

KJ22		55			
60m E					
7.35	Helene Rønningen	IL Tyrving	98	Uppsala, SWE	11.02.2018
7.53	Ingvild Meinseth	IL Tyrving	99	Rud	30.01.2020
7.56	Christina Vukicevic	IL Tyrving	87	Drammen	02.02.2008
7.68	Marte Jørgensen	Strømmen IF	93	Lillestrøm	17.01.2009
7.70	Ingrid Bernice Folland	Ski IL	83	Drammen	13.02.1999
7.71	Miranda Lauvstad	IL Tyrving	03	Ulsteinvik	05.02.2022
7.73	Sunniva Indahl	Ski IL	06	Rud	11.02.2023
7.76	Christina Vukicevic	IL Tyrving	87	Oslo/Ek	15.01.2005
7.78	May Karin Mannes	Fossum IF	66	Oslo/Ek	08.02.1986
7.79	Tale Ørving	Minerva	89	Lillestrøm	19.01.2008
7.79	Martine Nilsen	Nittedal IL	94	Rud	06.02.2016

60m M					
7.7	Sidsel Kjellås	Strømmen IF	49	Oslo/Ek	08.02.1966
7.7	Eva Paulsen	Ås IL	52	Moss	12.03.1973
7.7	Siri Merete Kaldager Øen	Lørenskog FIL	61	Oslo/Ek	23.10.1982
7.7	Siv Hege Bergan	Zenith FIK	75	Lillestrøm	22.02.1992

100m E					
12.21	Helene Rønningen	IL Tyrving	98	Florø	16.02.2013
12.23	Tale Ørving	Minerva	89	Drammen	03.02.2008
12.30	May Karin Mannes	Fossum IF	66	Drammen	26.01.1986
12.34	Ingrid Bernice Folland	Ski IL	83	Drammen	14.02.1999
12.36	Marte Wang Engen	Ski IL	91	Drammen	14.02.2010
12.43	Kine Aaltvedt	Minerva	91	Drammen	03.02.2008
12.43	Linn Helene Bakke	Ullensaker/Kisa IL	91	Drammen	02.03.2008
12.45	Astrid Cederkvist	Aurskog-Høland FIL	94	Drammen	14.02.2010
12.48	Marte Jørgensen	Strømmen IF	93	Drammen	03.02.2008
12.51	Christina Vukicevic	Ski IL	87	Drammen	08.02.2004

KJ22		56			
100m M					
11.9	Siri Merete Kaldager Øen	Lørenskog FIL	61	Drammen	16.01.1982
12.2	May Karin Mannes	Fossum IF	66	Drammen	11.01.1986
12.4	Mona Hansen	IL Tyrving	59	Drammen	11.02.1979
12.4	Catherine Berg	Fossum IF	66	Drammen	11.01.1986

200m E					
23.41	Helene Rønningen	IL Tyrving	98	Rud	04.02.2018
24.62	Miranda Lauvstad	IL Tyrving	03	Rud	13.02.2022
24.65	Amalie Hamild Iuel	IL Tyrving	94	Albuquerque, U	13.02.2015
24.99	Sunniva Indahl	Ski IL	06	Rud	11.02.2023
25.25	Tale Ørving	Minerva	89	Birmingham, GBR	24.02.2008
25.31	Astrid Cederkvist	Aurskog-Høland FIL	94	Stange	21.03.2010
25.32	Mari Drabløs	IL Tyrving	98	Rud	28.02.2015
25.43	Marte Jørgensen	Strømmen IF	93	Göteborg, SWE	08.12.2007
25.44	Marte Wang Engen	Ski IL	91	Stange	21.02.2010
25.46	Line Kloster	Asker Skiklubb	90	Stange	17.02.2008
25.46	Camilla Kristiansen	IL Tyrving	05	Ulsteinvik	05.03.2023

400m E					
52.52	Amalie Hamild Iuel	IL Tyrving	94	Fayatterville,US	12.02.2016
55.64	Marie Skjæggestad	IL Tyrving	99	Rud	03.02.2018
55.93	Mari Drabløs	IL Tyrving	98	Rud	03.02.2018
56.01	Catherine Berg	Fossum IF	66	Oslo/Ek	15.02.1987
56.42	Lise Margareth Jensen	Ski IL	79	Göteborg, SWE	12.02.2000
56.84	Vår Åsheim	Ullensaker/Kisa IL	99	10.02.2018	03.02.2017
57.24	Mia Marie Anglero	IL Tyrving	97	Rud	20.01.2018
57.34	Line Kloster	Asker Skiklubb	90	Stange	28.02.2009
57.63	Caroline Fleischer	Ski IL	96	Rud	05.03.2016
58.19	Summer Steinsrud	Ullensaker/Kisa IL	01	Rud	08.02.2020

400m M					
57.3	Siri Merete Kaldager Øen	Lørenskog FIL	61	Stockholm, SWE	25.10.1981

400m M Overlang bane ca. 380m					
55.2	Berit Berthelsen	IL Tyrving	44	Göteborg, SWE	31.01.1966
59.2	Britt Krohg Sørensen	IL Tyrving	47	Göteborg, SWE	04.02.1968

KJ22		57			
600m					
1:33.31	Emilie Hov Andreassen	Ullensaker/Kisa IL	00	Rud	05.12.2015
1:34.98	Mina Marie Anglero	IL Tyrving	97	Hvam	14.01.2017
1:35.43	Lise Margareth Jensen	Ski IL	79	Stange	25.01.1997
1:35.58	Aurora Dybedokken	IL Tyrving	95	Rud	25.04.2013
1:35.75	Caroline Fleischer	Ski IL	96	Ranheim	29.11.2015
1:36.43	Caroline Foss Høistad	Ullensaker/Kisa IL	98	Hvam	14.01.2017
1:36.97	Marie Skjæggestad	IL Tyrving	99	Stange	18.03.2017
1:37.31	Ingvild Drabløs	IL Tyrving	96	Rud	25.04.2013
1:37.36	Ingeborg Løvnes	Strømmen IF	92	Stange	14.03.2009
1:38.19	Mari Drabløs	IL Tyrving	98	Stange	16.03.2013

800m					
2:09.02	Amalie Sæten	Ullensaker/Kisa IL	97	Rud	11.02.2018
2:09.45	Toril Hatling	Lørenskog FIL	67	Oslo/Ek	09.02.1986
2:11.57	Caroline Fleischer	Ski IL	96	Vaxjö, SWE	13.02.2016
2:11.6	Heidi Vien	IL Tyrving	55	Oslo/Ek	28.02.1976
2:12.30	Mina Marie Anglero	IL Tyrving	97	Rud	04.03.2017
2:12.41	Amalie Iuel	IL Tyrving	94	Birmingham,US	11.03.2016
2:12.74	Mari Drabløs	IL Tyrving	98	Steinkjer	08.02.2015
2:12.92	Ida Landgraff	IL Tyrving	86	Fayetteville, USA	13.01.2007
2:12.92	Aurora Dybedokken	IL Tyrving	95	Rud	08.03.2014
2:12.97	Wilma Torbjørnsson	Ullensaker/Kisa IL	07	Hvam	02.12.2023

