

Norges Fri-idrettsforbund / Norwegian Athletics Federation

Alle tiders beste utendørs / All Time Best Outdoor

Kvinner - Kule / Women - Shot Put

pr. 31.12.2025 (oppdatert / updated 18.01.2026)

Kule / Shot Put 4.0 kg kvinner 35-39 år / Women 35-39 years - 8.50

13.95	(2)KS	Tania Longe, Fredrikstad IF	(74)	Kristiansand	25.08.2012
13.20	(1)	Katarina Sederholm Hoff, Stjørdal FIK	(68)	Stjørdal	05.06.2004
13.19	(3)KS	Elin Isane, Gloppen FIL	(75)	Jessheim	23.08.2014
12.56	(1)	Else Opsahl, Ullensaker/Kisa IL	(32)	Ottestad	06.10.1968
12.50	(6)KS	Grete Etholm, IK Tjalve	(76)	Kristiansand	25.08.2012
12.42	(2)	Inger Elisabeth Holter Holmgrunn, Oslo Politis IL	(49)	Århus, DEN	10.08.1988
12.35	(1)	Astrid Sjultangen, Kragerø IF	(40)	Froland	20.06.1976
11.93	(m)	Mette Bergmann, SK Vidar	(62)	Oslo/So	24.07.1999
11.86	(2)	Emma Grønmo, Sømna IL	(44)	Sandnessjøen	29.08.1982
11.44	(1)	Ingunn Hoset, Innstrandens IL	(67)	Bodø	24.08.2002
		(10)			
11.42	(1)	Anne Britt Holm, Lørenskog FIL	(53)	Strømmen	11.05.1988
11.40	(2)	Grete Norbye, IL Tyrving	(67)	Nadderud	11.06.2004
11.31	(2)KS	Karin Sofie Holm, Trondheim Friidrett	(78)	Trondheim/St	26.07.2013
11.14	(1)	Gunn-Torhild (Johannessen) Ramslien, FIL AKS-77	(76)	Knarvik	02.10.2011
10.98	(2)	Anne Sophie Hunstad, Nidelv IL	(54)	Trondheim/Le	31.08.1989
10.98	(2)	Anne Stunes Isene, IF Sturla	(70)	Asker	02.06.2007
10.83	(1)KS	Charlotte Lund (Abrahamsen) Antonijevic, IL Tyrving	(87)	Rud	19.09.2023
10.82	(1)	Aud (Skinstad) Sandmo, Frøyland IL	(57)	Undheim	12.06.1996
10.74	(1)	Helga Reigstad, Osterøy IL	(72)	Hatland	08.09.2007
10.59	(1)	Heidi Engblom, Lillehammer IF	(66)	Lillehammer	03.05.2005
		(20)			
10.57	(1)KS	Hanne Waksvik Hustad, Måndalen IL	(75)	Ulsteinvik	19.09.2010
10.54	(1)	Else Lundestad Bakkelid, Gloppen FIL	(76)	Rygg	03.05.2015
10.53	(1)	Grete Bjørdalsbakke Mo, Ørsta IL	(60)	Ørsta	09.09.1999
10.53	(1)V	Turid Agnete Teigen, Larvik T&IF	(78)	Larvik/Lo	01.08.2016
10.49	(2)KS	Gro Lea Hennestad Skjevrak, Undheim IL	(78)	Bryne	06.05.2013
10.47	(1)	Anne Marie Skjellaug, Gjøvik FIK	(56)	Raufoss	14.06.1992
10.39	(1)	Anne-Brit Norø, Brønnøysund IL	(55)	Bodø	27.06.1992
10.36	(1)	Kristin Brathagen, Heggedal FIK	(82)	Geithus	21.06.2019
10.32	(1)KS	Anne Marte Haugen, Modum FIK	(88)	Geithus	18.07.2024
10.25	(1)	Wenche Hellenes Granerud, Larvik T&IF	(58)	Larvik/Lo	14.09.1994
		(30)			
10.23	(1)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Bjørkelangen	08.08.1992
10.19	(2)	Inger Fjellestad Hjelmset, Fjellhug/Vereide IL	(42)	Byrkjelo	05.09.1981
10.19	(m)	Mariann Sandsund, Steinkjer FIK	(64)	Brisbane, AUS	04.07.2001
10.18	(1)	Gjertrud Sørnes, Odda IL	(36)	Odda	13.08.1973
10.05	(1)	Elisabeth Wormsen Dubowski, SK Snøgg	(55)	Notodden	16.07.1990
10.05	(1)	Heidi Benserud, FIK BFG Fana	(58)	Fana	26.09.1997
10.02	(1)KS	Marie Kvisvik, Straumsnes IL	(76)	Straumsnes	05.06.2014
10.00	(1)	Rita Rosseland Johansen, Lye IL	(71)	Bryne	08.10.2006
9.94	(1)	Torill Time Eimind, IL Sørfjell	(59)	Vanse	15.08.1998
9.92	(1)	Grete Rivenes, Gjøvik FIK	(48)	Bismo	26.07.1987
		(40)			
9.92	(1)	Tone Næss, Modum FIK	(56)	Geithus	25.09.1995
9.91	(1)	Lene Bergstrøm Stenersrød, Halden IL	(65)	Lisleby	14.09.2003
9.86	(1)	Unn Boldermo, Korgen IL	(49)	Mo i Rana	20.07.1985
9.86	(1)	Bente Liland, FIK BFG Fana	(62)	Fana	25.09.1997
9.85		Liv Ingrid Grov, Stord T&IL	(44)	Leirvik	29.08.1980
9.83	(2)	Stine Renate Simensen, IL Sandvin	(84)	Geithus	21.06.2019
9.79	(1)	Brit Ingrid (Reigstad) Birketveit, IL Fri	(77)	Indre Arna	08.09.2013
9.78		Inger Bækken Kulstad, Steinkjer I&FK	(48)	Overhalla	22.07.1984
9.76		Reidun Rushfeldt, Vadsø TF	(45)	Vadsø	10.06.1983
9.76	(1)	Ruth Vedå, Vossaalliansen	(66)	Voss	06.06.2001
		(50)			
9.69		Julie Stuberg, Oslo Politis IL	(47)	Moss	20.08.1985
9.68		Marit Bakken, IF Eiker-Kvikk	(62)	Hokksund	17.09.1998
9.68	(1)KS	Hege Bråthen Hultengreen, Sarpsborg IL	(73)	Halden	04.08.2009
9.67	(3)	Siri Langseth, Frol IL	(84)	Geithus	21.06.2019
9.66		May Britt Knygh Brekk, Sømna IL	(51)	Vik i Helgeland	13.09.1986
9.66		Sissel Norum, Steinkjer FIK	(59)	Beitstad	13.06.1995
9.65		Inger Blikra, Rana FIK	(61)	Mo i Rana	24.09.1996
9.61	(1)	Ellen Bergin, Steinkjer FIK	(75)	Steinkjer	26.10.2011
9.60	(1)	Steffi Koht Krogh, Kongsvinger IL	(38)	Kolbotn	11.09.1976
9.59	(1)KS	Stine Fagerli Dahle, Sømna IL	(90)	Overhalla	01.07.2025
		(60)			

Norge / Norway: Alle tiders beste utendørs / All Time Best Outdoor

9.57	(1)	Marianne Engebø, Førde IL	(70)	Byrkjelo	15.05.2008
9.56	(1)	Randi Rufsvoll, Mo IL	(36)	Mo i Rana	10.06.1972
9.55	(1)	Grethe Maren Myklestad, Sogndal IL	(42)	Sogndal	29.08.1979
9.51	(1)	Anne Britt Særsland, Os TF	(51)	Os	22.09.1988
9.49		Oddrun Baar, IL Fram, Skatval	(43)	Skogn	05.08.1979
9.49		Rigmor Skyliholdt, Vestre Spone IF	(50)	Vestre Spone	15.09.1988
9.49	(1)	Anneli Salte Henriksen, Gjesdal IL	(66)	Gjøvik	27.08.2005
9.48	(4)	Sara Stenhjem, IL Molde-Olymp	(82)	Geithus	21.06.2019
9.45	(2)	Grete Leira, Aksla IL	(52)	Ålesund	08.08.1987
9.45	(1)	Gry Fuglestad Bløchliger, Snøgg Friidrett	(68)	Porsgrunn	06.09.2006
		(70)			
9.45		Tove Hustad, Inderøy IL	(69)	Inderøy	13.09.2008
9.44	(1)KS	Kari Rakstang Betten, Verdal FIK	(84)	Steinkjer	03.08.2022
9.43		Live Båsen Eriksen, Modum FIK	(58)	Geithus	13.09.1994
9.41		Marit Holien, Namdalseid IL	(44)	Namdalseid	14.09.1980
9.41		Merete Bjørnbak, Korgen IL	(65)	Mo i Rana	24.06.2000
9.40	(1)	Anne Flobak, FIL Borg	(67)	Lisleby	22.09.2002
9.40	(1)KS	Ida Bjørnvolden, Sømna IL	(79)	Vik i Helgeland	19.05.2016
9.40	(1)KS	Tone Bjørdalsbakke Saure, Ørsta IL	(87)	Ørsta	04.06.2023
9.37	(2)KS	May T. Johansen, Romedal IL	(53)	Fredrikstad	02.09.1989
9.37		Kristin Lien, Innfjorden IL	(74)	Måndalen	14.09.2013
		(80)			
9.36	(1)	Maria Thelle, Urædd Friidrett	(69)	Geithus	01.07.2006
9.31	(1)	Agnete Stensland Ryeng, IL i BUL, Tromsø	(72)	Tromsø	08.09.2007
9.27	(2)	Gro Berger (Lappegård), Oslo Politis IL	(69)	Oslo/Bi	21.06.2006
9.26	(1)	Marianne Føleide, Florø TIF	(66)	Florø	09.10.2002
9.26	(1)	Hege Kværnø Saugen, Overhalla IL	(79)	Overhalla	26.06.2016
9.24		Marianne Sakariassen, Lyngdal IL	(53)	Lyngdal	07.06.1989
9.22	(1)	Hilde Kaland Kongsrud, IL Fri	(73)	Bergen/Sk	20.10.2012
9.20		Inger Ramberg (Røthe), Sparbu IL	(49)	Sparbu	09.06.1984
9.20	(1)	Anne Line (Evenrud) Gausdal, Ørsta IL	(65)	Ørsta	14.10.2003
9.19	(2)	Marit Kleppe, Indre Breim IL	(42)	Hyen	02.08.1981
		(90)			
9.18	(2)	Jorunn Rønningen, Skogn IL	(32)	Skogn	04.10.1970
9.18		Björg Dornbestein Lofnes, Leirgulen IL	(47)		.1985
9.18	(m)	Elin Svennevik, Siggerud IL	(60)	Plassen	22.08.1998
9.16	(4)	Randi Før, Os IL	(48)	Oslo/Bi	09.08.1986
9.15	(1)	Kristine Rogstad, Ås IL	(69)	Ås	25.06.2008
9.13	(1)	Beate Solli Nilsen, Sømna IL	(68)	Vik i Helgeland	21.06.2006
9.12		Janice Terjesen Flaath, Lillesand IF	(59)	Heggedal	30.08.1998
9.12	(1)	Gunnhild Nordhus Schei, Jøa IL	(72)	Jøa	16.06.2007
9.12	(1)KS	Elin Marvik, IL Tyrving	(83)	Nadderud	18.09.2018
9.11	(1)	Martha Johanne Berg, Sortland IL	(11)	Stokmarknes	28.08.1949
		(100)			
9.11	(1)KS	Anne Barlaug, Sandnes IL	(78)	Sandnes	27.09.2013
9.05	(1)KS	Ann Kristin Lorentsen, Brønnøysund IL	(72)	Vik i Helgeland	16.06.2011
9.02		Berit Kløvfjell, Vennesla IL	(44)	Vennesla	06.08.1980
9.00		Marianne Grødem, Frøyland IL	(64)	Frøyland	30.09.1999
9.00	(2)	Trine-Lise Dræge Steinskog, Ask Friidrett	(79)	Ravnanger	21.06.2014
8.97	(1)KS	Guro Johanne Knygh, Sømna IL	(76)	Vik i Helgeland	18.06.2015
8.95	(2)KS	Ingrid Mellemseter, Halden IL	(81)	Halden	23.05.2018
8.94		Toril Våg, Snåsa IL	(59)	Inderøy	10.09.1994
8.90	(1)KS	Borghild Hjelmset, Sigdal FIK	(73)	Prestfoss	10.09.2009
8.88		Hild Formo, Grong IL	(52)	Grong	29.08.1989
		(110)			
8.86		Kari Anne Jensen, Rana FIK	(69)	Mo i Rana	27.07.2004
8.83	(2)KS	Anne Marie Gausel, Hinna IL	(79)	Stavanger/St	28.06.2017
8.82		Inger Austbø, Hasle/Løren IL	(47)		.1983
8.81	(3)	Randi Nymoen(-Jahren), IK Tjalve	(68)	Oslo/Bi	21.06.2006
8.80	(2)	Ragnhild Hagen, Bolstadøyri TL	(47)	Mo i Rana	20.07.1985
8.75	(1)	Vivian Tverranger, FIL AKS-77	(65)	Knarvik	18.10.2001
8.74		Marit Løvhaug, Bossmo & Ytteren IL	(63)	Mo i Rana	02.06.1998
8.73	(1)	Berit Berthelsen, IL Tyrving	(44)	Oslo/St	03.09.1980
8.71	(2)	Marry (Larsen) Jenssen, IF Rollo	(09)	Oslo/Jo	09.08.1946
8.70	(2)	Alexandra Ziegler, Molde FIL	(21)	Molde	25.06.1958
		(120)			
8.68		Anne Merethe Moe Dahlen, Stovnerkameratene	(66)	Oslo/St	15.08.2001
8.67	(1)	Eva Jung Kolstad, FIL AKS-77	(48)	Fana	26.06.1986
8.66	(2)KS	Marianne Skjæveland, Bryne FIK	(86)	Stavanger/St	22.06.2025
8.64		Anne Berit Skoghush, Ski IL	(44)	Ski	29.06.1981
8.63		Inger J. Bue Bartnes, Sparbu IL	(46)	Sparbu	09.06.1984
8.63	(2)KS	Synnøve Naalsund, Straumsnes IL	(78)	Straumsnes	26.06.2014
8.63	(1)	Ida McAdam Lium, Bækkelaget SK	(82)	Oslo/Be	29.10.2020
8.62	(1)	Torgunn Henden, Larvik T&IF	(80)	Larvik/Lo	08.07.2015
8.59	(1)	Brita Rommetveit, GTI	(74)	Stavanger/St	15.09.2012
8.56		Åse Ulset, Tingvoll FIK	(67)	Straumsnes	12.06.2003
		(130)			

