve	02	Rud	21.02.2021
60m h 106.7 E	8.75	Rasmus Stene	IK Tjalve	94	Haugesund	03.02.2013

Høyde	2.12	Sander Aae Skotheim	IK Tjalve	02	Rud	20.02.2021
Stav	5.32	Simen Guttormsen	SK Vidar	01	Princeton, USA	23.02.2020
Lengde	7.29	Sander Aae Skotheim	IK Tjalve	02	Rud	20.02.2021
Tresteg	14.99	Christian Thomassen	IK Tjalve	77	Örebro, SWE	18.02.1995
Høyde u.t.	1.75	Arvid Dahm	IK Tjalve	52	Eidanger	08.03.1970
Lengde u.t.	3.21	Jan Olav Lervik	IK Tjalve	44		1962

Kule 6	19.47	Marcus Thomsen	IK Tjalve	98	Rud	21.01.2017
Kule 7.26	18.29	Marcus Thomsen	IK Tjalve	88	Århus, DEN	30.12.2016

7-kamp E	6015	Sander Aae Skotheim	IK Tjalve	02	Rud	21.02.2021
----------	------	---------------------	-----------	----	-----	------------

7.21-7.29-13,83-2.12/8.03-4.80-2:40.58 - Juniorøvelser

7-kamp	4609	Runar Heltne	IK Tjalve	80	Karlstad, SWE	07.02.1999
--------	------	--------------	-----------	----	---------------	------------

7.19-6.42-10.82-1.70/8.85-3.48-2:48.74

Bestenoteringer

100m	10.67	Philip Bjørnå Berntsen	IK Tjalve	89	Florø	09.02.2008
600m	1:19.67	Leon Douglas	IL i BUL	00	Hvam	25.01.2020
Diskos 2	49.45	Thor Olav Rosvold	IK Tjalve	96	Växjö, SWE	01.03.2015