1500m					
4:21.16	Sigrid Alvik	IL Tyrving	03	Rud	20.02.2021
4:26.15	Aurora Dybedokken	IL Tyrving	95	Stanford, USA	03.04.2015
4:26.94	Christine Næss	IL Tyrving	00	Rud	20.02.2021
4:28.01	Amalie Sæten	Ullensaker/Kisa IL	97	Rud	10.02.2019
4:28.22	Mina Marie Anglero	IL Tyrving	97	Uppsala, SWE	11.02.2018
4:30.11	Wilma Torbjørnsson	Ullensaker/Kisa IL	07	Gøteborg, SWE	11.02.2023
4:36.05	Kristianie Width	IL Tyrving	94	New York, USA	16.02.2013
4:39.00	Vibeke Møller	Kolbotn IL	70	Askim	01.02.1986
4:39.81	Karoline Skatteboe	IL Tyrving	93	Sandnes	09.03.2012
4:41.27	Kristin Svendby Otervik	Lørenskog FIL	01	Steinkjer	11.03.2018

3000m					
9:28.29	Kristin Ottervik	Lørenskog FIL	01	Boston, USA	04.02.2023
9:31:28	Sigrid Alvik	IL Tyrving	03	Rud	19.02.2023
9:32.53	Karoline Skatteboe	IL Tyrving	93	Fayatterville, U	14.02.2015
10:02.16	Christine Næss	Asker Skiklubb	00	Rud	06.03.2016
10:15.94	Hannah Engevik	Nittedal IL	02	Rud	10.02.2018
10:59.77	Kristin Friis	Fossum IF	69	Askim	20.02.1988
11:03.09	Ellinor Solheim	Ås IL	07	Rud	11.02.2023
11:06.08	Tone Ilstad Hjalmarson	IL Tyrving	85	Stange	13.02.2005

11:06.90	Julie Aarvak Baklund	IL Tyrving	01	Rud	09.02.2019
11:17.57	Aud Irene Nygård	Nesodden IF	04	Rud	08.02.2020
KJ22		58			
60m hekk 84 E					
8.00	Christina Vukicevic	IL Tyrving	87	Karlsruhe, GER	15.02.2009
8.47	Tale Ørving	Minerva	82	Birmingham, GBR	23.02.2008
8.48	Amalie Iuel	IL Tyrving	94	Seattle, USA	26.02.2016
8.63	Marie Skjæggestad	IL Tyrving	99	Rud	04.03.2018
8.65	Kine Aaltvedt	Minerva	91	Haugesund	03.02.2013
8.65	Sunniva Indahl	Ski IL	06	Rud	19.02.2023
8.71	Berit Marstein	Fossum IF	65	Oslo/Ek	09.02.1986
8.72	Christine Skodvin	Ski IL	87	Lillestrøm	21.02.2004
8.74	Tine Teigene Dalen	IL Tyrving	90	Stange	11.02.2007
8.75	Inger Birgitte Reppe	Ullensaker/Kisa IL	68	Askim	21.02.1988
8.75	Christine Lia	IL Tyrving	88	Bergen/Hø	04.02.2006

60m hekk 84 M					
8.5	Berit Marstein	IL Tyrving	65	Oslo/Ek	03.02.1985

100m hekk 84 E					
14.37	Berit Marstein	IL Tyrving	65	Drammen	20.01.1985
17.61	Kristin Lunner	Aurskog-Høland FIL	65	Drammen	22.03.1980

100m hekk 84 M					
14.3	Berit Marstein	IL Tyrving	65	Drammen	10.01.1987
15.0	Inger Birgitte Reppe	Ullensaker/Kisa IL	68	Drammen	10.01.1987
15.3	Kristin Lunner	Aurskog-Høland FIL	65	Drammen	09.02.1985
15.6	Maren Skaset	IL Tyrving	68	Drammen	09.02.1985
15.8	Siw Bakken	Asker Skiklubb	65	Drammen	09.02.1985
16.0	Mette Aarheim	Ski IL	66	Drammen	07.02.1982
16.2	Kristine Thorsen	Fossum IF	64	Drammen	09.02.1985
16.4	Ellen Aasum	Ski IL	67	Drammen	13.02.1983
16.6	Tove Ringaard	Strømmen IF	62	Drammen	26.01.1980

KJ22		59			
Høyde					
1.86	Katarina Mögenburg	IL Tyrving	91	Wuppertal, GER	21.01.2011
1.80	Mia Haave	IL Tyrving	90	Oslo/Ek	21.01.2006
1.80	Amalie Iuel	IL Tyrving	94	Birmingham, US	11.03.2016
1.80	Caroline Fleischer	Ski IL	96	Sandnes	04.03.2018
1.78	Hedvig Kallåk	IL Tyrving	04	Ulsteinvik	06.02.2022
1.75	Ellen Aasum	Ski IL	67	Oslo/Ek	03.02.1985
1.74	Hilde Marie Mørk	Kråkstad IL	58	Oslo/Ek	28.02.1976
1.71	Solfrid Mauland	Ski IL	60	Oslo/Ek	18.02.1978
1.71	Mimi Storm-Hansen	IL Tyrving	74	Stange	30.01.1994
1.70	Siw Bakken	Asker Skiklubb	65	Drammen	09.02.1985
1.70	Kristin Lunner	Aurskog-Høland FIL	65	Drammen	09.02.1985

Høyde uten tilløp					
1.45	Katarina Mögenburg	IL Tyrving	91	Haslum/Gj	29.10.2012
1.41	Mia Haave	IL Tyrving	90	Stange	18.02.2006
1.41	Hedvig Kallåk	IL Tyrving	04	Rud	28.10.2020
1.36	Inger Birgitte Reppe	Ullensaker/Kisa IL	68	Sørum/Ve	27.02.1984
1.36	Cathrine Berget	Kolbotn IL	75	Kolbotn/In	09.03.1991
1.35	Nina Mannerud	Leirsund IL	65	Fetsund/Øs	28.03.1981
1.35	Kamilla Brandt	IL Tyrving	71	Ås/GG	18.03.1990
1.35	Andrea Dammen	IL Tyrving	00	Rud	05.03.2016
1.34	Mimi Storm-Hansen	IL Tyrving	74	Heggedal/He	19.02.1994
1.33	Bente Dybvik	Raumnes & Årnes IL	64	Fetsund/Øs	28.03.1981