8.51	(1)	Monica Penne Norheim, Bryne FIK	(71)	Bryne	23.08.2007
8.51	(2)KS	Wibekke Salvenes, Akra IL	(71)	Haugesund	14.07.2010
8.50	(1)I	Ellinor Engebretsen, Romerikslaget	(22)	Oslo/Jo	21.09.1957

Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:

10.58	(1)KS	Kateryna Retiva, Fyllingen IL (UKR)	(89)	Fana	12.05.2024
9.05	(1)	Anja Kinck, IL Skarphedin (RUS)	(73)	Oslo/St	16.06.2008
9.03	(1)	Christina Johnsson, Bremnes IL (SWE)	(65)	Bremnes	21.06.2001
8.70		Elke Udelhoven, Søgne IL (GER)	(68)	Arendal	24.08.2003

Kule / Shot Put 4.0 kg kvinner 40-44 år / Women 40-44 years - 8.00

12.77	(1)KS	Tania Longe, Fredrikstad IF	(74)	Oslo/Bi	16.08.2014
12.60	(3)KS	Elin Isane, Gloppen FIL	(75)	Haugesund	01.08.2015
12.00	(1)	Inger Elisabeth Holter Holmrunn, Oslo Politis IL	(49)	Roa	04.06.1990
11.47	(1)KS	Anne Stunes Isene, IF Sturla	(70)	Lillestrøm	24.05.2014
11.35	(1)	Else Lundestad Bakkelid, Gloppen FIL	(76)	Rygg	17.06.2018
11.17	(1)	Grete Bjørdalsbakke Mo, Ørsta IL	(60)	Lillehammer	29.06.2002
10.99	(1)	Emma Grønmo, Sømna IL	(44)	Brønnøysund	14.06.1986
10.98	(1)	Jorunn Tangen Hole, IL ROS	(61)	Geithus	30.08.2001
10.94	(1)	Jorunn Tvedt, Elverum IL	(39)	Lillehammer	20.08.1983
10.70	(1)KS	Grete Etholm, IK Tjalve	(76)	Oslo/Bi	29.10.2017
(10)					
10.66	(1)	Grete Norbye, IL Tyrving	(67)	Asker	30.09.2007
10.65	(1)	Heidi Benserud, FIK BFG Fana	(58)	Fana	24.06.1998
10.46	(3)	Tone Næss, Modum FIK	(56)	Geithus	20.08.1996
10.33	(1)	Grete Bjørdalsbakke Mo, Ørsta IL	(60)	Ørsta	12.09.2000
10.32	(1)	Inger Gullvik, Sortland IL	(41)	Steinkjer	26.07.1981
10.17	(1)	Karin Megård, Veldre IL	(39)	Brumunddal	27.08.1983
10.17	(1)	Grete Rivenes, Gjøvik FIK	(48)	Lillehammer	22.08.1989
10.17	(1)KS	Helga Reigstad, Osterøy IL	(72)	Hatland	18.08.2014
10.11	(1)	Turid Agnete Teigen, Larvik T&IF	(78)	Geithus	21.06.2019
10.10		Turid Sannes, Larvik FIK	(43)	Oslo/La	11.06.1985
(20)					
10.05	(1)KS	Gro Lea Hennestad Skjevraak, Undheim IL	(78)	Sandnes	22.06.2019
10.02	(1)	Inger Ramberg Røthe, Sparbu IL	(49)	Sparbu	30.05.1991
10.00	(3)	Astrid Willersrud, Ullensaker/Kisa IL	(42)	Arnes	07.08.1985
9.99	(1)	Ida McAdam Lium, Bækkelagets SK	(82)	Oslo/Be	26.09.2024
9.93	(1)	Aud (Skinstad) Sandmo, Frøyland IL	(57)	Frøyland	28.09.1998
9.92	(1)	Anne Marie Skjellaug, Gjøvik FIK	(56)	Lillehammer	31.05.1996
9.87	(1)	Anne Line (Evenrud) Gausdal, Ørsta IL	(65)	Ravnanger	16.06.2007
9.79	(1)	Inger Blikra, Rana FIK	(61)	Mo i Rana	20.08.2002
9.72	(1)	Kari Rakstang Betten, Verdal FIK	(84)	Steinkjer	25.05.2024
9.70	(2)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Asker	10.09.2000
(30)					
9.69		Oddrun Baar, IL Fram, Skatval	(43)	Flora	29.07.1984
9.63	(1)	Mette Erika Harviken, FIK Orion	(62)	Moss	18.09.2002
9.61	(1)	Anneli Salte Henriksen, Gjesdal IL	(66)	Trondheim/St	26.08.2006
9.56	(1)	Margit Aaby Flatin, Sigdal FIK	(60)	Geithus	06.10.2003
9.51		Inger Bækken Kulstad, Steinkjer FIK	(48)	Steinkjer	22.09.1992
9.49	(13)	Randi Før, Os IL	(48)	Budapest, HUN	01.07.1990
9.47		May Britt Knygh Brekk, Sømna IL	(51)	Vik i Helgeland	13.06.1991
9.44		Jannicke Popelka, IL Molde-Olymp	(54)	Meisingset	12.08.1995
9.43		Reidun Rushfeldt, Vadsø TF	(45)	Vadsø	22.08.1985
9.42	(1)	Björg Storhaug, Klepp IL	(62)	Klepp	02.09.2004
(40)					
9.38	(1)	Margrethe Heir, IF Torodd	(70)	Ravnanger	21.06.2014
9.32	(1)	Janice Terjesen Flaathe, Lillesand IL	(59)	Lillesand	30.08.2001
9.29		Oddrun Hokland, Kvæfjord IL	(42)		.1982
9.23	(1)	Tove Hustad, Inderøy IL	(69)	Inderøy	12.09.2009
9.19		Björg Dombestein Lofnes, Leirgulen IL	(47)	Hornindal	23.06.1991
9.19	(2)	Monica Woll Sigvaldsen, Ask Friidrett	(63)	Ravnanger	16.06.2007
9.19	(1)	Marianne Engebø, Førde IL	(70)	Byrkjelo	10.08.2013
9.17		Marit Holien, Namdalseid IL	(44)	Flora	29.07.1984
9.13		Ragnhild Skei Andersen, Moss IL	(44)	Moss	28.08.1988
9.12	(1)	Brit Ingrid (Reigstad) Birketveit, IL Fri	(77)	Indre Arna	08.07.2020
(50)					
9.11	(3)	Else Laksnes, Namsen FIF	(53)	Overhalla	07.08.1993
9.10	(2)	Ingeborg Marit Berg, Singsås IL	(58)	Trondheim/Da	24.08.2002
9.06	(1)	Anne Flobak, FIL Borg	(67)	Sarpsborg	15.07.2010
9.05	(1)KS	Ida Bjørnvolden, Sømna IL	(79)	Vik i Helgeland	30.06.2022
9.03	(1)	Anita Bolstad Raa, FIK BFG Fana	(66)	Strandebarm	03.07.2010
8.99	(3)KS	Gro Berger Lappegård, Oslo Politis IL	(69)	Kristiansand	01.09.2010
8.97		Solveig Berg, Jølster IL	(64)	Byrkjelo	02.10.2005
8.97	(1)	Hilde Kaland Kongsrud, IL Fri	(73)	Bergen/Sk	24.10.2015
8.96		Kari Kamstrup Hovind, Ullensaker/Kisa IL	(56)	Jessheim	25.06.1996
8.96	(1)	Mariann Sandsund, Steinkjer FIK	(64)	Geithus	01.07.2006
(60)					

