

Kast 5-kamp for kvinner masters (veteran): Alle tiders beste pr. 31.12.2025.

Poengsummer er basert på MWA's aldersfaktorer pr. 2023.

NY TABELL I 2023.

Resultater merket med * er oppnådd med tyngre redskap enn det som nå gjelder for årsklassen.

Poengene for disse øvelsene er imidlertid beregnet i henhold til gjeldende poengtabell.

Alle tiders beste i kast 5-kamp for veteraner ble opprinnelig utarbeidet av Reidar Thomassen (frem til høsten 2005) - og deretter av Jostein Myrvang (til og med 2024). Fra og med 2025 oppdateres denne statistikken av Stein Fossen (stein.fossen@nhh.no).

Kvinner 35-39 ÅR		4-4-1-600-9,08	Veteranfaktor 35-39	Omregnet 2023	Resultater over 2000 poeng					
3001	Grete Etholm	1976 IK Tjalve	Oslo/So 1-10-2011							
			35,58	516	11,59	662	51,74	886	24,60	386 12,12 551
2892	Elin Isane	1975 Gloppen FIL	Oslo/So 1-10-2011							
			34,05	490	11,20	635	44,81	748	30,33	496 11,61 523
2496	Ingerid Qvale	1957 Lørenskog FIL	Oslo/La 28-8-1993							
			29,15	404	9,75	536	39,70	648	26,45	421 10,95 487
2418	Helga Reigstad	1972 Osterøy IL	Bergen/Sk 13-10-2007							
			29,04	402	10,26	571	32,46	509	38,17	649 7,20 287
2098	Anne Marie Gausel	1979 Hinna IL	Stavanger 10-10-2015							
			30,64	430	8,23	434	32,35	507	22,23	340 9,07 387
2007	Ragna Matea Jensen	1975 IK Tjalve	Tønsberg 8-9-2012							
			37,30	547	7,45	381	22,61	325	17,60	252 11,22 502
2007	Janice Flaathe	1959 Lillesand IL	Heggedal/Gj 30-8-1997							
			26,00	459	8,34	441	27,68	438	25,94	430 9,07 487

Annen øvelsesrekkefølge (diskos-slegge-kule-spyd-vektkast)

3555	Mette Bergmann	1962 SK Vidar	Oslo/So 24-7-1999							
			51,59	801	11,93	685	58,88	1030	19,11	281 15,90 949

Kvinner 40-44 ÅR		4-4-1-600-9,08	Veteranfaktor 40-44	Omregnet 2023	Resultater over 2000 poeng					
2643	Veronica Juvik	1974 FIL AKS-77	Bergen/Sk 14-10-2017							
			40,82	681	8,21	475	25,19	407	24,70	437 12,79 643
2637	Ingerid Qvale	1957 Lørenskog FIL	Heggedal/Gj 30-8-1997							
			27,84	429	9,68	582	39,12	693	23,32	407 10,80 526
2485	Janice Flaathe	1959 Lillesand IL	Heggedal/Gj 26-8-2000							
			33,01	529	8,35	485	28,74	478	25,00	443 11,21 550
2483	Britt Eva Fauskanger Brurås	1965 IL Norna-Salhus	Fana 28-6-2008							
			33,67	541	8,38	487	30,00	504	22,69	394 11,32 557
2248	Hilde Kaland Kongsrud	1973 IL Fri	Bergen/Sk 14-10-2017							
			28,27	437	8,34	484	26,63	436	26,31	471 8,97 420
2045	Marit Lillevik	1970 Jægersvatnet IL	Sør-Lenangen 13-8-2011							
			31,99	509	7,91	453	21,42	332	17,59	286 9,76 465
2018	Ingunn Gatland Jacobsen	1967 IL Fri	Bergen/Sk 6-5-2008							
			27,89	430	8,33	483	25,93	422	15,35	240 9,37 443
2000	Ragna M. Bull	1975 Ski IL	Tønsberg 25-4-2015							
			35,43	576	7,09	394	20,88	321	15,07	234 9,92 475