Stav					
3.95	Birgitte Kjuus	Raumnes&Årnes IL	99	Rud	01.12.2018
3.90	Kari Strømhaug	IL Tyrving	97	Springfild, USA	17.02.2018
3.85	Hedda Marie Hauge	Ski IL	01	Malmö, SWE	28.01.2018
3.50	Sara Bålsrud	Hurdal IL	97	Hvam	11.02.2016
3.50	Karoline Wea Johansen	Ski IL	97	Rud	05.03.2016
3.20	Maren Rønnevig	IL Tyrving	02	Hvam	26.01.2020
3.20	Miriam Gjertsen Barkbu	Jardar IL	06	Rud	18.02.2023
3.10	Sofie Shancke Krauss	Ullensaker/Kisa IL	98	Ulsteinvik	08.03.2015
2.92	Sara Guttormsen	Ski IL	05	Rud	06.03.2020
2.90	Hanna Rimstad	Ullensaker/Kisa IL	10	Rud	25.11.2023
2.90	Marie Øverli	Hurdal IL	08	Rud	25.11.2023

KJ22		60			
Lengde					
6.15	Amalie Iuel	IL Tyrving	94	Birmingham, US	11.03.2016
6.04	Berit Tøien	Hakadal IL	44	Oslo/Hu	04.04.1964
5.86	Katharina Mögenburg	IL Tyrving	91	Steinkjer	04.03.2012
5.80	Kristin Gussgård Gran	Fossum IF	62	Oslo/Ek	13.02.1983
5.84	Lene Berger	IL Tyrving	81	Moss	10.02.2002
5.84	Katarina Mögenburg	IL Tyrving	91	Haugesund	03.02.2013
5.76	Mia Haave	IL Tyrving	90	Drammen	11.12.2005
5.73	Sissel Paulsen	Ski IL	66	Drammen	05.03.1983
5.68	Miranda Lauvstad	IL Tyrving	03	Ulsteinvik	06.02.2022
5.65	Anne Lundstøl	Asker Skiklubb	68	Oslo/Ek	04.02.1984

Lengde uten tilløp					
2.73	Mia Haave	IL Tyrving	90	Stange	17.02.2008
2.73	Marie Skjeggstad	IL Tyrving	99	Rud	30.10.2017
2.72	Anna Skaset	Kolbotn IL	64	Kolbotn/In	11.03.1980
2.70	Sidsel Kjellås	Strømmen IF	49	Strømmen	19.03.1965
2.67	Lena Marie Hansen	Nittedal IL	93	Nittedal/Bj	26.10.2014
2.66	Sissel Bogsti	IL Tyrving	65	Høvik/Sk	21.03.1984
2.64	Wanja Hauan	IL Tyrving	45	Mo	25.02.1962
2.64	Inger Birgitte Reppe	Ullensaker/Kisa IL	68	Jessheim/Je	13.03.1984
2.63	Unni Sæther	IL Tyrving	32	Oslo/Ul	09.12.1948
2.63	Anne Karin Lundgren	Nesodden IF	52	Drøbak/Se	15.03.1970
2.63	Linda Kramer	IL Tyrving	67	Nittedal/Bj	25.02.1984
2.63	Cecilie Wærp	Kolbotn IL	74	Kolbotn/In	13.03.1993

Tresteg					
13.14	Mia Haave	IL Tyrving	90	Bratislava, SVK	29.01.2006
11.99	Sofie Olsholt	IL Tyrving	96	Rud	07.03.2014
11.91	Marthe Røe	IL Tyrving	98	Rud	03.03.2017
11.88	Birgitte Kjuus	Raumnes & Årnes IL	99	Steinkjer	26.02.2016
11.80	Anna Eikebrokk	IL Tyrving	97	Rud	05.03.2016
11.77	Julie Bressand	IL Tyrving	97	Malmö, SWE	28.01.2017
11.74	Kine Aaltvedt	Minerva	91	Haslum/Gj	20.01.2008
11.73	Susanne Tveit Amundsen	Asker Skiklubb	07	Ulsteinvik	03.03.2023
11.48	Kristine M. Leiknes	IL Tyrving	03	Ulsteinvik	05.02.2022
11.17	Caroline Fleischer	Ski IL	96	Steinkjer	08.03.2013
11.17	Kristine Tønnessen	IL Tyrving	97	Ulsteinvik	06.03.2015
11.17	Mari Cecilie Hansen	Ås IL	95	Ulsteinvik	06.03.2015

KJ22		61			
Kule 4					
15.22	Stine Lerdahl	Minerva	60	Lawrence, USA	08.12.1981
13.93	Camilla Rønning	Nittedal IL	95	Rud	09.03.2014
13.59	Elisabeth Rosvold	Asker Skiklubb	02	Helsingfors, FIN	09.02.2020
13.56	Hanna Emilie Hjeltne	Ullensaker/Kisa IL	04	Hvam	02.12.2023
13.54	Siw Bakken	Asker Skiklubb	65	Oklohoma, USA	14.02.1987
12.45	Sunniva Indahl	Ski IL	06	Rud	18.02.2023
12.32	Ingerid Qvale	Lørenskog FIL	57	Drammen	11.02.1979
12.28	Trine Solberg	Ski IL	66	Drammen	24.03.1984
12.25	Rita Myklebust	Lørenskog FIL	69	Askim	11.02.1990
11.83	Torgunn Stensrud	Hobøl IL	57	Fredrikstad/Ko	24.02.1974

Diskos 1					
43.73	Elisabeth Thon Rosvold	Asker Skiklubb	02	Rjukan	26.01.2018
35.28	Anita Sortnes	Strømmen IF	47	Oslo/Hu	02.04.1967

Spyd 600 Gammel type					
64.36	Trine Solberg	Minerva	66	Luleå, SWE	25.02.1986
33.16	Ellen Juel	IL Tyrving	50	Oslo/Hu	16.03.1968
31.50	Elin Pentz	IL Tyrving	44	Oslo/Hu	19.03.1966

KJ20		62			
60m E					
7.35	Helene Rønningen	IL Tyrving	98	Uppsala, SWE	11.02.2018
7.68	Marte Jørgensen	Strømmen IF	93	Lillestrøm	17.01.2009
7.70	Ingrid Bernice Folland	Ski IL	83	Drammen	13.02.1999
7.71	Miranda Lauvstad	IL Tyrving	03	Ulsteinvik	05.02.2022
7.73	Sunniva Indahl	Ski IL	06	Rud	11.02.2023
7.76	Christina Vukicevic	IL Tyrving	87	Oslo/Ek	15.01.2005
7.78	May Karin Mannes	Fossum IF	66	Oslo/Ek	08.02.1986
7.79	Tale Ørving	Minerva	89	Lillestrøm	19.01.2008
7.84	Sara Meling	IL Tyrving	90	Oslo/Ek	21.01.2006
7.81	Camilla Ulvøy Johansen	IL Tyrving	83	Drammen	20.01.2002
7.81	Kine Aaltvedt	Minerva	91	Lillestrøm	19.01.2008

60m M					
7.7	Sidsel Kjellås	Strømmen IF	49	Oslo/Ek	08.02.1966
7.7	Siv Hege Bergan	Zenith FIK	75	Lillestrøm	22.02.1992