8.96	(1)	Ellen Bergin, Steinkjer FIK	(75)	Steinkjer	26.09.2019
8.95	(1)KS	Randi Nymoen(-Jahren), Strømmen IF	(68)	Lillestrøm	12.09.2009
8.94		Greta Synnøve Skjevik, Frosta IL	(48)	Inderøy	25.06.1988
8.92	(1)KS	Hildegunn Hausken, Torvastad IL	(69)	Haugesund	18.07.2012
8.90	(1)	Britt Eva Fauskanger Brurås, IL Norna-Salhus	(65)	Fana	18.07.2007
8.90	(1)KS	Borghild Hjelmset, Sigdal FIK	(73)	Prestfoss	21.09.2014
8.89		Mary-Ann Svindal Snortheimsmoen, Oslo Politis IL	(59)	Oslo/Bi	14.09.2001
8.89	(1)	Lene Bergstrøm Stenersrød, Halden IL	(65)	Halden	11.10.2008
8.89	(m)	Lene Berger, IL Tyrving	(81)	Fana	25.05.2024
8.87	(1)	Kristine Rogstad, Ås IL	(69)	Ski	19.06.2013
(70)					
8.87	(1)	Kristin Brathagen, Heggedal FIK	(82)	Heggedal/Ka	22.09.2022
8.86		Rigmor Skyliholdt, Vestre Spone IF	(50)	Vestre Spone	26.09.1991
8.82	(2)KS	Beate Solli Nilsen, Sømna IL	(68)	Vik i Helgeland	16.06.2011
8.81		Ruth Hanseid, Tjølling IF	(40)	Tjølling	30.08.1984
8.77		Astrid Askvik, Ask IL	(38)	Ask	.1982
8.74		Grethe Maren Myklestad, Sogndal IL	(42)		.1986
8.74		May T. Johansen, Romedal IL	(53)	Oslo/Bi	02.09.1995
8.72	(1)KS	Marie Louise Mørkved Scoular, Skogn IL	(68)	Levanger	26.06.2010
8.70	(1)KS	Guro Johanne Knygh, Sømna IL	(76)	Vik i Helgeland	04.06.2016
8.69	(1)	Anne Merethe Moe Dahlen, Stovnerkameratene	(66)	Moss	22.08.2009
(80)					
8.68		Marianne Landaas, Tvedestrand T&IF	(57)		.1998
8.68		Live Båsen Eriksen, Modum FIK	(58)	Geithus	26.09.2002
8.64	(1)	Randi Rufsvoll, Mo IL	(36)	Spikkestad	20.08.1978
8.64	(1)E	Grethe Bolstad, Bolstadøyri TL	(35)	Åstveit	06.10.1979
8.62		Aud Sæten, Loen IL	(40)	Sandane	27.07.1980
8.62	(2)	Heidi Pisani Trollsås, Bækkelaget SK	(80)	Oslo/Be	26.09.2024
8.60	(1)	Randi Holien Bartnes, Beitstad IL	(68)	Stjørdal	12.06.2010
8.59		Grete Kristiansen, IL Sørfjell	(58)	Øystad	28.05.1998
8.59	(2)	Anne Grete Kristiansen, Oslo IL	(65)	Trondheim/St	26.08.2006
8.59	(1)KS	Veronica Celin Juvik, FIL AKS-77	(74)	Knarvik	18.06.2015
(90)					
8.54	(1)V	Lena Daren, Sortland FIK	(74)	Harstad	24.06.2018
8.53		Eva Nilsen, IL Fenring	(37)	Ask	.1981
8.53		Britt Kvifte, Tvedestrand T&IF	(64)	Tvedestrand	21.08.2004
8.53	(3)	Anne Beate Langhelle, IL Fri	(64)	Ravnanger	16.06.2007
8.51	(1)	Vigdis Eriksen, IL Fenring	(57)	Knarvik	15.06.1997
8.50	(3)	Veronica Celin Juvik, FIL AKS-77	(74)	Ravnanger	21.06.2014
8.45		Kari Ridder Nilsen, Larvik FIK	(46)	Larvik/Fr	27.06.1988
8.43	(1)	Alida Margrethe Håland, Holt IF	(70)	Tvedestrand	31.08.2013
8.40	(4)	Ragnhild Sørum Hals, IL Tyrving	(34)	Sofiemyr	11.09.1976
8.39	(m)	Elin Svennevik, Siggerud IL	(60)	Moss	12.09.2003
(100)					
8.35	(1)	Ingunn Gatland Jacobsen, IL Fri	(67)	Bergen/Sk	05.06.2007
8.35	(1)KS	Nina Dubowski, Snøgg Friidrett	(73)	Notodden	05.10.2016
8.34	(1)	Ruth Johanne Salte, Sandnes IL	(77)	Sandnes	03.10.2020
8.33		Britt Fredheim Øia Hantveit, IF Eiker-Kvik	(54)	Hokksund	16.09.1997
8.32	(1)KS	Heidi E. Vold Lorentzen, Dønna IL	(71)	Åmnes	21.05.2011
8.30		Frøydys Larsplass, Høybråten & Stovner IL	(41)	Oslo/St	.08.1981
8.30	(1)	Eldbjørg Øen, Tertnes IL	(46)	Åstveit	15.06.1987
8.30	(1)	Jorunn Stokstad, Hvam IL	(76)	Årnes	28.08.2019
8.28	(2)	Hedvig Larsson, Strømmen IF	(05)	Lillestrøm	23.06.1946
8.28		Hild Forma, Grong IL	(52)	Grong	08.09.1994
(110)					
8.28		Anne Jorun Bakken Erichsen, IF Eiker-Kvik	(60)	Hokksund	21.09.2000
8.28	(1)V	Hanne Waksvik Hustad, Måndalen IL	(75)	Måndalen	04.06.2018
8.27	(1)	Anne Berit Askeland Drønen, Austevoll IK	(68)	Storebø	01.06.2009
8.26	(1)	Bodil Bache, IL Tyrving	(62)	Nadderud	09.10.2005
8.26	(1)KS	Ann Kristin Lorentsen, Brønnøysund IL	(72)	Vik i Helgeland	14.08.2014
8.21	(1)KS	Yngvild Grummedal, Søgne IL	(81)	Søgne	03.10.2023
8.20	(2)	Gerd Norli, Veldre IL	(54)	Leirvik	06.08.1994
8.20	(3)KS	Inger Lise Johnsen, Sømna IL	(76)	Vik i Helgeland	19.05.2016
8.19	(1)	Eva Jung Kolstad, FIL AKS-77	(48)	Haukås	17.09.1989
8.18	(1)	Elsebeth Aa Heggelund, Etne IL	(64)	Etne	14.09.2004
(120)					
8.18	(1)	Åse Mona Vikten, Jægvatnet IL	(65)	Sør-Lenangen	05.06.2008
8.17	(4)	Grethe Bergland, Solberg SK	(40)	København, DEN	31.07.1983
8.17	(2)	Torhild Våg, Snåsa IL	(59)	Steinkjer	03.07.1999
8.15	(2)	Kristin Brorstad Mengshoel, FIK Orion	(80)	Stjørdal	21.06.2024
8.14	(1)	Kari Morka, Brandbu IF	(62)	Brandbu	20.08.2003
8.11	(2)	Berit Sylstad, Nittedal IF	(66)	Nittedal	13.09.2008
8.10	(1)	Gjertrud Sørnes, Odda IL	(36)	Odda	24.09.1980
8.08		Svanhild Holtvedt, Holmsbu IF	(42)	Spikkestad	03.07.1983
8.08		Synnøve Helstad, Veldre IL	(50)	Brumunddal	01.09.1991
8.08	(1)KS	Christine Gulbrandsen, Kristiansands IF	(77)	Kristiansand	27.07.2019
(130)					

8.04		Julie Stuberg, Oslo Politis IL	(47)	Edmonton, CAN	03.08.1990
8.04	(1)	May Brith Rolfsvåg Karlsen, IL Gular	(56)	Ulvik	05.07.1997
8.04	(1)	Tanja Elisabeth Surdal, Moi IL	(71)	Vanse	17.08.2013
8.03		Signe Holten, Surnadal IL	(33)	Surnadal	10.10.1974
8.03		Gunn Ågot Leite, Jøa IL	(67)	Jøa	30.08.2008
8.03	(1)	Andrine Solli Oppegaard, Sømna IL	(70)	Vik i Helgeland	01.10.2011
8.03	(1)V	Marit Lillevik, Jægersvatnet IL	(70)	Narvik	17.06.2012
8.02	(2)	Rannveig Nordgård, IL Stjørdals-Blink	(37)	Steinkjer	26.07.1981
8.01		Björg Reber, Vennesla IL	(48)	Vennesla	27.09.1988
8.00		Tove Irene Hass Sund, Sømna IL	(50)	Vik i Helgeland	13.09.1990
(140)					

Kule / Shot Put 4.0 kg kvinner 45-49 år / Women 45-49 years - 7.50

11.34	(1)	Inger Elisabeth Holter Holm grunn, Oslo Politis IL	(49)	Mosjøen	15.06.1994
11.00	(1)KS	Anne Stunes Isene, IF Sturla	(70)	Drammen	14.05.2015
10.84	(2)KS	Hildegunn Holten, Ulvungen IL	(79)	Kristiansund	07.06.2025
10.81	(1)	Else Lundestad Bakkelid, Gloppen FIL	(76)	Rygg	11.08.2024
10.58	(2)	Grete Bjørdalsbakke Mo, Ørsta IL	(60)	Molde	11.06.2005
10.44	(5)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Tårnby, DEN	12.05.2006
10.39	(3)KS	Grethe Kleggetveit Espegren, Birkenes IL	(79)	Søgne	08.06.2024
10.15	(1)	Turid Agnete Teigen, IF Hellas	(78)	Geithus	23.06.2023
10.04	(1)	Jorunn Tvedt, Elverum IL	(39)	Brumunddal	15.09.1984
10.01	(1)	Emma Grønmo, Sømna IL	(44)	Vik i Helgeland	14.09.1989
(10)					
9.88	(2)KS	Helga Reigstad, Osterøy IL	(72)	Hatland	24.07.2017
9.51	(1)	Gro Lea Hennestad Skjevrak, Undheim IL	(78)	Ålgård	11.06.2023
9.44		Grethe Bolstad, Bolstadøyri TL	(35)	Voss	17.07.1982
9.43	(1)	Anne Marie Skjellaug, Gjøvik FIK	(56)	Gjøvik	19.08.2001
9.36		Margit Aaby Flatin, Sigdal FIK	(60)	Prestfoss	08.09.2005
9.35		Grete Rivenes, Gjøvik FIK	(48)	Jessheim	01.06.1997
9.23	(m)	Janice Terjesen Flaathe, Lillesand IL	(59)	Lyngdal	06.07.2005
9.22	(1)	Anneli Salte Henriksen, Gjesdal IL	(66)	Oslo/Bi	01.09.2012
9.20	(2)	Inger Ramberg Røthe, Sparbu IL	(49)	Florø	28.06.1997
9.19	(m)	Ragnhild Skei Andersen, Moss IL	(44)	Lund, SWE	28.07.1990
(20)					
9.19	(m)	Mariann Sandsund, Steinkjer FIK	(64)	Lahti, FIN	28.07.2009
9.18	(2)	Grethe Evjenth, NIH IL	(28)	Kolbotn	11.09.1976
9.10	(1)	Mette Karin Ninive, FIK Orion	(59)	Rena	11.08.2005
9.07		Inger Bækken Kulstad, Steinkjer FIK	(48)	Trondheim/Da	27.08.1994
9.05	(2)	Ann Kristin Granrud Straume, IL Yrjar	(55)	Askim	29.06.2002
9.04	(1)KS	Beate Solli Nilsen, Sømna IL	(68)	Vik i Helgeland	07.06.2014
9.03	(1)KS	Andrine Solli Oppegaard, Sømna IL	(70)	Vik i Helgeland	03.09.2015
9.03	(1)KS	Hilde Kaland Kongsrud, IL Fri	(73)	Ulvik	01.07.2018
9.02		Svanhild Temte, Solberg SK	(34)	Spikkestad	.1981
9.01	(1)	Kristine Rogstad, Ås IL	(69)	Heggedal/Ka	16.05.2016
(30)					
9.00	(2)KS	Gro Berger Lappegård, Oslo Politis IL	(69)	Oslo/Be	14.09.2016
8.99		Reidun Rushfeldt, Vadsø TF	(45)	Nesseby	13.07.1991
8.99	(1)	Ingeborg Marit Berg, Singsås IL	(58)	Støren	17.06.2003
8.98	(3)	Jeanette Svanberg Eliassen, Larvik T&IF	(68)	Odense, DEN	02.07.2016
8.96	(m)	Britt Eva Fauskanger Brurås, IL Norna-Salhus	(65)	Heggedal/Ka	28.08.2010
8.93		Britt Fredheim Øia Hantveit, IF Eiker-Kvik	(54)	Hokksund	16.09.1999
8.88	(1)	Johanne Venås, Frol IL	(30)	Ski	04.09.1977
8.84	(1)	Heidi Benserud, FIK BFG Fana	(58)	Fana	27.09.2006
8.83	(1)	Anita Bolstad Raa, Fana IL	(66)	Strandebarm	05.07.2014
8.73		Berit Røger, Holmen IF	(34)	Spikkestad	18.09.1982
(40)					
8.72		Elise Marie Wåle, Larvik FIK	(42)	Oslo/La	10.06.1989
8.72	(1)	Borghild Hjelmset, Sigdal FIK	(73)	Prestfoss	16.09.2018
8.71		Grethe Maren Myklestad, Sogndal IL	(42)		.1987
8.70	(4)	Bente Liland, FIK BFG Fana	(62)	Fana	03.09.2009
8.70	(1)KS	Kari Nordaas Kulkarni, Sandnes IL	(71)	Sandnes	07.08.2018
8.67	(2)KS	Annie Sandersen Skotaam, Urædd Friidrett	(62)	Porsgrunn/Kj	08.09.2011
8.64	(1)KS	Marianne Sandvik, Oslo Politis IL	(75)	Oslo/Be	30.08.2022
8.60	(1)	Eva Jung Kolstad, FIL AKS-77	(48)	Knarvik	07.09.1996
8.58		Gjertrud Sørnes, Odda IL	(36)	Odda	21.09.1981
8.58		Karin Megård, Veldre IL	(39)	Moelv	13.09.1986
(50)					