Kvinner 45-49 ÅR		4-4-1-600-9,08	Veteranfaktor 45-49	Omregnet 2023	Resultater over 2000 poeng					
3024	Else Lundestad Bakkeliid	1976 Gloppen Friidrettslag	Knarvik 7-8-2021							
			22,24	365	9,82	651	43,03	864	23,84	472 12,24 672
2894	Ingerid Qvale	1957 Lørenskog FIL	Hillerød, DEN 12-8-2006							
			30,16	532	9,91	658	35,08	679	22,92	451 10,71 574
2842	Britt Eva Fauskanger Brurås	1965 IL Norna-Salhus	Heggedal/Ka 28-8-2010							
			35,02	636	8,96	582	30,07	565	22,20	434 11,51 625
2781	Veronica Juvik	1974 FIL AKS-77	Knarvik 7-8-2021							
			38,04	701	8,36	535	20,73	358	26,37	532 11,98 655
2768	Janice Flaathe	1959 Lillesand IL	Tønsberg 29-4-2006							
			32,30	578	8,21	523	29,10	543	27,43	558 10,59 566
2320	Inger Austbø	1947 Oslo IL	Oslo/La 31-8-1996							
			28,96	507	7,10	436	26,80	492	17,00	312 10,70 573
2275	Marit Huflåtten	1953 IL Flint	Tolvsrød 10-8-2001							
			27,68	480	7,13	438	24,22	434	24,40	486 8,55 437
2256	Kristine Rogstad	1969 Ås IL	Tønsberg 9-9-2017							
			27,36	473	8,88	576	25,01	452	17,26	318 8,56 437
2239	Jeanette Svanberg Eliassen	1968 Larvik T&IF	Tønsberg 9-9-2017							
			21,25	344	8,72	563	22,58	398	23,52	465 9,06 469

2202	Anne-Gunn W. Eriksen	1968	Fana IL	Bergen/Sk 26-4-2014	23,79	397	7,52	469	20,97	363	26,24	529	8,66	444
	(10)													
2077	Anne Merethe Moe Dahlen	1966	Stovnerkameratene	Heggedal/ Ka 5-7-2014	22,34	367	8,29	528	22,67	400	19,19	363	8,27	419
2057	Åsa-Mona Vikten	1965	Jægervatnet IL	Sør-Lenangen 13-8-2011	21,51	350	8,09	513	22,61	399	18,91	356	8,59	439
2014	Ragna Bull	1975	SKI IL	Tønsberg 12-9-2020	30,46	539	6,85	416	19,76	337	16,00	289	8,48	433

Kvinner 50-54 ÅR		3-3-1-500-7,26		<i>Veteranfaktor 50-54</i>	Omregnet 2023		Resultater over 2100 poeng							
3510	Mari Tuulikki Kjølborg	1972	Romerike Friidrett	Funchal, POR 16-10-2025	46,35	837	12,17	779	30,45	643	23,68	476	14,55	775
3341	Ingerid Qvale	1957	Lørenskog FIL	Greve, DEN 5-6-2008	40,04	707	11,49	728	36,97	809	21,42	422	12,91	675
3081	Janice Flaathe	1959	Lillesand IL	Heggedal/Ka 28-8-2010	35,53	614	9,71	595	30,54	645	26,83	551	12,94	676
2920	Inger Austbø	1947	IL Flint	Cesenatico, ITA 17-9-1998 (Bronse i EM)	39,24	690	8,54	508	30,28	639	19,89	385	13,29	698
2896	Britt Eva Fauskanger Brurås	1965	IL Norna Salhus	Bergen/Sk 8-10-2016	36,50	634	9,22	558	26,91	554	24,73	501	12,49	649
2623	Jeanette Svanberg Eliassen	1968	Larvik T&IF	Sandefjord 15-5-2020	33,56	573	8,97	540	24,97	507	24,61	498	10,11	505
2517	Kristine Rogstad	1969	Ås IL	Tønsberg 25-9-2021	33,39	570	9,27	562	25,49	519	17,16	321	10,78	545
2495	Gro Berger Lappegård	1969	Oslo Politis IL	Tønsberg 12-9-2020	33,01	562	9,11	550	29,31	614	17,83	336	8,92	433
2445	Anneli Henriksen	1966	GTI	Nordisk mesterskap Odense/ Danmark 3-7-2016	26,62	432	10,73	671	26,35	541	19,83	384	8,64	417
2397	Astri Willersrud	1942	Ullensaker/Kisa IL	Oslo/La 31-8-1996	28,22	465	9,65	591	23,54	471	20,26	394	9,63	476
	(10)													
2129	Siv Johanne Grønmo	1969	Lånke IL Friidrett	Stjørdal IL 07-06-2022	19,82	296	8,87	532	22,66	450	21,71	429	8,74	422
2126	Anne Merethe Moe Dahlen	1966	Stovnerkameratene	Tønsberg 12-9-2020	25,79	419	8,36	495	22,33	442	16,53	306	9,44	464