100m E					
12.21	Helene Rønningen	IL Tyrving	98	Florø	16.02.2013
12.23	Tale Ørving	Minerva	89	Drammen	03.02.2008
12.30	May Karin Mannes	Fossum IF	66	Drammen	26.01.1986
12.34	Ingrid Bernice Folland	Ski IL	83	Drammen	14.02.1999
12.36	Marte Wang Engen	Ski IL	91	Drammen	14.02.2010
12.43	Kine Aaltvedt	Minerva	91	Drammen	03.02.2008
12.43	Linn Helene Bakke	Ullensaker/Kisa IL	91	Drammen	02.03.2008
12.45	Astrid Cederkvist	Aurskog-Høland FIL	94	Drammen	14.02.2010
12.48	Marte Jørgensen	Strømmen IF	93	Drammen	03.02.2008
12.51	Christina Vukicevic	Ski IL	87	Drammen	08.02.2004

100m M					
12.2	Siri M, Kaldager Øen	Lørenskog FIL	61	Drammen	10.01.1981
12.2	May Karin Mannes	Fossum IF	66	Drammen	11.01.1986
12.4	Mona Hansen	IL Tyrving	59	Drammen	11.02.1979
12.4	Catherine Berg	Fossum IF	66	Drammen	11.01.1986

KJ20		63			
200m E					
23.41	Helene Rønningen	IL Tyrving	98	Rud	04.02.2018
24.62	Miranda Lauvstad	IL Tyrving	03	Rud	13.02.2022
24.99	Sunniva Indahl	Ski IL	06	Rud	12.02.2023
25.25	Tale Ørving	Minerva	89	Birmingham, GBR	24.02.2008
25.31	Astrid Cederkvist	Aurskog-Høland FIL	94	Stange	21.03.2010
25.32	Mari Drabløs	IL Tyrving	98	Rud	28.02.2015
25.43	Marte Jørgensen	Strømmen IF	93	Göteborg, SWE	08.12.2007
25.44	Marte Wang Engen	Ski IL	91	Stange	21.02.2010
25.46	Line Kloster	Asker Skiklubb	90	Stange	17.02.2008
25.46	Camilla Kristiansen	IL Tyrving	05	Ulsteinvik	05.03.2023

400m E					
55.64	Marie Skjæggestad	IL Tyrving	99	Rud	03.02.2018
55.93	Mari Drabløs	IL Tyrving	98	Rud	03.02.2018
56.71	Amalie Hamild Iuel	IL Tyrving	94	Seattle, USA	01.03.2014
56.84	Vår Åsheim	Ullensaker/Kisa IL	99	Rud	10.02.2018
57.34	Line Kloster	Asker Skiklubb	90	Stange	28.02.2009
57.63	Caroline Fleischer	Ski IL	96	Rud	05.03.2016
57.79	Mia Marie Anglero	IL Tyrving	97	Ulsteinvik	04.02.2017
58.19	Summer Steinsrud	Ullensaker/Kisa IL	01	Rud	08.12.2020
58.26	Susanne T. Amundsen	Asker Skiklubb	07	Rud	11.02.2023
58.36	Constance Løken Dahl	IL Tyrving	01	Steinkjer	09.03.2018

400m M					
57.3	Siri Merete Kaldager Øen	Lørenskog FIL	61	Stockholm, SWE	25.10.1981
400m M Overlang bane ca. 380m					
55.2	Berit Berthelsen	IL Tyrving	44	Göteborg, SWE	31.01.1966

600m					
1:33.31	Emilie Hov Andreassen	Ullensaker/Kisa IL	00	Rud	05.12.2015
1:34.98	Mina Marie Anglero	IL Tyrving	97	Hvam	14.01.2017
1:35.43	Lise Margareth Jensen	Ski IL	79	Stange	25.01.1997
1:35.58	Aurora Dybedokken	IL Tyrving	95	Rud	25.04.2013
1:35.75	Caroline Fleischer	Ski IL	96	Ranheim	29.11.2015
1:36.43	Caroline Foss Høistad	Ullensaker/Kisa IL	98	Hvam	14.01.2017
1:36.97	Marie Skjæggestad	IL Tyrving	99	Stange	18.03.2017
1:37.31	Mari Drabløs	IL Tyrving	98	Rud	25.04.2013
1:37.36	Ingeborg Løvnæs	Strømmen IF	92	Stange	14.03.2009
1:38.30	Wilma Torbjørnsson	Ullensaker/Kisa IL	07	Hvam	04.12.2021

KJ20		64			
800m					
2:09.45	Toril Hatling	Lørenskog FIL	67	Oslo/Ek	09.02.1986
2:11.57	Caroline Fleischer	Ski IL	96	Vaxjö, SWE	13.02.2016
2:12.30	Mina Marie Anglero	IL Tyrving	97	Rud	04.03.2017
2:12.74	Mari Drabløs	IL Tyrving	98	Steinkjer	09.02.2015
2:12.92	Aurora Dybedokken	IL Tyrving	95	Rud	08.03.2014
2:12.97	Wilma Torbjørnsson	Ullensaker/Kisa IL	07	Hvam	02.12.2023
2:13.89	Ingeborg Løvnes	Strømmen IF	92	Stange	01.03.2009
2:13.90	Kristin Svendby Otervik	Lørenskog FIL	01	Steinkjer	10.03.2018
2:14.28	Sigrid Alvik	IL Tyrving	03	Rud	07.03.2020
2:14.46	Ida Landgraff	IL Tyrving	86	Stange	13.02.2005

1500m					
4:21.16	Sigrid Alvik	IL Tyrving	03	Rud	20.02.2021
4:26.15	Aurora Dybedokken	IL Tyrving	95	Stanford, USA	03.04.2015
4:30.11	Wilma Torbjørnsson	Ullensaker/Kisa IL	07	Gøteborg, SWE	11.02.2023
4:36.05	Kristianie Width	IL Tyrving	94	New York, USA	16.02.2013
4:38.19	Christine Næss	Asker Skiklubb	00	Steinkjer	28.02.2016
4:39.00	Vibeke Møller	Kolbotn IL	70	Askim	01.02.1986
4:39.81	Karoline Skatteboe	IL Tyrving	93	Sandnes	09.03.2012
4:41.27	Kristin Svendby Otervik	Lørenskog FIL	01	Steinkjer	11.03.2018
4:43.23	Linnea Lähne	IL Tyrving	07	Hvam	04.02.2023
4:43.98	Ingeborg Løvnes	Strømmen IF	92	Stange	28.02.2009

3000m					
9:31.28	Sigrid Alvik	IL Tyrving	03	Rud	19.02.2023
9:49.85	Karoline Skatteboe	IL Tyrving	93	Houston, USA	26.01.2013
10:02.02	Christine Næss	Asker Skiklubb	00	Rud	06.03.2016
10:15.94	Hannah Engevik	Nittedal IL	02	Rud	10.02.2018
10:59.77	Kristin Friis	Fossum IF	69	Askim	20.02.1988
11:03.09	Ellinor Solheim	Ås IL	07	Rud	11.02.2023
11:06.08	Tone Ilstad Hjalmarsen	IL Tyrving	85	Stange	13.02.2005
11:06.90	Julie Aarvak Baklund	IL Tyrving	01	Rud	09.02.2019
11:17.57	Aud Irene Nygård	Nesodden IF	04	Rud	08.02.2020