Norge / Norway: Alle tiders beste utendørs / All Time Best Outdoor

8.56		Unn Boldermo, Korgen IL	(49)	Mo i Rana	15.06.1998
8.52	(2)	Astrid Askvik, Ask IL	(38)	Ask	24.09.1983
8.51		Elisabeth Wormsen, SK Snøgg	(55)	Notodden	29.09.2001
8.49	(3)	Aase Myhrer, Strømmen IF	(28)	Sofiemyr	11.09.1976
8.49	(1)KS	Margit Katrine McAdam Strand, Bækkelaget SK	(78)	Oslo/Be	28.09.2023
8.47	(1)	Anne Grete Kristiansen, Oslo IL	(65)	Kristiansand	11.09.2010
8.46		Randi Før, Os IL	(48)	Åkrestrømmen	28.08.1993
8.45	(1)	Margrethe Heir, IF Torodd	(70)	Stjørdal	24.08.2018
8.42	(1)	Björg Dombestein Lofnes, Leirgulen IL	(47)	Bjørkelangen	08.08.1992
8.40	(1)KS	Christine Gulbrandsen, Kristiansands IF	(77)	Kristiansand/St	28.05.2022
		(60)			
8.39		Eva Lisa Jorde, Asker SK	(39)	Oslo/La	25.09.1984
8.36	(1)	Randi Holien Bartnes, Beitstad IL	(68)	Steinkjer	31.08.2016
8.36	(m)	Veronica Celin Juvik, FIL AKS-77	(74)	Knarvik	07.08.2021
8.35	(m)	Hilde Vehus, Lyngdal IL	(61)	Lyngdal	19.09.2009
8.31	(1)KS	Beathe Nordås, Romerike Friidrett	(68)	Lillestrøm	20.09.2014
8.30		Valdis Hallgrimsdottir, GTI	(62)	Sola	31.10.2007
8.29	(m)	Anne Merethe Moe Dahlen, Stovnerkameratene	(66)	Heggedal/Ka	05.07.2014
8.27	(1)	Gry Helen Olsen, Froland IL	(65)	Froland	16.08.2012
8.27	(1)	Anne Marie Gausel, Hinna IL	(79)	Sandnes	27.07.2025
8.26		Sonja Aaen, Sandnes IL, Finnmark	(32)	Kirkenes	10.08.1977
		(70)			
8.23	(5)	Live Båsen Eriksen, Modum FIK	(58)	Geithus	18.09.2003
8.22		Eva Nilsen, IL Fenring	(37)	Strusshamn	10.06.1982
8.19	(2)	Inger Nilsen, Sem IF	(44)	Bjørkelangen	08.08.1992
8.16		Ragnhild Sørum Hals, IL Tyrving	(34)	Spikkestad	10.08.1980
8.16	(1)	Brit Ingrid (Reigstad) Birketveit, IL Fri	(77)	Bergen/Sk	20.07.2024
8.15		Inger Austbø, Oslo IL	(47)	Oslo/Tr	12.08.1995
8.13	(1)KS	Pia Katarina Halvorsen, Oppegård IL	(74)	Ski	12.06.2019
8.10	(1)	Marta Rongved Dixon, Fana IL	(68)	Husnes	13.09.2015
8.09	(m)	Åse-Mona Vikten, Jælgervatnet IL	(65)	Sør-Lenangen	13.08.2011
8.08	(2)	Randi Rufsvoll, Mo IL	(36)	Brønnøysund	19.06.1982
		(80)			
8.07		Grete Aasprong Eckhoff, Kaupanger IL	(43)	Sogndal	20.07.1996
8.03	(1)	Siv Johanne Grønmo, Strindheim IL	(69)	Stjørdal	31.08.2017
8.01		Marit Kleppe, Breimsbygda IL	(42)	Byrkjelo	09.06.1990
8.00	(1)	Hild Formo, Grong IL	(52)	Steinkjer	03.07.1999
8.00	(1)	Ingunn Gatland Jacobsen, IL Fri	(67)	Bergen/Sk	28.08.2012
7.96	(2)	Gro Opsahl Nielsen, Ask IL	(43)	Byrkjelo	10.08.1991
7.94	(1)	Grete Bergland, Solberg Sk	(40)	Heggedal/Torpv. 34	03.09.1988
7.94		Inger Fjellestad Hjeltnes, Fjellhug/Vereide IL	(42)		08.08.1998
7.91	(m)	Berit Amundsen, Bardu IL	(74)	Sør-Lenangen	12.08.2023
7.89	(1)	Ruth Hanseid, Larvik FIK	(40)	Oslo/Bi	09.08.1986
		(90)			
7.89	(1)	Åshild Rygg Tonning, Stord IL	(77)	Leirvik	17.06.2024
7.88	(1)	Anne Marie Leidland, Egersunds IK	(63)	Egersund	16.08.2012
7.81	(1)	Irene Undeberget, Sortland FIK	(78)	Tromsø	14.09.2024
7.80		Signe Holten, Surnadal IL	(33)	Surnadal	10.10.1978
7.80		Ingrid Stensrud, Gjøvik FIK	(43)	Førde	28.08.1988
7.79		Aslaug Lorentzen, Mo IL	(37)	Mo i Rana	13.07.1983
7.79	(1)	Anne-Gunn Warhuus Eriksen, Fana IL	(68)	Bergen/Sk	10.06.2014
7.77		Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Vågsbygd	20.08.2003
7.74	(1)	Anne Grete Hafstad Thorsen, IL Fri	(50)	Bergen/Sk	30.07.1996
7.73	(2)KS	Bente Forberg, Romerike Friidrett	(67)	Lillestrøm	20.09.2014
		(100)			
7.70		Margunn Midthjell, Fjellhug/Vereide IL	(39)		.1986
7.70	(1)	Line Gjølseth, IL Sandvin	(65)	Sande	10.10.2010
7.68	(1)	Anne Jørpeland, IL Staal	(69)	Jørpeland	02.06.2018
7.67	(1)	Alida Margrethe Håland, Holt IF	(70)	Tvedestrand	29.08.2015
7.66	(1)	Anne Beate Langhelle, IL Fri	(64)	Indre Årna	04.07.2012
7.66	(2)KS	Nicole Bente Marie Minker, Ski IL	(69)	Nittedal	22.09.2018
7.65	(1)	Berit Sylstad, Nittedal IF	(66)	Nittedal	10.09.2011
7.61		Wenche Dørum, Royal SK	(54)	Ski	18.08.2003
7.61	(1)	Jane Henriksen Ellertsen, IL Fri	(59)	Bergen/Sk	05.06.2007
7.60	(1)	Anne Lise Fjogstad Willassen, Sandnes IL	(65)	Sandnes	27.09.2010
		(110)			
7.60	(3)KS	Cathrine Dammen, Romerike Friidrett	(66)	Lillestrøm	20.09.2014
7.59		Astrid Østrem, Stegaberget IL	(36)	Stegaberget	19.06.1983
7.58	(1)	Gunnheid Eidissen Berg, IL Pioner	(59)	Sør-Lenangen	14.08.2008
7.57		Marie Lovise W. Svevad, Elverum IL	(43)	Prestberget	27.08.1988
7.53	(3)	Solgun Ellingsen, Ask Friidrett	(60)	Ravnanger	25.06.2005
7.52	(6)	Björg Kristiansen, Lena IL	(31)	Kolbotn	11.09.1976
7.52	(5)KS	Siri Evensen, Sømna IL	(65)	Vik i Helgeland	24.09.2010
Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:					
7.66	(1)KS	Meike Hesselink, Nittedal IL (NED)	(77)	Nittedal	05.09.2022

