

Norge / Norway: 2013 - Utendørs / Outdoor**Kvinner / Women 55-59 år / years**

pr. 31.12.2013 (oppdatert / updated 27.02.2014)

100m (K55-59)

15.01	-1,9	(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Moss	28.06.2013
17.35	+0,0	(1)	Herdís Elin Lexau, Florø T&IF	(54)	Byrkjelo	09.08.2013

Manuelle tider / Handtiming:

14.8	+0,0	(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Vågsbygd	16.06.2013
------	------	-----	---------------------------	------	----------	------------

200m (K55-59)

29.85	+0,3	(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Moss	29.06.2013
34.74	-0,8	(1)	Sigrun Økelsrud, Veldre Friidrett	(56)	Byrkjelo	10.08.2013
35.71	+0,3	(5)	Herdís Elin Lexau, Florø T&IF	(54)	Moss	29.06.2013

400m (K55-59)

66.67		(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Moss	30.06.2013
76.87		(1)	Sigrun Økelsrud, Veldre Friidrett	(56)	Byrkjelo	11.08.2013
81.38		(3)	Herdís Elin Lexau, Florø T&IF	(54)	Moss	30.06.2013

800m (K55-59)

2:49.18		(1)	Bente Rosvold Midtun, Osterøy IL	(58)	Fana	03.09.2013
3:02.21		(1)	Sigrun Økelsrud, Veldre Friidrett	(56)	Byrkjelo	10.08.2013
4:13.0		(1)	Trude Essie Gulbrandsen Ask, Ullensaker/Kisa IL	(54)	Jessheim	28.09.2013

1500m (K55-59)

7:17.00		(1)	Marit I. Skolt Skafle, Ullensaker/Kisa IL	(56)	Jessheim	06.06.2013
---------	--	-----	---	------	----------	------------

Utenfor NFIF / Club outside NAA:

7:15.2		(1)	Laila Grandalsmo, Geitspranget Naturbarnehage	(55)	Stjørdal	21.08.2013
7:41.73		(2)	May Britt Taftø Petersen, DnB NOR IL, Oslo	(54)	Jessheim	06.06.2013

80m hekk / hurdles 76.2 cm (K55-59)

14.69	+1,1	(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Moss	30.06.2013
-------	------	-----	---------------------------	------	------	------------

300m hekk / hurdles 76.2 cm (K55-59)

55.67		(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Moss	29.06.2013
-------	--	-----	---------------------------	------	------	------------

Lengde / Long Jump (K55-59)

3.07	+0,1	(1)	Herdís Elin Lexau, Florø T&IF	(54)	Byrkjelo	10.08.2013
------	------	-----	-------------------------------	------	----------	------------

Tresteg / Triple Jump (K55-59)

7.15	-0,6	(1)	Herdís Elin Lexau, Florø T&IF	(54)	Byrkjelo	11.08.2013
------	------	-----	-------------------------------	------	----------	------------

Kule / Shot Put 3.0 kg (K55-59)

9.52		(1)	Live Båsen (Eriksen), Modum FIK	(58)	Byrkjelo	10.08.2013
7.97		(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Vågsbygd	16.06.2013

Kule / Shot Put 4.0 kg (K55-59)

8.54		(1)	Bodil Solli Thorkildsen, Sømna IL	(58)	Vik i Helgeland	05.09.2013
------	--	-----	-----------------------------------	------	-----------------	------------

Diskos / Discus Throw 1.0 kg (K55-59)

29.38		(1)KS	Live Båsen (Eriksen), Modum FIK	(58)	Geithus	14.09.2013
-------	--	-------	---------------------------------	------	---------	------------

Slegge / Hammer Throw 3.0 kg (K55-59)

35.59		(2)	Live Båsen (Eriksen), Modum FIK	(58)	Moss	28.06.2013
-------	--	-----	---------------------------------	------	------	------------

Slegge / Hammer Throw 4.0 kg (K55-59)

28.11		(1)	Live Båsen (Eriksen), Modum FIK	(58)	Hønefoss	16.09.2013
-------	--	-----	---------------------------------	------	----------	------------

Spyd / Javelin Throw 500 g (K55-59)

27.23		(1)	Live Båsen (Eriksen), Modum FIK	(58)	Hønefoss	16.09.2013
-------	--	-----	---------------------------------	------	----------	------------

Spyd / Javelin Throw 600 g (K55-59)

22.88		(2)KS	Live Båsen (Eriksen), Modum FIK	(58)	Geithus	15.09.2013
-------	--	-------	---------------------------------	------	---------	------------

Vekt / Weight Throw 7.26 kg (K55-59)

10.22		(1)	Live Båsen (Eriksen), Modum FIK	(58)	Byrkjelo	11.08.2013
9.41		(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Vågsbygd	16.06.2013