60m hekk 84 E					
8.44	Christina Vukicevic	IL Tyrving	87	Bergen/Hø	05.02.2005
8.47	Tale Ørving	Minerva	89	Birmingham,GBR	23.02.2008
8.63	Marie Skjæggestad	IL Tyrving	99	Rud	04.03.2018

8.65	Sunniva Indahl	Ski IL	04	Rud	19.02.2023
8.72	Christine Skodvin	Ski IL	87	Lillestrøm	21.02.2004
8.74	Tine Teigene Dalen	IL Tyrving	90	Stange	11.02.2007
8.75	Inger Birgitte Reppe	Ullensaker/Kisa IL	68	Askim	21.02.1988
8.75	Christine Lia	IL Tyrving	88	Bergen/Hø	04.02.2006
8.78	Maria Aaberg	IL Tyrving	01	Rud	19.01.2019
8.79	Berit Marstein	IL Tyrving	65	Åbo, FIN	24.02.1985

KJ20		65			
60m hekk 84 M					
8.5	Berit Marstein	IL Tyrving	65	Oslo/Ek	03.02.1985

100m hekk 84 E					
14.37	Berit Marstein	IL Tyrving	65	Drammen	20.01.1985
17.61	Kristin Lunner	Aurskog-Høland FIL	65	Drammen	22.03.1980

100m hekk 84 M					
15.0	Inger Birgitte Reppe	Ullensaker/Kisa IL	68	Drammen	10.01.1987
15.3	Kristin Lunner	Aurskog-Høland FIL	65	Drammen	09.02.1985
15.6	Maren Skaset	IL Tyrving	68	Drammen	09.02.1985
15.8	Siw Bakken	Asker Skiklubb	65	Drammen	09.02.1985
16.0	Mette Aarheim	Ski IL	66	Drammen	07.02.1982
16.4	Ellen Aasum	Ski IL	67	Drammen	13.02.1983
16.6	Tove Ringaard	Strømmen IF	62	Drammen	26.01.1980
16.9	Sissel Paulsen	Ski IL	66	Drammen	24.03.1984
16.9	Berit Sylstad	Nittedal IL	66	Drammen	09.02.1985

Høyde					
1.80	Mia Haave	IL Tyrving	90	Oslo/Ek	21.01.2006
1.80	Katarina Mögenburg	IL Tyrving	91	Drammen	14.02.2010
1.78	Hedvig Kallåk	IL Tyrving	04	Ulsteinvik	06.02.2022
1.76	Caroline Fleischer	Ski IL	96	Rud	30.01.2015
1.75	Ellen Aasum	Ski IL	67	Oslo/Ek	03.02.1985
1.74	Hilde Marie Mørk	Kråkstad IL	58	Oslo/Ek	28.02.1976
1.71	Solfrid Mauland	Ski IL	60	Oslo/Ek	18.02.1978
1.71	Mimi Storm-Hansen	IL Tyrving	74	Stange	30.01.1994
1.70	Siw Bakken	Asker Skiklubb	65	Drammen	09.02.1985
1.70	Kristin Lunner	Aurskog-Høland FIL	65	Drammen	09.02.1985

KJ20		66			
Høyde uten tilløp					
1.41	Mia Haave	IL Tyrving	90	Stange	18.02.2006
1.41	Hedvig Kallåk	IL Tyrving	04	Rud	28.10.2020
1.36	Inger Birgitte Reppe	Ullensaker/Kisa IL	68	Lunnermoen/Ve	27.02.1984
1.36	Cathrine Berget	Kolbotn IL	75	Kolbotn/In	09.03.1991
1.35	Nina Mannerud	Leirsund IL	65	Fetsund/Øs	28.03.1981
1.35	Kamilla Brandt	IL Tyrving	74	Ås/GG	18.03.1990
1.35	Andrea Dammen	IL Tyrving	00	Rud	05.03.2016
1.34	Mimi Storm-Hansen	IL Tyrving	74	Heggedal/He	19.02.1994
1.33	Bente Dybvik	Raumnes & Årnes IL	64	Fetsund/Øs	28.03.1981
1.32	Torunn Vedum Hansen	Strømmen IF	60	Årnes/Fj	19.03.1977
1.32	Ingeborg Alslie	Nordre Eidsvoll IL	60	Leirsund/As	04.03.1978

Stav					
3.95	Birgitte Kjuus	Raumnes&Årnes IL	99	Rud	01.12.2018
3.85	Hedda Marie Hauge	Ski IL	01	Malmø, SWE	28.01.2018
3.79	Kari Strømhaug	IL Tyrving	97	Medford, USA	04.03.2017
3.50	Sara Bålsrud	Hurdal IL	97	Hvam	11.02.2016
3.40	Karoline Wea Johansen	Ski IL	97	Rud	06.02.2016
3.20	Maren Rønnevig	IL Tyrving	02	Hvam	26.01.2020
3.20	Mariam G. Berkbu	Jardar IL	06	Rud	18.02.2023
3.10	Sofie Shancke Krauss	Ullensaker/Kisa IL	98	Ulsteinvik	08.03.2015
2.92	Sara Guttormsen	Ski IL	05	Rud	06.03.2020
2.90	Hanne Rimstad	Ullensaker/Kisa IL	10	Rud	25.11.2023
2.90	Marie Øverli	Hurdal IL	08	Rud	25.11.2023

Lengde					
6.04	Berit Tøien	Hakadal IL	44	Oslo/Hu	04.04.1964
5.76	Mia Haave	IL Tyrving	90	Drammen	11.12.2005
5.73	Sissel Paulsen	Ski IL	66	Drammen	05.03.1983
5.70	Lene Berger	IL Tyrving	81	Drammen	22.01.2000
5.68	Miranda Lauvstad	IL Tyrving	03	Ulsteinvik	06.02.2022
5.65	Anne Lundstøl	Asker Skiklubb	68	Oslo/Ek	04.02.1984
5.64	Maria Aaberg	IL Tyrving	01	Rud	12.02.2017
5.63	Kine Aaltvedt	Minerva	91	Lillestrøm	19.01.2008
5.59	Sunniva Indahl	Ski IL	06	Rud	26.11.2022
5.57	Katharina Mögenburg	IL Tyrving	91	Stange	31.01.2009