Kule / Shot Put 4.0 kg kvinner 50-54 år / Women 50-54 years - 6.50

10.99	(1)	Inger Elisabeth Holter Holmgrunn, Oslo Politis IL	(49)	Rena	16.06.1999
10.41	(1)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Ballerup, DEN	10.05.2008
10.04	(3)KS	Mari Tuulikki Kjølberg, Romerike Friidrett	(72)	Rud	15.06.2024
9.29	(1)	May Britt Knygh Brekk, Sømna IL	(51)	Vik i Helgeland	27.06.2002
9.02	(1)	Helga Reigstad, Osterøy IL	(72)	Hatland	23.05.2022
9.00	(1)	Bodil Solli Thorkildsen, Sømna IL	(58)	Vik i Helgeland	30.09.2010
8.78	(3)KS	Gro Berger Lappegård, Oslo Politis IL	(69)	Sandefjord	13.06.2019
8.73		Signe (Borthen) Selvik, IL Tyrving	(20)	Sandvika	17.08.1970
8.67		Astrid Willersrud, Ullensaker/Kisa IL	(42)	Jessheim	20.08.1996
8.66	(2)KS	Margit Aaby Flatin, Sigdal FIK	(60)	Prestfoss	25.09.2011
		(10)			
8.65	(1)KS	Kristine Rogstad, Ås IL	(69)	Ås	03.06.2019
8.64	(1)KS	Janice Terjesen Flaathe, Lillesand IL	(59)	Kristiansand	30.06.2012
8.44	(13)45A	Jeanette Svanberg Eliassen, Larvik T&IF	(68)	Málaga, ESP	05.09.2018
8.29	(1)	Margot Haave, IL Tyrving	(53)	Nadderud	10.10.2004
8.29	(1)KS	Britt Eva Fauskanger Brurås, IL Norna-Salhus	(65)	Fana	10.05.2015
8.20	(2)	Astrid Askvik, Ask IL	(38)	Hatland	31.08.1990
7.90		Erna Jorunn Krogsti, Veldre IL	(50)	Moelv	07.09.2001
7.85	(3)KS	Nicole Bente Marie Minker, Ski IL	(69)	Asker	08.06.2019
7.80	(1)KS	Anne Berit Askeland Drønen, Austevoll IK	(68)	Storebø	05.05.2019
7.63	(1)	Margit Henriette Herje Bergrem, Klæbu IL	(60)	Vik i Helgeland	28.07.2011
		(20)			
7.55	(1)	Britt Fredheim Øia, IF Eiker-Kvikk	(54)	Hokksund	23.09.2004
7.38	(3)KS	Tina Susann Vold Hovde, Måndalen IL	(63)	Måndalen	14.09.2013
7.38	(1)KS	Berit Evensen-Amundsen, Bardu IL	(74)	Harstad	22.07.2024
7.36	(1)	Bodil Byhre (Hestmann), Bærum SK	(28)	Spikkestad	20.08.1978
7.32	(1)	Solveig Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(66)	Hosanger	15.06.2016
7.30		Tove Irene Hass Sund, Sømna IL	(50)	Vik i Helgeland	21.09.2000
7.28	(1)	Ragnhild Solli, Sømna IL	(59)	Vik i Helgeland	30.09.2010
7.17		Kristin Hunstad, Bodø FIK	(51)	Bodø	25.08.2001
7.11	(1)	Ingunn Gatland Jacobsen, IL Fri	(67)	Bergen/Sk	19.10.2019
7.09	(3)KS	Ragnhild Gulvik, Larvik T&IF	(63)	Larvik/Lo	09.09.2015
		(30)			
7.09	(1)KS	Lene Synnøve Halvorsen, FIL AKS-77	(74)	Bergen/Sk	09.09.2025
6.91	(1)	Anne Grete Hafstad Thorsen, IL Fri	(50)	Bergen/Sk	04.09.2001
6.79	(1)KS	Unni Larssen, IF Herkules	(60)	Skien	19.09.2011
6.68	(m)	Åse-Mona Vikten, Jælgervatnet IL	(65)	Sør-Lenangen	13.10.2018
6.66	(1)	Gunnheid Eidissen Berg, IL Pioner	(59)	Finnfjordbotn	21.09.2009
6.62	(3)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Ravnanger	27.09.1986

Kule / Shot Put 4.0 kg kvinner 55-59 år / Women 55-59 years - 6.00

9.50	(1)	Inger Elisabeth Holter Holmgrunn, Oslo Politis IL	(49)	Oslo/Bi	21.06.2006
8.61	(1)	Marte Valle Rafoss, Søgne IL	(47)	Søgne	04.09.2005
8.54	(1)	Bodil Solli Thorkildsen, Sømna IL	(58)	Vik i Helgeland	05.09.2013
8.19		Astrid Willersrud, Ullensaker/Kisa IL	(42)	Jessheim	24.08.1998
8.12	(1)KS	Margot Haave, IL Tyrving	(53)	Nadderud	01.06.2010
8.04	(2)KS	Live Båsen (Eriksen), Modum FIK	(58)	Drammen	20.09.2014
8.02	(1)	Margit Aaby Flatin, Sigdal FIK	(60)	Prestfoss	25.09.2016
7.84	(4)	Astrid Askvik, Ask IL	(38)	Haukås	13.07.1994
7.64	(5)KS	Janice Terjesen Flaathe, GTI	(59)	Sandnes	10.06.2017
7.49	(5)KS	Nicole Bente Marie Minker, IL Tyrving	(69)	Rud	15.06.2024
		(10)			
6.65		Unni Synnøve Tanberg, Sømna IL	(47)	Vik i Helgeland	21.08.2003
6.58		Jorunn Graff Oddny Bjørnensen, Nordre Trysil IL	(46)	Jordet	22.08.2002
6.55	(1)KS	Britt Eva Fauskanger Brurås, IL Fri	(65)	Knarvik	26.05.2024
6.54	(1)KS	Doris Norbye, IL Nordlys	(53)	Skellefteå, SWE	13.08.2011
6.24	(1)	Oddbjørg Thorsen, Inderøy IL	(52)	Inderøy	11.09.2010
6.13	(2)	Kristin Hunstad, Bodø FIK	(51)	Åmnes	24.05.2008
6.05	(1)	Gerd Inger Pedersen, IL Fenring	(36)	Ravnanger	07.06.1993
6.05	(1)	Unni Johansen, Porsanger IL	(51)	Lakselv	19.09.2007

Kule / Shot Put 4.0 kg kvinner 60-64 år / Women 60-64 years - 5.20

8.38	(1)	Grete Bjørdalsbakke (Mo), Ørsta IL	(60)	Ørsta	05.09.2024
8.07	(5)KS	Inger Elisabeth Holter Holmgrunn, Oslo Politis IL	(49)	Fana	03.09.2009
8.04	(1)	Janice Terjesen Flaathe, GTI	(59)	Arendal	19.05.2022
6.96	(2)KS	Kristin Hunstad, Bodø FIK	(51)	Åmnes	21.05.2011
6.80	(1)	Tove Irene Hass Sund, Sømna IL	(50)	Vik i Helgeland	26.09.2013
6.67	(1)KS	Britt Eva Fauskanger Brurås, IL Fri	(65)	Bergen/Sk	09.06.2025
6.24	(m)	Sofie A. Jakobsen, Oslo IL	(43)	Oslo/So	04.10.2003
5.75	(1)	Unni Synnøve Tanberg, Sømna IL	(47)	Vik i Helgeland	26.07.2007
5.70	(1)	Kristin Hunstad, Bodø FIK	(51)	Åmnes	18.05.2013
5.54	(m)	Edith Aasenhuus, Oslo IL	(44)	Oslo/Bi	30.09.2006
		(10)			
5.52	(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Hosanger	03.06.1998
5.51	(1)	Unni Johansen, Porsanger IL	(51)	Lakselv	07.09.2011

Kule / Shot Put 4.0 kg kvinner 65-69 år / Women 65-69 years - 4.50

8.13	(1)KS	Inger Marie Vingdal, Øystre Slidre IL	(55)	Moss	09.10.2024
7.51	(1)KS	Grete Bjørdalsbakke (Mo), Ørsta IL	(60)	Ørsta	30.08.2025
6.58	(2)KS	Janice Terjesen Flaathe, GTI	(59)	Søgne	01.10.2024
6.00	(m)	Sofie A. Jakobsen, Oslo IL	(43)	Oslo/Bi	27.09.2008
5.95		Sonja Magnhild Nyby, Porsanger IL	(40)	Lakselv	30.08.2006
5.94	(m)	Edith Aasenhuus, Oslo IL	(44)	Oslo/Bi	26.09.2009
5.67	(1)KS	Kristin Hunstad, Bodø FIK	(51)	Åmnes	04.06.2016
5.03	(2)KS	Solveig Nedregård, Spjelkavik og Omegn FIK	(47)	Ålesund	15.09.2014

Kule / Shot Put 4.0 kg kvinner 70-74 år / Women 70-74 years

5.40	(m)	Bodil Hestmann, Oslo IL	(28)	Oslo/So	05.10.2002
------	-----	-------------------------	------	---------	------------

Kule / Shot Put 4.0 kg kvinner 75-79 år / Women 75-79 years

5.33	(m)	Bodil Hestmann, Oslo IL	(28)	Oslo/So	04.10.2003
------	-----	-------------------------	------	---------	------------

Kule / Shot Put 4.0 kg kvinner 80-84 år / Women 80-84 years

4.35	(m)	Bodil Hestmann, Oslo IL	(28)	Oslo/Bi	26.09.2009
------	-----	-------------------------	------	---------	------------

Kule / Shot Put 3.0 kg kvinner 50-54 år / Women 50-54 years - 7.50

12.17	(m)	Mari Tuulikki Kjølberg, Romerike Friidrett	(72)	Funchal, POR	16.10.2025
11.89	(1)	Katarina Sederholm Hoff, Stjørdal FIK	(68)	Stjørdal	24.08.2018
11.77	(1)	Inger Elisabeth Holter Holm grunn, Oslo Politis IL	(49)	Odense, DEN	05.09.1999
11.77	(1)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Hillerød, DEN	20.05.2008
11.09	(1)	Helga Reigstad, Osterøy IL	(72)	Hatland	23.05.2022
11.01	(1)	Maria Birgitte Nerdrum, IF Torodd	(66)	Geithus	21.06.2019
10.79	(2)	Grete Rivenes, Gjøvik FIK	(48)	Steinkjer	03.07.1999
10.73	(m)	Anneli Salte Henriksen, Gjesdal IL	(66)	Odense, DEN	03.07.2016
10.65	(1)	Grethe Bolstad, Bolstadøyri TL	(35)	Mo i Rana	20.07.1985
10.47	(1)	Astrid Willersrud, Ullensaker/Kisa IL	(42)	Bjørkelangen	08.08.1992
(10)					
10.40	(1)	Marianne Engebø, Førde IL	(70)	Førde	25.06.2021
10.18	(m)	Charlotte Winsnes, Sjetne IL	(60)	Trondheim/St	10.09.2011
10.16		Unn Boldermo, Korgen IL	(49)	Mo i Rana	15.06.1999
10.15	(1)	Merete Moen, IL Jotun	(70)	Øvre Årdal	26.08.2020
10.14	(1)	Anne Marie Skjellaug, Gjøvik FIK	(56)	Geithus	01.07.2006
10.10	(1)	Jeanette Svanberg Eliassen, Larvik T&IF	(68)	Sandefjord	10.05.2019
10.08	(1)	Svanhild Temte, Solberg SK	(34)	Oslo/Bi	09.08.1986
10.06	(m)	Janice Terjesen Flaathe, Lillesand IL	(59)	Moss	30.06.2013
9.88	(1)	Anita Bolstad Raa, Fana IL	(66)	Knarvik	23.06.2017
9.87	(1)	Kristine Rogstad, Ås IL	(69)	Heggedal/Ka	25.07.2019
(20)					
9.83	(1)	Inger Nilsen, Sem IF	(44)	Bismo	12.08.1995
9.81	(1)	Astrid Askvik, Ask IL	(38)	Kristiansand	11.08.1990
9.80	(2)	Gro Berger Lappegård, Oslo Politis IL	(69)	Geithus	21.06.2019
9.79	(m)	Elise Marie Wåle, Larvik FIK	(42)	Malmö, SWE	20.07.1996
9.78	(2)	Inger Bækken Kulstad, Steinkjer FIK	(48)	Ravnanger	01.07.2000
9.76	(2)	Claire Phythian, Ullensaker/Kisa IL	(73)	Oslo/St	19.08.2025
9.75	(1)	Britt Eva Fauskanger Brurås, IL Norna-Salhus	(65)	Husnes	13.09.2015
9.73	(3)	Inger Ramberg Røthe, Sparbu IL	(49)	Ravnanger	01.07.2000
9.69		Kirsten Løes Narum, Oslo IL	(38)	Oslo/So	26.09.1984
9.67	(1)	Else Marie Mathisen, IL Flint	(44)	Tønsberg	10.08.1996
(30)					
9.60	(1)	Live Båsen (Eriksen), Modum FIK	(58)	Geithus	22.09.2010
9.52	(1)	Margot Haave, IL Tyrving	(53)	Askim	25.09.2004
9.52	(1)	Else Marie Laksnes, Spillum IL	(53)	Jøa	16.06.2007
9.48	(1)	Eva Jung Kolstad, FIL AKS-77	(48)	Knarvik	14.06.1998
9.42	(1)	Mariann Sandsund, Steinkjer FIK	(64)	Ravnanger	21.06.2014
9.32	(2)	Berit Røger, Holmen IF	(34)	Fana	29.07.1984
9.26	(1/2)	Björg Dombestein Lofnes, Leirgulen IL	(47)	Florø	29.06.1997
9.24	(3)	Randi Før, Os IL	(48)	Oslo/St	08.08.1998
9.18	(1)	Grethe Maren Myklestad, Sogndal IL	(42)	Knarvik	07.09.1996
9.13	(m)	Ragnhild Gulvik, Larvik T&IF	(63)	Larvik/Lo	18.08.2017
(40)					
9.12	(1)	Nicole Bente Marie Minker, Ski IL	(69)	Ski	15.05.2019
9.09	(1)	Britt Fredheim Øia, IF Eiker-Kvikk	(54)	Drammen	28.08.2004
9.08	(2)	Lena Klasson Heggebø, IL Tyrving	(65)	Geithus	13.08.2016
9.08	(1)	Berit Evensen-Amundsen, Bardu IL	(74)	Narvik	15.06.2025
9.03	(1)	Gro Døhl, GTI	(61)	Stavanger/St	05.05.2015
8.97	(1)	Heidi Benserud, FIK BFG Fana	(58)	Fana	08.10.2008
8.91	(m)	Lene Synnøve Halvorsen, FIL AKS-77	(74)	Knarvik	24.08.2025
8.90	(m)	Kari Nordaas Kulkarni, Sandnes IL	(71)	Hamar	21.08.2021
8.87	(m)	Siv Johanne Grønmo, Lånke IL	(69)	Stjørdal	07.06.2022
8.84	(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Vågsbygd	08.06.2008
(50)					