Kvinner 55-59 ÅR		3-3-1-500-7,26		<i>Veteranfaktor 55-59</i>	Omregnet 2023		Resultater over 2100 poeng							
3381	Janice Flaathe	1959	GTI	Heggedal/ Ka 5-7-2014	37,06	728	9,54	646	28,61	672	25,52	589	12,86	746
3151	Inger Austbø	1947	Kongsberg IF	Potsdam, GER 22-8-2002 (EM)	39,39	782	8,78	585	27,19	632	18,09	391	13,08	761
3141	Live Båsen	1958	Modum FIK	Tønsberg 13-9-2014	33,51	647	9,10	610	28,72	675	27,08	631	10,35	578
2818	Astri Willersrud	1942	Ullensaker/Kisa IL	Plassen 22-8-1998	29,11	547	9,37	632	22,37	500	23,51	535	10,73	604
2641	Marit Huflåtten	1953	IL Flint	Tønsberg 26-4-2008	28,82	540	7,94	516	24,08	547	23,15	526	9,35	512
2604	Grethe Maren Myklestad	1942	Sogndal IL	Oslo/La 25-8-2001	26,49	488	8,47	559	24,75	565	21,66	486	9,26	506
2593	Unni Sæther	1932	Oslo IL	Gull i VM Melbourne Australia des 1987	26,66	492	7,89	512	25,98	599	21,74	488	9,20	502
2563	Kristine Rogstad	1969	Ås IL	Knarvik 27-07-2024	32,93	634	8,53	564	21,76	483	14,62	300	10,41	582
2485	Britt Eva Fauskanger Brurås	1965	IL Fri	Knarvik 24-4-2023	29,44	554	7,57	486	22,33	499	16,48	348	10,65	598
2455	Ragnhild Gulvik	1963	Larvik T&IF	Tønsberg 25-9-2021	27,17	503	7,95	517	21,80	485	17,64	379	10,25	571
	(10)													
2398	Heidi Barth Andersen	1961	Larvik T&IF	Lyngdal 27-6-2020	21,52	377	8,38	552	19,21	415	27,51	643	7,82	499
2371	Anne Merethe Moe Dahlen	1966	Stovnerkameratene	Tønsberg 25-9-2021	24,12	435	8,34	548	22,27	497	16,68	354	9,73	537
2361	Jeanette Svanberg Eliassen	1968	Larvik T&IF	Sandefjord 2024	24,13	435	8,07	527	20,26	443	21,09	471	8,93	485
2336	Siv Johanne Grønmo	1969	Lånke IL Friidrett	Lillestrøm 30-8-2025	20,13	346	9,35	631	21,49	476	23,92	546	6,68	337
2192	Ester Risa Rosland	1948	Orre IL	Lyngdal 27-9-2003	28,53	534	7,28	463	21,06	464	13,03	258	8,75	473

2192	Anny Undheim	1956	IL Framsteg	Lyngdal 17-9-2011										
				25,38	463	7,47	479	17,15	360	21,14	472	7,92	418	
2175	Inger Nilsen	1942	Sem IF	Tolvsrød 10-8-2001										
				19,49	332	8,94	597	22,43	502	13,89	281	8,60	463	