KJ20		67			
Lengde uten tilløp					
2.73	Mia Haave	IL Tyrving	90	Stange	17.02.2008
2.73	Marie Skjæggestad	IL Tyrving	99	Rud	30.10.2017
2.72	Anna Skaset	Kolbotn IL	64	Kolbotn/In	11.03.1980
2.70	Sidsel Kjellås	Strømmen IF	49	Strømmen	19.03.1965
2.66	Sissel Bogsti	IL Tyrving	65	Høvik/Hø	21.03.1984
2.64	Wanja Hauan	IL Tyrving	45	Mo	25.02.1962
2.64	Inger Birgitte Reppe	Ullensaker/Kisa IL	68	Jessheim	13.03.1984
2.63	Unni Sæther	IL Tyrving	32	Oslo/UL	09.12.1948
2.63	Anne Karin Lundgren	Nesodden IF	52	Drøbak/Se	15.03.1970
2.63	Linda Kramer	IL Tyrving	67	Nittedal/Bj	25.02.1984
2.63	Cecilie Wærp	Kolbotn IL	74	Kolbotn/In	13.03.1993

Tresteg					
13.14	Mia Haave	IL Tyrving	90	Bratislava, SVK	29.01.2006
11.99	Sofie Olsholt	IL Tyrving	96	Rud	07.03.2014
11.91	Marthe Røe	IL Tyrving	98	Rud	03.03.2017
11.88	Birgitte Kjuus	Raumnnes & Årnes IL	99	Steinkjer	26.02.2016
11.77	Julie Bressand	IL Tyrving	97	Malmö, SWE	28.01.2017
11.74	Kine Aaltvedt	Minerva	91	Haslum/Gj	20.01.2008
11.73	Susanne T. Amundsen	Asker Skiklubb	07	Ulsteinvik	03.03.2023
11.71	Anna Eikebrokk	IL Tyrving	97	Ulsteinvik	06.03.2015
11.48	Kristine M. Leiknes	IL Tyrving	03	Ulsteinvik	05.02.2022
11.17	Caroline Fleischer	Ski IL	96	Steinkjer	08.03.2013
11.17	Kristine Tønnessen	IL Tyrving	97	Ulsteinvik	06.03.2016
11.17	Mari Cecilie Hansen	Ås IL	95	Ulsteinvik	06.03.2015

Kule 4					
13.93	Camilla Rønning	Nittedal IL	95	Rud	09.03.2014
13.59	Elisabeth Rosvold	Asker Skiklubb	02	Helsingfors, FIN	09.02.2020
13.56	Hanna Emilie Hjeltnes	Ullensaker/Kisa IL	04	Hvam	02.12.2023
13.52	Stine Lerdahl	Minerva	60	Drammen	26.01.1980
12.45	Sunniva Indahl	Ski IL	06	Rud	19.02.2023
12.29	Siw Bakken	Asker Skiklubb	65	Drammen	09.02.1985
12.28	Trine Solberg	Ski IL	66	Drammen	24.03.1984
12.14	Ingerid Qvale	Hvam IL	57	Oslo/Ek	20.02.1977
11.83	Torgunn Stensrud	Hobøl IL	57	Fredrikstad/Ko	24.02.1974

11.80	Silje Disserud	Ullensaker/Kisa IL	91	Stange	10.02.2007
-------	----------------	--------------------	----	--------	------------

Diskos 1					
43.73	Elisabeth Rosvold	Asker Skiklubb	02	Rjukan	26.01.2018
35.28	Anita Sortnes	Strømmen IF	47	Oslo/Hu	02.04.1967

Spyd 600 Gammel type					
64.36	Trine Solberg	Minerva	66	Luleå, SWE	25.02.1986
33.16	Ellen Juel	IL Tyrving	50	Oslo/Hu	16.03.1968

KJ19		68			
60m E					
7.39	Helene Rønningen	IL Tyrving	98	Rud	05.03.2016
7.68	Marte Jørgensen	Strømmen IF	93	Lillestrøm	17.01.2009
7.70	Ingrid Bernice Folland	Ski IL	83	Drammen	13.02.1999
7.71	Miranda Lauvstad	Nesøya IL	03	Ulsteinvik	05.02.2022
7.73	Sunniva Indahl	Ski IL	06	Rud	11.02.2023
7.76	Christina Vukicevic	IL Tyrving	87	Askim	23.01.2005
7.79	Tale Ørving	Minerva	89	Lillestrøm	19.01.2008
7.81	Camilla Ulvøy Johansen	IL Tyrving	83	Drammen	20.01.2002
7.81	Kine Aaltvedt	Minerva	91	Lillestrøm	19.01.2008
7.83	Catharina Wahl	IL Tyrving	91	Drammen	17.12.2006

60m M					
7.7	Sidsel Kjellås	Strømmen IF	49	Oslo/Ek	08.02.1966
7.7	Siv Hege Bergan	Zenith FIK	75	Lillestrøm	22.02.1992
7.8	Unni Lundby	Strømmen IF	53	Skien	02.03.1969
7.8	Inger Blikra	IL Tyrving	61	Oslo/Ek	06.03.1977
7.8	Lena Moe	Sørum IL	71	Lillestrøm	25.01.1987
7.8	Inger-Cecilie Østensen	IL Tyrving	71	Oslo/Ek	13.02.1988
7.8	Catharina Wahl	IL Tyrving	91	Oslo/Ek	02.12.2006

100m E					
12.51	Helene Rønningen	IL Tyrving	98	Florø	16.02.2013
12.23	Tale Ørving	Minerva	89	Drammen	03.02.2008
12.34	Ingrid Bernice Folland	Ski IL	83	Drammen	14.02.1999
12.36	Marte Wang Engen	Ski IL	91	Drammen	21.02.2010
12.43	Kine Aaltvedt	Minerva	91	Drammen	03.02.2008
12.43	Linn Helene Bakke	Ullensaker/Kisa IL	91	Drammen	02.03.2008
12.45	Astrid Cederkvist	Aurskog/Høland FIL	94	Drammen	14.02.2010
12.48	Marte Jørgensen	Strømmen IF	93	Drammen	03.02.2008
12.51	Christina Vukicevic	Ski IL	87	Drammen	08.02.2004
12.53	Camilla Ulvøy Johansen	IL Tyrving	83	Drammen	10.02.2002

KJ19		69			
200m E					
23.57	Helene Rønningen	IL Tyrving	98	Rud	07.01.2017
24.62	Miranda Lauvstad	IL Tyrving	03	Rud	13.02.2022
24.99	Sunniva Indahl	Ski IL	06	Rud	12.02.2023
25.25	Tale Ørving	Minerva	89	Birmingham, GBR	24.02.2008
25.31	Astrid Cederkvist	Aurskog-Høland FIL	94	Stange	21.03.2010
25.32	Mari Drabløs	IL Tyrving	98	Rud	28.02.2015
25.43	Marte Jørgensen	Strømmen IF	93	Göteborg, SWE	08.12.2007
25.44	Marte Wang Engen	Ski IL	91	Stange	21.02.2010
25.46	Line Kloster	Asker Skiklubb	90	Stange	17.02.2008
25.46	Camilla Kristiansen	IL Tyrving	05	Ulsteinvik	05.03.2023