8.82	(3)	Ruth Himberg, Sem IF	(40)	Bjørkelangen	08.08.1992
8.79	(2)	Maya Pedersen, Moelven IL	(72)	Tromsø	19.08.2022
8.72	(1)	Gunn Haugen Mathisen, Sømna IL	(43)	Overhalla	07.08.1993
8.71	(2)	Aud Sæten, Gloppen FIL	(40)	Byrkjelo	10.08.1991
8.69	(1)	Inger Austbø, Oslo IL	(47)	Heggedal/Torpv. 34	29.08.1998
8.64		Ragnhild Skei Andersen, Moss IL	(44)		.1998
8.61	(1)	Trude Greibrokk Dolve, IL Fri	(62)	Bergen/Sk	26.08.2014
8.56	(1)	Ester Frøyen, Florø T&IF	(59)	Florø	04.08.2010
8.53	(m)	Ingunn Gatland Jacobsen, IL Fri	(67)	Bergen/Sk	27.05.2017
8.50	(1)	Unni Sæther, IL Tyrving	(32)	Lillehammer	20.08.1983
		(60)			
8.48	(1)	Randi Nymoen(-Jahren), IK Tjalve	(68)	Heggedal/Ka	21.10.2018
8.47	(1)	Helen K. Røstad-Tollefsen, IL Tyrving	(64)	Ski	10.06.2015
8.47	(3)	Anne Merethe Moe Dahlen, Stovnerkameratene	(66)	Geithus	13.08.2016
8.42	(1)	Randi Nesheim Dyrli, Os TF	(66)	Knarvik	15.04.2023
8.38	(4)	Bodil Byhre (Hestmann), Fossum IF	(28)	Viareggio, ITA	10.09.1978
8.36	(1)	Marit Huflåtten, IL Flint	(53)	Tønsberg	01.06.2005
8.33		Synnøve Helstad, Veldre IL	(50)	Rena	05.08.2000
8.27	(3)	Hilde Nystad, Bodø FIK	(63)	Finnfjordbotn	27.06.2015
8.26		Randi T. Rufsvoll, Mo IL	(35)	Mo i Rana	14.09.1988
8.21	(m)	Gerd Mjelde, Bærum SK	(33)	Roma, ITA	22.06.1985
		(70)			
8.21	(m)	Åse-Mona Vikten, Jælgervatnet IL	(65)	Sør-Lenangen	03.09.2016
8.18	(m)	Björg (Hillersøy) Reknes, Florø T&IF	(52)	Tønsberg	03.08.2002
8.18	(2)	Marta Rongved Dixon, Fana IL	(68)	Strandebarm	16.06.2018
8.16	(2)	Maylem Lauvstad, IL Tyrving	(73)	Lillestrøm	25.05.2024
8.13	(5)	Anne Grete Kristiansen, Heggedal FIK	(65)	Heggedal/Ka	21.06.2019
8.09		Anna Krukhaug, Gjøvik FIK	(34)	Raufoss	26.09.1984
8.06	(1)	Anne Grete Hafstad Thorsen, IL Fri	(50)	Bergen/Sk	20.08.2001
8.05	(4)	Ester Risa Rosland, Orre IL	(48)	Oslo/St	08.08.1998
8.04	(1)	Marit Huflåtten, IL Flint	(53)	Tønsberg	21.08.2003
8.04		Wenche Dørum, Royal SK	(54)	Oslo/Tr	28.09.2005
		(80)			
8.00	(m)	Toril Lauritsen Nyborg, Steinkjer FIK	(67)	Geithus	26.05.2018
7.98		Ingunn Rongved, Osterøy IL	(32)		.1986
7.97	(m)	Imke Jurgens, Seljord IL	(73)	Björlanda, SWE	17.08.2024
7.96	(5)	Marie Lovise W. Svevad, Veldre IL	(43)	Tønsberg	10.08.1996
7.96	(m)	Kate Moane Alnes, Stovnerkameratene	(61)	Nittedal	30.08.2014
7.91	(1)	Alfhild Hotvedt Aarvold, IF Tønsberg-Kameratene	(30)	Larvik/Lo	09.08.1981
7.85	(2)	Lisbeth Raa Ellingsen, Fana IL	(62)	Strandebarm	18.06.2016
7.84		Gerd Bø, Vestre Slidre IL	(35)	Roa	17.09.1989
7.81		Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Hatland	15.08.1985
7.81		Aslaug Lorentzen, Mo IL	(37)	Mo i Rana	26.09.1989
		(90)			
7.77	(3)	Inger-Lise Sundheim, Ullensaker/Kisa IL	(55)	Trondheim/St	26.08.2006
7.76	(3)	Gro Opsahl Nielsen, Ask IL	(43)	Fana	18.08.1993
7.73	(1)	Margot Lønøy, IL Fenring	(45)	Knarvik	16.06.1996
7.61	(1)	Guri Leikvold Tronstad, Lånke IL	(70)	Stjørdal	17.10.2021
7.59	(1)	Ellinor Bentzen Fossetøl, IK Grane	(61)	Froland	15.08.2013
7.51	(1)	Liv Marie Stenvold, Mjøsdalen IL	(53)	Hosanger	26.05.2004

Kule / Shot Put 3.0 kg kvinner 55-59 år / Women 55-59 years - 7.00

10.92	(1)	Inger Elisabeth Holter Holmgrunn, Oslo Politis IL	(49)	Geithus	01.07.2006
10.06	(m)	Grethe Bolstad, Bolstadøyri TL	(35)	Lund, SWE	28.07.1990
10.01	(8)	Nicole Bente Marie Minker, IL Tyrving	(69)	Ribeira Brava, POR	12.10.2025
9.94	(4)	Grete Rivenes, Gjøvik FIK	(48)	Carolina, PUR	04.07.2003
9.93	(1)	Siv Johanne Grønmo, Lånke IL	(69)	Stjørdal	21.06.2024
9.91	(1)	Maria Birgitte Nerdrum, IL Tyrving	(66)	Rud	05.05.2024
9.87	(1)	Svanhild Temte, Solberg SK	(34)	Larvik/Lo	02.07.1989
9.70	(4)	Astrid Willersrud, Ullensaker/Kisa IL	(42)	Lillehammer	17.08.1997
9.68	(1)	Janice Terjesen Flaathe, GTI	(59)	Vågsbygd	15.06.2014
9.58	(1)	Ester Nes Ramstad, Modum FIK	(66)	Geithus	23.06.2023
		(10)			
9.52	(1)	Live Båsen (Eriksen), Modum FIK	(58)	Byrkjelo	10.08.2013
9.33	(1)	Margot Haave, IL Tyrving	(53)	Ski	03.06.2009
9.21	(3)	Marte Rafoss, Søgne IL	(47)	Kristiansand	26.06.2004
9.19	(4)	Inger Ramberg Røthe, Sparbu IL	(49)	Kristiansand	26.06.2004
9.02	(1)	Kirsten Løes Narum, Oslo IL	(38)	Heggedal/Torpv. 34	04.09.1993
8.96	(1)	Anne Marie Skjellaug, Gjøvik FIK	(56)	Drammen	10.09.2011
8.94	(m)	Inger Nilsen, Sem IF	(44)	Tolvsrød	10.08.2001
8.91	(1)	Astrid Askvik, Ask IL	(38)	Ravnanger	29.06.1994
8.91	(1)	Grethe Maren Myklestad, Sogndal IL	(42)	Knarvik	29.08.1998
8.86	(5)	Elise Marie Wåle, Larvik T&IF	(42)	Lillehammer	17.08.1997
		(20)			