		3-3-1-500-5,45 (fra 2014)		3-3-1-400*-5,45		Veteranfaktor 60-64		Omregnet 2023		Resultater over 2100 poeng				
Kvinner 60-64 ÅR														
3562	Janice Flaathe	1959	GTI	Lyngdal 27-6-2020										
				34,50	760	9,05	677	27,59	728	25,15	659	13,75	738	
3449	Live Båsen	1958	Modum FIK	Borås SWE 9-7-2018										
				34,43	758	8,99	672	26,62	698	25,74	677	12,23	644	
3140	Inger Austbø	1947	Kongsberg IF	Tønsberg 28-4-2007										
				35,69	790	7,57	545	25,31	657	16,56*	403	13,87	746	
2966	Grethe Maren Myklestad	1942	Florø T&IF	Lyngdal 27-9-2003										
				26,06	545	8,37	616	23,52	602	21,91*	561	12,19	642	
2951	Astri Willersrud	1942	Ullensaker/Kisa IL	Jessheim 19-8-2002										
				29,02	811	8,43	704	20,16	504	20,80*	515	12,83	834	
2837	Marit Huflåtten	1953	STIF	Sanefjord 22-8-2015										
				30,90	668	7,16	509	22,87	583	20,76	527	10,70	550	
2763	Heidi Barth Andersen	1961	Larvik T&IF	Sandefjord 26-08-2022										
				24,90	516	8,56	633	19,19	471	22,08	566	11,14	577	
2753	Britt Eva Fauskanger Brurås	1965	IL Fri	Os 31-8-2025										
				29,61	635	7,72	558	21,51	541	15,95	384	12,08	635	
2744	Grete Rivenes	1948	Gjøvik FIK	Tønsberg 28-4-2012										
				27,10	571	8,98	671	19,82	490	16,92*	413	11,49	599	
2728	Unni Sæther	1932	Oslo IL	Oslo/La 28-8-1993										
				24,80	514	7,27	518	26,60	702	17,92*	442	10,80	556	
(10)														
2567	Inger Nilsen	1942	Sem IF	Tønsberg 17-8-2004										
				23,60	484	8,39	618	21,93	554	13,28*	305	11,61	606	
2537	Ragnhild Gulvik	1963	Larvik T&IF	Sandefjord 18-8-2023										
				24,97	518	7,35	526	21,67	546	16,98	414	10,43	533	
2449	Bodil Hestmann	1928	Oslo IL	Turku, FIN 29-7-1991 (Bronse i VM)										
				23,06	470	7,83	568	18,50	450	18,12*	448	10,10	513	
2420	Kate Alnes	1961	GTI	Lillestrøm 15-6-2021										
				23,31	476	7,55	543	17,06	407	17,85	440	10,77	554	
2416	Ester Risa Rosland	1948	Orre IL	Lyngdal 19-9-2009										
				28,49	607	6,69	467	19,61	484	12,92*	295	10,91	563	
2399	Elise Wåle	1942	Larvik T&IF	Sandefjord 18-6-2002										
				19,60	384	7,98	582	16,05	378	21,53*	550	9,97	505	
2307	Anne Grete Hafstad Thorsen	1950	IL Fri	Bergen/Sk 13-10-2012										
				22,60	459	7,62	550	17,96	434	17,59*	433	8,75	431	
2144	Edith Aasenuus	1944	Oslo IL	Heggedal/Gj 2-6-2007										
				22,26	450	6,83	480	15,13	351	15,37*	367	9,82	496	
2141	Jorun Nygaard	1928	Oslo IL	Heggedal/Gj 22-8-1992										
				20,56	408	7,53	542	14,38	329	14,48*	341	10,22	521	

		3-3-1-400*-5,45		3-3-1-500-5,45 (fra 2014)		Veteranfaktor 65-69		Omregnet 2023		Resultater over 2100 poeng				
Kvinner 65-69 ÅR														
3718	Inger Marie Vingdal	1955	Øystre Slidre IL	Sandefjord 6-7-2023										
				33,03	825	8,49	706	26,77	801	20,38	591	13,21	795	
3578	Live Båsen	1958	Modum FIK	Italia 26-7-2023										
				28,29	689	8,51	708	28,07	776	24,54	732	11,44	673	
3417	Janice Flaathe	1959	GTI	Lillestrøm 30-8-2025										
				28,11	684	8,25	682	22,59	655	22,33	657	12,39	739	
3270	Grete Rivenes	1948	Gjøvik FIK	Sandefjord 30-8-2013										
				26,58	640	9,32	789	20,48	583	17,30*	488	12,84	770	
3233	Grethe Maren Myklestad	1942	Florø T&IF	Misano, ITA 15-9-2007										
				26,97	652	7,68	626	23,42	684	21,53*	630	10,97	641	
3125	Marit Huflåtten	1953	Tønsberg FIK	Tønsberg 27-4-2019										
				28,21	687	7,07	566	21,79	628	20,31	589	11,18	655	
3070	Inger Austbø	1947	Kongsberg IF	Tønsberg 28-4-2012										
				29,86	734	6,96	555	19,40	546	14,28*	387	13,97	848	
2880	Anny Undheim	1956	IL Framsteg	Knarvik 7-9-2021										
				24,51	582	7,27	585	18,13	503	18,70	535	11,46	675	
2819	Bodil Hestmann	1928	Oslo IL	Miyazaki, JPN 16-10-1993 (Bronse i VM)										
				23,02	539	7,91	649	18,84	527	18,62*	532	9,97	572	
2599	Unni Sæther	1932	Oslo IL	Heggedal/Gj 30-8-1997										
				21,58	499	6,59	519	20,04	568	16,44*	459	9,70	554	
(10)														
2447	Ester Risa Rosland	1948	Orre IL	Lyngdal 7-9-2013										
				23,13	543	6,85	545	19,35	544	11,99*	311	8,97	504	