400m E					
55.64	Marie Skjæggestad	IL Tyrving	99	Rud	03.02.2018
56.71	Amalie Hamild Iuel	IL Tyrving	94	Seattle, USA	01.03.2014
56.84	Vår Åsheim	Ullensaker/Kisa IL	99	Rud	10.02.2018
56.86	Mari Drabløs	IL Tyrving	98	Rud	13.02.2016
57.34	Line Kloster	Asker Skiklubb	90	Stange	28.02.2009
58.19	Summer Steinsrud	Ullensaker/Kisa IL	01	Rud	08.02.2020
58.26	Susanne T. Amundsen	Asker Skiklubb	07	Rud	11.02.2023
58.36	Constance Løken Dahl	IL Tyrving	01	Steinkjer	09.03.2018
58.43	Lise Margareth Jensen	Ski IL	79	Stange	01.02.1997
58.76	Camilla Kristiansen	IL Tyrving	05	Steinkjer	04.03.2022

600m					
1:33.31	Emilie Hov Andreassen	Ullensaker/Kisa IL	00	Rud	05.12.2015
1:35.43	Lise Margareth Jensen	Ski IL	79	Stange	25.01.1997
1:35.58	Aurora Dybedokken	IL Tyrving	95	Rud	25.04.2013
1:35.75	Caroline Fleischer	Ski IL	96	Ranheim	29.11.2015
1:36.43	Caroline Foss Høistad	Ullensaker/Kisa IL	98	Hvam	14.01.2017
1:36.97	Marie Skjæggestad	IL Tyrving	99	Stange	18.03.2017
1:37.31	Mari Drabløs	IL Tyrving	98	Rud	25.04.2013
1:37.36	Ingeborg Løvnes	Strømmen IF	92	Stange	14.03.2009

1:38.30	Wilma Torbjørnsson	Ullensaker/Kisa IL	07	Hvam	04.12.2021
1:38.89	Sigrid Alvik	IL Tyrving	03	Rud	01.12.2018

KJ19		70			
800m					
2:09.45	Toril Hatling	Lørenskog FIL	67	Oslo/Ek	09.02.1986
2:12.50	Caroline Fleischer	Ski IL	96	Rud	13.02.2015
2:12.74	Mari Drabløs	IL Tyrving	98	Steinkjer	08.02.2015
2:12.92	Aurora Dybedokken	IL Tyrving	95	Rud	08.03.2014
2:12.97	Wilma Torbjørnsson	Ullensaker/Kisa IL	07	Hvam	02.12.2023
2:13.89	Ingeborg Løvnes	Strømmen IF	92	Stange	01.03.2009
2:13.90	Kristin Svendby Otervik	Lørenskog FIL	01	Steinkjer	10.03.2018
2:14.28	Sigrid Alvik	IL Tyrving	03	Rud	07.03.2020
2:14.46	Ida Landgraff	IL Tyrving	86	Stange	13.02.2005
2:14.6	Torunn Kolstad	Aurskog-Høland FIL	57	Kristiansand	02.02.1975

1500m					
4:21.16	Sigrid Alvik	IL Tyrving	03	Rud	20.02.2021
4:27.58	Aurora Dybedokken	IL Tyrving	95	Stange	01.02.2014
4:30.11	Wilma Torbjørnsson	Ullensaker/Kisa IL	07	Gøteborg, SWE	11.02.2023
4:36.05	Kristianie Width	IL Tyrving	94	New York, USA	16.02.2013
4:38.19	Christine Næss	Asker Skiklubb	00	Steinkjer	28.02.2016
4:39.00	Vibeke Møller	Kolbotn IL	70	Askim	01.02.1986
4:39.81	Karoline Skatteboe	IL Tyrving	93	Sandnes	09.03.2012
4:41.27	Kristin Svendby Otervik	IL Tyrving	01	Steinkjer	11.03.2018
4:42.23	Linea Låhne	IL Tyrving	07	Hvam	04.02.2023
4:43.98	Ingeborg Løvnes	Strømmen IF	92	Stange	28.02.2009

3000m					
9:49.71	Sigrid Alvik	IL Tyrving	03	Rud	12.02.2022
9:50.46	Karoline Skatteboe	IL Tyrving	93	Steinkjer	04.03.2012
10:02.02	Christine Næss	Asker Skiklubb	00	Rud	06.03.2016
10:15.94	Hannah Engevik	Nittedal IL	02	Rud	10.02.2018
10:59.77	Kristin Friis	Fossum IF	69	Askim	20.02.1988
11:03.09	Ellinor Solheim	Ås IL	07	Rud	11.02.2023
11:06.90	Julie Aarvak Baklund	IL Tyrving	01	Rud	09.02.2019
11:17.57	Aud Irene Nygård	Nesodden IF	04	Rud	08.02.2020

60m hekk 84 E					
8.44	Christina Vukicevic	IL Tyrving	87	Bergen/Hø	05.02.2005
8.47	Tale Ørving	Minerva	89	Birmingham, GBR	24.02.2008
8.63	Marie Skjæggestad	IL Tyrving	99	Rud	04.03.2018
8.65	Sunniva Indahl	Ski IL	06	Rud	19.02.2023
8.72	Christine Skodvin	Ski IL	87	Lillestrøm	21.02.2004
8.74	Tine Teigene Dalen	IL Tyrving	90	Stange	11.02.2007
8.75	Christine Lia	IL Tyrving	88	Bergen/Hø	04.02.2006
8.78	Maria Aaberg	IL Tyrving	01	Rud	19.01.2019
8.88	Kine Aaltvedt	Minerva	91	Drammen	12.02.2010
8.89	Celina Lundevik	IL Tyrving	99	Rud	03.03.2017

KJ19		71			
100m hekk 84 E					
14.80	Berit Marstein	IL Tyrving	65	Drammen	12.02.1984
17.61	Kristin Lunner	Aurskog-Høland FIL	65	Drammen	22.03.1980

100m hekk 84 M					
15.0	Inger Birgitte Reppe	Ullensaker/Kisa IL	68	Drammen	10.01.1987
15.5	Kristin Lunner	Aurskog-Høland FIL	65	Drammen	11.02.1984
15.6	Maren Skaset	IL Tyrving	68	Drammen	09.02.1985
16.0	Mette Aarheim	Ski IL	66	Drammen	07.02.1982
16.1	Siw Bakken	Asker Skiklubb	65	Drammen	11.02.1984
16.4	Ellen Aasum	Ski IL	67	Drammen	13.02.1983
16.6	Tove Ringaard	Strømmen IF	62	Drammen	26.01.1980
16.9	Sissel Paulsen	Ski IL	66	Drammen	24.03.1984
16.9	Berit Sylstad	Nittedal IL	66	Drammen	09.02.1985