8.79	(1)	Heidi Barth (Andersen), Larvik T&IF	(61)	Lyngdal	27.06.2020
8.79	(2)	Kristine Rogstad, As IL	(69)	Stjørdal	21.06.2024
8.78	(m)	Inger Austbø, Kongsberg IF	(47)	Potsdam, GER	22.08.2002
8.77	(3)	Inger Bækken Kulstad, Steinkjer FIK	(48)	Geithus	01.07.2006
8.59	(1)	Jeanette Svanberg Eliassen, Larvik T&IF	(68)	Sandefjord	10.05.2024
8.57	(m)	Ragnhild Gulvik, Larvik T&IF	(63)	Sandefjord	30.08.2018
8.52	(1)	Jorun Nygaard, Hadeland FIK	(29)	Trondheim/Le	30.07.1988
8.50		Astrid Førde, Gloppen FIL	(33)	Hornindal	23.06.1991
8.46		Gerd Mjelde, Bærum SK	(33)	Kongsvinger	18.06.1988
8.46		Gerd Bøe, Vestre Slidre IL	(35)	Rogne	05.09.1992
		(30)			
8.43	(1)	Gerd Norli, Veldre Friidrett	(54)	Florø	14.08.2010
8.38	(1)	Bodil Byhre (Hestmann), Fossum IF	(28)	Ålesund	08.08.1987
8.37	(1)	Marianne Johansen Myrbraaten, Ski IL	(68)	Ski	30.09.2023
8.35	(2)	Rigmor Jønnum Grimnes, Kongsberg IF	(55)	Florø	14.08.2010
8.34	(m)	Anne Merethe Moe Dahlen, Stovnerkameratene	(66)	Tønsberg	25.09.2021
8.21		Kirsten Hveem, IL i BUL	(25)	Honolulu	31.12.1980
8.12		Ragnhild Skei Andersen, Moss IL	(44)	Gjøvik	19.06.1999
7.97	(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Vågsbygd	16.06.2013
7.94	(m)	Marit Hufliätten, IL Flint	(53)	Tønsberg	26.04.2008
7.92	(6)	Randi Før, Os IL	(48)	Kristiansand	26.06.2004
		(40)			
7.89		Unni Sæther, Fossum IF	(32)	Sandvika	20.06.1987
7.85	(1)	Marie Lovise W. Svevad, Veldre IL	(43)	Steinkjer	03.07.1999
7.82	(1)	Britt Eva Fauskanger Brurås, IL Fri	(65)	Bergen/Sk	29.07.2023
7.77	(1)	Ingunn Rongved, Osterøy IL	(32)	Hatland	13.08.1987
7.77	(3)	Britt Fredheim Øia, IF Eiker-Kvikk	(54)	Drammen	10.09.2011
7.72		Åse Nyland, Gjøvik FIK	(33)	Lunner	16.09.1989
7.71	(1)	May Britt Knygh Brekk, Sømna IL	(51)	Vik i Helgeland	30.09.2010
7.69	(1)	Synnøve Helstad, Veldre Friidrett	(50)	Moelv	16.09.2005
7.64	(3)	Kate Moane Alnes, GTI	(61)	Geithus	21.06.2019
7.62	(1)	Anne Grete Hafstad Thorsen, IL Fri	(50)	Bergen/Sk	14.08.2007
		(50)			
7.61	(1)	Inger-Lise Sundheim, Ullensaker/Kisa IL	(55)	Oslo/Bi	01.09.2012
7.57	(m)	Anne Grete Kristiansen, Heggedal FIK	(65)	Oslo/St	08.09.2020
7.50	(m)	Åse-Mona Vikten, Jælgervatnet IL	(65)	Sør-Lenangen	19.09.2020
7.49	(2)	Trina Veseth, Arna T&IL	(32)	Haukås	01.09.1991
7.46	(1)	Åse Svinsholt, Tønsberg FIK	(56)	Tønsberg	23.05.2015
7.45		Kjellaug Gliren, Tjølling IF	(26)	Tjølling	30.08.1984
7.43		Ruth Himberg, Sem IF	(40)		.1998
7.40	(3)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Kristiansand	11.08.1990
7.38		Aslaug Lorentzen, Rana FIK	(37)	Mo i Rana	15.09.1993
7.37	(1)	Randi Loftås, Osterøy IL	(27)	Valestrandsfossen	23.09.1983
		(60)			
7.35		Mali Gederås, Skjelstadmark IL	(25)	Stjørdal	03.08.1983
7.35	(m)	Ester Risa Rosland, Orre IL	(48)	Lyngdal	24.09.2005
7.30	(3)	Tove Helen Lian, Rana FIK	(35)	Overhalla	07.08.1993
7.25	(m)	Gro Døhl, GTI	(61)	Ålgård	11.06.2016
7.25	(3)	Siv Hanna Joramo, Fagernes IL	(66)	Geithus	23.06.2023
7.20	(1)	Siri Eide Stora, Målselv IL	(68)	Tromsø	16.09.2023
7.15		Oddbjørg Haakensveen, Veldre IL	(45)	Rena	05.08.2000
7.14	(2)	Helene Johansen, Bjugn IL	(26)	Lillehammer	21.08.1983
7.11	(1)	Ingunn Gatland Jacobsen, IL Fri	(67)	Hatland	20.06.2022
7.04	(m)	Edith Aasenhuus, Oslo IL	(44)	Oslo/So	10.05.2003
		(70)			
7.03	(3)	Åse Holt, Høybråten & Stovner IL	(32)	Ålesund	08.08.1987

Kule / Shot Put 3.0 kg kvinner 60-64 år / Women 60-64 years - 6.20

11.85	(1)	Aslaug Snøås, IL ROS	(65)	Kristiansand	27.06.2025
9.93	(1)	Grete Bjørdalsbakke (Mo), Ørsta IL	(60)	Ørsta	05.09.2024
9.85	(1)	Inger Elisabeth Holter Holmgrunn, Oslo Politis IL	(49)	Ski	03.06.2009
9.48	(1)	Janice Terjesen Flaathe, GTI	(59)	Kristiansand/St	22.07.2021
9.31	(1)	Grete Rivenes, Gjøvik FIK	(48)	Florø	14.08.2010
9.18	(m)	Astrid Willersrud, Ullensaker/Kisa IL	(42)	Heggedal/Gj	31.08.2002
8.99	(m)	Live Båsen (Eriksen), Modum FIK	(58)	Borås, SWE	08.07.2018
8.92	(1)	Tone Næss, Modum FIK	(56)	Geithus	13.08.2016
8.77	(1)	Heidi Barth (Andersen), Larvik T&IF	(61)	Sandefjord	02.07.2021
8.66	(1)	Jorun Nygaard, Oslo IL	(29)	Larvik/Lo	02.07.1989

(10)

8.61	(1)	Bodil (Byhre) Hestmann, Oslo IL	(28)	Trondheim/Le	30.07.1988
8.61	(m)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Heggedal/Gj	31.08.2002
8.52	(2)	Charlotte Winsnes, Sjetne IL	(60)	Stjørdal	21.06.2024
8.46	(1)	Astrid Førde, Gloppen FIL	(33)	Knarvik	07.09.1996
8.39	(m)	Inger Nilsen, Sem IF	(44)	Tønsberg	17.08.2004
8.32	(1)	Elise Marie Wåle, Larvik T&IF	(42)	Askim	29.06.2002
8.28	(1)	Björg (Hillersøy) Reknes, Florø T&IF	(52)	Byrkjelo	10.08.2013
8.22	(2)	Margot Haave, IL Tyrving	(53)	Geithus	13.08.2016
8.18	(1)	Inger Austbø, Kongsberg IF	(47)	Ravnanger	16.06.2007
8.17	(m)	Gerd Mjelde, Bærum SK	(33)	Athen, GRE	04.06.1994
(20)					
8.09	(1)	Astrid Askvik, Ask Friidrett	(38)	Knarvik	30.09.2001
8.03		Gerd Bøe, Vestre Slidre IL	(35)	Fagernes	16.06.1995
7.96	(1)	Anne Grete Hafstad Thorsen, IL Fri	(50)	Fana	24.07.2012
7.90	(1)	Britt Eva Fauskanger Brurås, IL Fri	(65)	Knarvik	20.09.2025
7.82	(m)	Kirsten Hveem, IL i BUL	(25)	Melbourne, AUS	04.12.1987
7.82	(1)	May Britt Knygh Brekk, Sømna IL	(51)	Vik i Helgeland	16.06.2011
7.81	(6)	Kirsten Kvammen, Tvedestrand T&IF	(37)	Lillehammer	17.08.1997
7.72	(2)	Marie Lovise W. Svevad, Veldre Friidrett	(43)	Geithus	01.07.2006
7.68	(2)	Unni Sæther, Oslo IL	(32)	Overhalla	07.08.1993
7.67	(1)	Ingunn Rongved, Osterøy IL	(32)	Knarvik	16.08.1995
(30)					
7.67	(1)	Grethe Bolstad, Mjøsdalen IL	(35)	Steinkjer	03.07.1999
7.66	(2)	Ragnhild Gulvik, Larvik T&IF	(63)	Sandefjord	10.05.2024
7.62	(m)	Kate Moane Alnes, GTI	(61)	Oslo/St	31.08.2021
7.60	(1)	Oddbjørg Haakensveen, Veldre Friidrett	(45)	Romedal	31.05.2008
7.57	(1)	Marit Hufli, Sandefjord T&IF	(53)	Larvik/Lo	08.07.2015
7.56		Ruth Irene Himberg, Sem IF	(40)	Tønsberg	06.10.2001
7.51	(3)	Ann Sissel Vehus, Verdal FIK	(64)	Stjørdal	21.06.2024
7.30		Tove Helen Lian, Rana FIK	(35)	Mo i Rana	22.08.1995
7.29	(2)	Marianne Landaas, Tvedestrand T&IF	(57)	Tvedestrand	05.09.2020
7.14	(2)	Sofie A. Jakobsen, Oslo IL	(43)	Ravnanger	25.06.2005
(40)					
7.08	(1)	Edith Aasenhuus, Oslo IL	(44)	Ski	11.06.2007
7.07	(1)	Ester Risa Rosland, Orre IL	(48)	Stavanger/St	27.06.2012
7.05	(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Knarvik	29.08.1998
7.03		Gerd Thorsen, Oslo IL	(34)	Oslo/So	14.09.1997
6.92	(1)	Arna Bergsmyr, Byåsen IL	(43)	Trondheim/Da	30.08.2003
6.84	(1)	Greta Synnøve Skjevik, Frosta IL	(48)	Stjørdal	22.09.2012
6.80	(1)	Randi Loftås, Osterøy IL	(27)	Hatland	18.08.1988
6.75		Kirsten Stølan, Rana FIK	(31)	Mo i Rana	28.09.1995
6.72	(1)	Brit Gran, Heggedal Veteran FIK	(36)	Heggedal/Torpv. 34	19.08.2000
6.55		Sigrun Hortman, Rana FIK	(38)	Mo i Rana	25.08.1998
(50)					
6.55	(1)	Anne Grete Kristiansen, IL Tyrving	(65)	Rud	05.04.2025
6.49		Randi Dahl, IL Flint	(36)	Sem	04.09.1996
6.48		Laila Kristoffersen, Vestre Spone IF	(22)	Vestre Spone	17.08.1983
6.47	(1)	Solveig Nedregård, Spjelkavik og Omegn FIK	(47)	Ålesund	11.10.2009
6.42		Olga Thorseth, Mo IL	(23)	Mo	05.09.1984
6.36		Kari Ro, Rana FIK	(30)	Mo i Rana	29.08.1990
6.35	(1)	Gunnheid Eidissen Berg, IL Pioner	(59)	Finnfjordbotn	27.06.2022
6.33		Elsa Erlandsen, Rana FIK	(29)	Mo i Rana	29.08.1990
6.27	(1)	Ragnhild Solli, Sømna IL	(59)	Vik i Helgeland	23.07.2020
6.25		Aud Rønning, Rana FIK	(30)	Mo i Rana	16.09.1992
(60)					

Kule / Shot Put 3.0 kg kvinner 65-69 år / Women 65-69 years - 5.50

10.17	(1)	Grete Bjørdalsbakke (Mo), Ørsta IL	(60)	Hareid	24.05.2025
9.32	(m)	Grete Rivenes, Gjøvik FIK	(48)	Sandefjord	30.08.2013
9.21	(m)	Inger Marie Vingdal, Øystre Slidre IL	(55)	Tønsberg	29.04.2023
8.61		Astrid Førde, Gloppen FIL	(33)	Hyen	19.07.1998
8.53	(1)	Live Båsen (Eriksen), Modum FIK	(58)	Geithus	21.08.2023
8.33	(2)	Janice Terjesen Flaathe, GTI	(59)	Kristiansand	27.06.2025
8.20	(1)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Florø	13.06.2007
7.91	(m)	Bodil (Byhre) Hestmann, Oslo IL	(28)	Miyazaki, JPN	16.10.1993
7.86	(1)	Astrid Askvik, Ask Friidrett	(38)	Ravnanger	27.08.2003
7.84	(2)	Ruth Bakke Haug, IL Fri	(47)	Byrkjelo	10.08.2013
(10)					

7.72	(1)	Greta Synnøve Skjevik, Frosta IL	(48)	Stjørdal	21.09.2013
7.65	(1)	Gerd Mjelde, Bærum SK	(33)	Heggedal/Torpv. 34	28.08.1999
7.44	(2)	Erna Lillebakk Arnesen, Heimdal IF	(35)	Bismo	04.08.2001
7.35	(1)	Ella Johanne Eek, Sparbu IL	(34)	Askim	29.06.2002
7.27	(m)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Knarvik	07.08.2021
7.25	(1)	Ingunn Rongved, Osterøy IL	(32)	Hatland	26.06.1997
7.24	(1)	Inger-Lise Sundheim, Ullensaker/Kisa IL	(55)	Fet	30.05.2023
7.22	(1)	Marit Hufvått, Tønsberg FIK	(53)	Sandefjord	13.05.2022
7.16		Reidun Nordvik, Sparbu IL	(28)	Stjørdal	14.06.1997
7.12	(3)	Anne Marie Skjellaug, Gjøvik FIK (20)	(56)	Geithus	23.06.2023
7.07	(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Knarvik	11.06.2000
7.00	(2)	Marie Lovise W. Svevad, Veldre Friidrett	(43)	Florø	14.08.2010
6.96	(2)	Gerd Bøe, Vestre Slidre IL	(35)	Ravnanger	01.07.2000
6.96	(m)	Inger Austbø, Kongsberg IF	(47)	Tønsberg	28.04.2012
6.95	(1)	Björg (Hillersøy) Reknes, Florø T&IF	(52)	Byrkjelo	19.08.2017
6.85	(m)	Ester Risa Rosland, Orre IL	(48)	Lyngdal	07.09.2013
6.82		Kirsten Stølan, Rana FIK	(31)	Mo i Rana	10.06.1997
6.77		Tove Helen Lian, Rana FIK	(35)	Mo i Rana	12.09.2000
6.77	(m)	Edith Aasenhuus, Oslo IL	(44)	Oslo/Bi	26.09.2009
6.75	(1)	Brit Gran, Heggedal FIK (30)	(36)	Heggedal/Torpv. 34	13.08.2005
6.73	(1)	Oddbjørg Haakensveen, Veldre Friidrett	(45)	Brumunddal	15.09.2011
6.71	(2)	Sofie A. Jakobsen, Oslo IL	(43)	Moss	22.08.2009
6.64	(2)	Eva Jung Kolstad, FIL AKS-77	(48)	Knarvik	23.06.2017
6.59	(m)	Unni Sæther, Oslo IL	(32)	Heggedal	30.08.1997
6.57	(1)	Elise Marie Wåle, Larvik T&IF	(42)	Larvik/Lo	03.09.2008
6.30	(1)	Anne Marie Sandø, Hannevikas IL	(43)	Vågsbygd	15.08.2012
6.21	(4)	Solveig Nedregård, Spjelkavik og Omegn FIK	(47)	Byrkjelo	10.08.2013
6.18		Åse Nyland, Gjøvik FIK	(33)	Oslo/So	13.06.1998
6.18	(4)	Gerd Thorsen, Oslo IL	(34)	Askim	29.06.2002
6.17	(m)	Eldbjørg Sanden Søvik, IL Fri (40)	(56)	Knarvik	08.08.2021
6.16		Astrid Luneng, Rana FIK	(33)	Mo i Rana	26.05.1998
6.12	(1)	Tove Irene Hass Sund, Sømna IL	(50)	Vik i Helgeland	21.09.2017
6.09		Elsa Erlandsen, Rana FIK	(29)	Mo i Rana	25.08.1998
6.08	(m)	Eva Carlsen, Ready	(40)	Sandefjord	14.06.2008
6.07	(2)	Gerd Inger Berntsen, IL Fenring	(36)	Ravnanger	25.08.2004
6.00	(1)	Anne-Berit Skoghus, Ski IL	(44)	Ski	12.08.2009
5.97		Asbjørg Tronsmo, IL Nybrott	(19)	Stjørdal	12.09.1987
5.96	(1)	Unni Synnøve Tanberg, Sømna IL	(47)	Vik i Helgeland	26.09.2013
5.95	(1)	Randi Loftås, Osterøy IL	(27)	Valestrandsfossen	08.09.1995
5.86	(2)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL (50)	(42)	Bergen/Sk	01.07.2008
5.72		Ella Svarholt, Rana FIK	(31)	Mo i Rana	15.06.1999
5.63		Aud Rønning, Rana FIK	(30)	Mo i Rana	22.08.1995

Kule / Shot Put 3.0 kg kvinner 70-74 år / Women 70-74 years - 4.80

9.21	(1)	Inger Marie Vingdal, Øystre Slidre IL	(55)	Fagernes	07.06.2025
8.84	(3)	Grete Rivenes, Tønsberg FIK	(48)	Torremolinos, ESP	05.09.2018
7.84	(2)	Emma Stuberg Grønmo, Stjørdal FIK	(44)	Stjørdal	24.08.2018
7.37	(1)	Else Johanne Godøy, Ålesund FIK	(32)	Stjørdal	02.08.2003
7.28	(m)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Moss	30.06.2013
7.22	(2)	Anne Grete Taugbøl, Bækkelaget SK	(53)	Kristiansand	27.06.2025
7.17	(1)	Gunn Haugen Mathisen, Sømna IL	(43)	Vik i Helgeland	05.09.2013
7.03	(1)	Margot Haave, IL Tyrving	(53)	Rud	15.09.2025
6.92	(m)	Marit Hufvått, Tønsberg FIK	(53)	Sandefjord	12.05.2023
6.91	(m)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL (10)	(34)	Bergen/Sk	22.10.2005
6.89		Reidun Nordvik, Sparbu IL	(28)	Overhalla	26.08.2001
6.86	(1)	Gerd Mjelde, Bærum SK	(33)	Oslo/St	14.06.2004
6.79		Bodil (Byhre) Hestmann, Oslo IL	(28)	Oslo/Bi	20.06.2000
6.73		Ella Johanne Eek, Sparbu IL	(34)	Levanger	28.08.2004
6.58	(2)	Unni Sæther, Oslo IL	(32)	Askim	29.06.2002
6.47	(m)	Sofie A. Jakobsen, Stovnerkameratene	(43)	Tønsberg	27.04.2013
6.43	(3)	Greta Synnøve Skjevik, Frosta IL	(48)	Stjørdal	24.08.2018
6.42	(1)	Elise Marie Wåle, Larvik T&IF	(42)	Ravnanger	21.06.2014
6.30	(1)	Brit Gran, Heggedal FIK	(36)	Heggedal/Ka	20.05.2010
6.20		Elsa Helmine Erlandsen, Rana FIK (20)	(29)	Mo i Rana	11.09.2001

6.10	(1)	Ester Risa Rosland, Orre IL	(48)	Stavanger/St	26.06.2019
6.03	(2)	Marit Skramstad, Kongsberg IF	(38)	Heggedal/Torpv. 34	29.08.2009
6.03	(1)	Inger-Lise Sundheim, Ullensaker/Kisa IL	(55)	Oslo/St	26.08.2025
5.88	(1)	Åse Nyland, Gjøvik FIK	(33)	Brumunddal	16.09.2004
5.85	(2)	Kirsten Kvammen, Tvedestrand T&IF	(37)	Moss	22.08.2009
5.83	(1)	Anne Berit Skoghus, Ski IL	(44)	Ski	01.10.2016
5.75	(7)	Asta Johannesen, Kristiansands IF	(20)	Kristiansand	26.06.1992
5.71	(1)	Randi Loftås, Osterøy IL	(27)	Valestrandsfossen	11.05.1998
5.70	(1)	Sonja Magnhild Nyby, Porsanger IL	(40)	Lakselv	07.09.2011
5.69		Ella Svarholt, Rana FIK	(31)	Mo i Rana	19.06.2001
		(30)			
5.54	(1)	Gerd Thorsen, Oslo IL	(34)	Oslo/Bi	04.09.2007
5.46	(1)	Randi Kleppe, Osterøy IL	(49)	Hosanger	19.06.2019
5.36	(1)	Anne Marie Sandø, Hannevikas IL	(43)	Vågsbygd	30.04.2014
5.21	(m)	Eva Carlsen, Ready	(40)	Byrkjelo	04.08.2012
5.18	(m)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Bergen/Sk	13.10.2012
5.07	(2)	Hild Opdøhl, Porsanger IL	(38)	Lakselv	07.09.2011
4.95		Ragnhild Sæther, Namdalseid IL	(11)	Namdalseid	24.09.1983

Kule / Shot Put 3.0 kg kvinner 75-79 år / Women 75-79 years

7.34	(1)	Reidun Nordvik, Sparbu IL	(28)	Stjørdal	02.08.2003
7.34	(1)	Emma Stuberg Grønmo, Lånke IL	(44)	Stjørdal	03.10.2019
6.74	(1)	Else Johanne Godøy, Ålesund FIK	(32)	Moss	22.08.2009
6.48	(1)	Bodil Hestmann, Oslo IL	(28)	Lahti, FIN	14.06.2003
6.22	(13)70	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Aarhus, DEN	30.07.2017
6.05	(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Hatland	03.08.2009
5.64	(m)	Gerd Mjelde, Bærum SK	(33)	Ljubljana, SLO	30.07.2008
5.18	(1)	Åse Nyland, Gjøvik FIK	(33)	Brumunddal	18.09.2008
4.96	(3)	Gerd Thorsen, Oslo IL	(34)	Moss	22.08.2009
4.64	(1)	Hild Opdøhl, Porsanger IL	(38)	Lakselv	29.09.2014
		(10)			

Kule / Shot Put 3.0 kg kvinner 80-84 år / Women 80-84 years

5.29	(1)	Bodil Hestmann, Oslo IL	(28)	Heggedal/Torpv. 34	30.08.2008
------	-----	-------------------------	------	--------------------	------------

Kule / Shot Put 2.0 kg kvinner 75-79 år / Women 75-79 years

9.82	(1)	Grete Rivenes, Tønsberg FIK	(48)	Geithus	11.06.2024
9.02	(1)	Emma Stuberg Grønmo, Lånke IL	(44)	Stjørdal	22.08.2019
7.82	(m)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Tønsberg	09.09.2017
7.77	(2)	Elise Marie Wåle, Larvik T&IF	(42)	Geithus	21.06.2019
7.18	(1)	Brit Gran, Heggedal FIK	(36)	Heggedal/Ka	09.08.2012
7.09	(m)	Greta Synnøve Skjevik, Frosta IL	(48)	Stjørdal	09.07.2023
7.04	(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Hatland	09.07.2012
7.00	(m)	Sofie A. Jakobsen, Stovnerkameratene	(43)	Tønsberg	28.04.2018
6.66	(2)	Svanhild Temte, IF Hellas	(34)	Drammen	27.08.2011
5.77	(1)M	Herborg Ninni Blakstad, IL Gular	(42)	Knarvik	11.08.2019
		(10)			

Kule / Shot Put 2.0 kg kvinner 80-84 år / Women 80-84 years

8.02	(1)	Emma Stuberg Grønmo, Lånke IL	(44)	Stjørdal	07.05.2024
7.39	(1)	Elise Marie Wåle, Larvik T&IF	(42)	Larvik/Lo	07.09.2022
6.97	(1)	Else Johanne Godøy, Ålesund FIK	(32)	Stavanger/St	15.09.2012
6.59	(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Hatland	18.07.2016
6.45	(1)	Brit Gran, Heggedal FIK	(36)	Heggedal/Ka	26.05.2016
6.09	(1)	Sofie A. Jakobsen, Stovnerkameratene	(43)	Geithus	23.06.2023
5.53	(1)	Bodil Hestmann, Oslo IL	(28)	Florø	14.08.2010
5.43	(m)	Herborg Ninni Blakstad, IL Gular	(42)	Bergen/Sk	29.10.2022
5.27	(1)	Edith Margrethe Rongved Tvedt, IL Gular	(41)	Bergen/Sk	18.10.2025
4.82	(1)	Karen Steinsletten, Ornvikdalen IL	(34)	Husnes	10.10.2018
		(10)			
4.54	(2)	Haldis Marit Nagell-Dahl, T&IF Viking	(42)	Kristiansand	27.06.2025

Kule / Shot Put 2.0 kg kvinner 85-89 år / Women 85-89 years

5.81	(1)M	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Hatland	28.06.2021
------	------	----------------------------------	------	---------	------------

Kule / Shot Put 2.0 kg kvinner 90-94 år / Women 90-94 years

4.69	(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Fotlandsvåg	22.05.2025
------	-----	----------------------------------	------	-------------	------------