Høyde					
1.80	Mia Haave	IL Tyrving	90	Oslo/Ek	21.01.2006
1.80	Katarina Mögenburg	IL Tyrving	91	Drammen	14.02.2010
1.78	Hedvig Kallåk	IL Tyrving	04	Ulsteinvik	06.02.2022
1.76	Caroline Fleicher	Ski IL	96	Rud	30.01.2015
1.75	Ellen Aasum	Ski IL	67	Oslo/Ek	03.02.1985
1.74	Hilde Marie Mørk	Kråkstad IL	58	Oslo/Ek	28.02.1976
1.71	Solfrid Mauland	Ski IL	60	Oslo/Ek	18.02.1978
1.70	Mimi Storm-Hansen	IL Tyrving	74	Stange	30.01.1993
1.67	Lene Berger	IL Tyrving	81	Askim	18.01.1998
1.67	Line Kloster	IL Tyrving	90	Karlstad, SWE	20.02.2005

Høyde uten tilløp					
1.41	Mia Haave	IL Tyrving	90	Stange	18.02.2006
1.41	Hedvig Kallåk	IL Tyrving	04	Rud	28.10.2020
1.36	Inger Birgitte Reppe	Ullensaker/Kisa IL	68	Lunnermoen/Ve	27.02.1984
1.36	Cathrine Berget	Kolbotn IL	75	Kolbotn/In	09.03.1991
1.35	Nina Mannerud	Leirsund IL	65	Fetsund/Øs	28.03.1981
1.35	Kamilla Brandt	IL Tyrving	74	Ås/GG	18.03.1990

1.35	Andrea Dammen	IL Tyrving	00	Rud	05.03.2016
1.33	Bente Dybvik	Raumnes & Årnes IL	64	Fetsund/Øs	28.03.1981
1.32	Torunn Vedum Hansen	Strømmen IF	60	Årnes/Fj	19.03.1977
1.32	Ingeborg Alslie	Nordre Eidsvoll IL	60	Leirsund/As	04.03.1978

KJ19		72			
Stav					
3.95	Birgitte Kjuus	Raumnes&Årnes IL	99	Rud	01.12.2018
3.85	Hedda Marie Hauge	Ski IL	01	Malmø, SWE	28.01.2018
3.73	Kari Strømhaug	IL Tyrving	97	Ithaca, USA	17.01.2015
3.40	Sara Bålsrud	Hurdal IL	97	Rud	06.02.2016
3.40	Karoline Wea Johansen	Ski IL	97	Rud	06.02.2016
3.20	Maren Rønning	IL Tyrving	02	Hvam	26.01.2020
3.05	Sofie Shancke Krauss	Ullensaker/Kisa IL	98	Ulsteinvik	08.03.2015
3.05	Miriam Gjertsen Barkbu	Jardar IL	06	Rud	13.05.2022
2.92	Sara Guttormsen	Ski IL	05	Rud	06.03.2020
2.90	Hanne Rimstad	Ullensaker/Kisa IL	10	Rud	25.11.2023
2.90	Marie Øverli	Hurdal IL	08	Rud	25.11.2023

Lengde					
5.76	Mia Haave	IL Tyrving	90	Drammen	11.12.2005
5.73	Sissel Paulsen	Ski IL	66	Drammen	05.03.1983
5.70	Lene Berger	IL Tyrving	81	Drammen	22.01.2000
5.68	Miranda Lauvstad	IL Tyrving	03	Ulsteinvik	06.02.2022
5.65	Anne Lundstøl	Asker Skiklubb	68	Oslo/Ek	04.02.1984
5.64	Maria Aaberg	IL Tyrving	01	Rud	12.02.2017
5.63	Kine Aaltvedt	Minerva	91	Lillestrøm	19.01.2008
5.59	Sunniva Indahl	Ski IL	06	Rud	26.11.2022
5.57	Katharina Mögenburg	IL Tyrving	91	Stange	31.01.2009
5.54	Stine Andresen	IL Tyrving	71	Lillestrøm	25.01.1987

Lengde uten tilløp					
2.73	Mia Haave	IL Tyrving	90	Stange	17.02.2008
2.73	Marie Skjæggestad	IL Tyrving	99	Rud	30.10.2017
2.72	Anna Skaset	Kolbotn IL	64	Kolbotn/In	11.03.1980
2.70	Sidsel Kjellås	Strømmen IF	49	Strømmen	19.03.1965
2.66	Sissel Bogsti	IL Tyrving	65	Høvik/Sk	21.03.1984
2.64	Wanja Hauan	IL Tyrving	45	Mo	25.02.1962
2.64	Inger Birgitte Reppe	Ullensaker/Kisa IL	68	Jessheim	13.03.1984

2.63	Unni Sæther	IL Tyrving	32	Oslo/UI	09.12.1948
2.63	Anne Karin Lundgren	Nesodden IF	52	Drøbak/Se	15.03.1970
2.63	Linda Kramer	IL Tyrving	67	Nittedal/Bj	25.02.1984
2.63	Cecilie Wærp	Kolbotn IL	74	Kolbotn/In	13.03.1993

KJ19		73			
Tresteg					
13.14	Mia Haave	IL Tyrving	90	Bratislava, SVK	29.01.2006
11.99	Sofie Olsholt	IL Tyrving	96	Rud	07.03.2014
11.91	Marthe Røe	IL Tyrving	98	Rud	03.03.2017
11.88	Birgitte Kjuus	Raumnnes & Årnes IL	99	Steinkjer	26.02.2016
11.74	Kine Aaltvedt	Minerva	91	Haslum/Gj	20.01.2008
11.73	Susanne T. Amundsen	Asker Skiklubb	07	Ulsteinvik	03.03.2023
11.71	Anna Eikebrokk	IL Tyrving	97	Ulsteinvik	06.03.2015
11.37	Julie Bressand	IL Tyrving	97	Rud	06.02.2016
11.25	Caroline Fleischer	Ski IL	96	Steinkjer	26.02.2106
11.17	Kristine Tønnessen	IL Tyrving	97	Ulsteinvik	06.03.2015

Kule 4					
13.93	Camilla Rønning	Nittedal IL	95	Rud	09.03.2014
13.59	Elisabeth Rosvold	Asker Skiklubb	02	Helsingfors, FIN	09.02.2020
13.56	Hanna Emilie Hjeltnes	Ullensaker/Kisa IL	04	Hvam	02.12.2023
12.84	Stine Lerdahl	Minerva	60	Oslo/Ek	08.02.1978
12.45	Sunniva Indahl	Ski IL	06	Rud	19.01.2023
12.28	Trine Solberg	Ski IL	66	Drammen	24.03.1984
11.83	Torgunn Stensrud	Hobøl IL	57	Fredrikstad/Ko	24.02.1974
11.80	Silje Disserud	Ullensaker/Kisa IL	91	Stange	10.02.2007
11.78	Siw Bakken	Asker Skiklubb	65	Oslo/So	06.03.1983
11.70	Ingerid Qvale	Hvam IL	57	Jessheim/Ih	02.03.1975

Diskos 1 kg					
43.33	Elisabeth Thon Rosvold	Asker Skiklubb	02	Rjukan	26.01.2018

Spyd 600 Gammel type					
33.16	Ellen Juel	IL Tyrving	50	Oslo/Hu	16.03.1968