2342	Ruth Bakke Haug	1947	IL Fri	Bergen/Sk 5-10-2013										
				17,01	371	7,47	605	17,35	477	14,13*	382	9,01	507	
2341	Edith Aasenuus	1944	Oslo IL	Tønsberg 25-4-2009										
				19,66	445	6,72	531	15,60	418	15,26*	419	9,32	528	
2177	Grete Skjevik	1948	Frosta IL	Steinkjer 10-6-2015										
				18,19	404	6,80	539	17,55	484	14,57	396	6,74	354	

		3-3-1-400*-5,45		3-3-1-500-5,45(fra 2010)		Veteranfaktor 70-74		Omregnet 2023		Resultater over 2100 poeng				
Kvinner 70-74 ÅR														
4318	Inger Marie Vingdal	1955	Øystre Slidre IL	Lillestrøm 30-8-2025										
				33,11	954	8,86	843	25,72	879	21,73	734	13,23	908	
3530	Grete Rivenes	1948	Tønsberg FIK	Italia 14-9-2019 (Nr 4 i EM)										
				26,35	733	7,83	729	20,83	686	19,38	644	11,05	738	
3344	Marit Huflåtten	1953	Tønsberg FIK	Sandefjord 18-8-2023										
				25,76	714	6,70	604	22,06	734	18,39	606	10,37	686	
3317	Grethe Maren Myklestad	1942	Florø T&IF	Tønsberg 8-9-2012										
				25,33	700	6,82	618	20,49	672	19,43*	646	10,31	681	
2693	Unni Sæther	1932	Oslo IL	Heggedal/Gj 31-8-2002										
				20,87	557	6,16	545	17,82	569	14,83*	470	8,62	552	
2602	Emma Stuberg Grønmo	1944	Stjørdal FIK	Steinkjer 14-6-2017										
				15,65	391	6,90	626	16,50	519	17,14	558	8,05	508	
2522	Elise Marie Wåle	1942	Larvik T&IF	Tønsberg 25-4-2015										
				21,62	581	6,19	548	12,26	360	15,22	485	8,58	548	
2437	Bodil Hestmann	1928	Oslo IL	Oslo/So 12-5-2001										
				17,95	463	6,46	578	15,56	483	12,86*	396	8,17	517	
2225	Sofie A. Jakobsen	1943	Stovnerkameratene	Heggedal/ Ka 5-7-2014										
				16,64	422	6,23	553	16,14	505	11,33	338	6,71	407	
2198	Ester Risa Rosland	1948	Orre IL	Stavanger 26-9-2020										
				19,62	517	5,81	507	13,41	402	8,88	247	8,28	528	

(10)

Kvinner 75-79 ÅR			Veteranfaktor 75-79		Omregnet 2023		Resultater over 2100 poeng						
2-2-0,75-400-4 (fra 2010)													
3460	Grete Rivenes	1948	Tønsberg FIK	Italia 26-7-2023	Sølv i EM								
				30,71	748	8,96	773	20,37	657	15,76	518	12,07	764
3301	Grethe Maren Myklestad	1942	Florø T&IF	Tønsberg 9-9-2017									
				29,59	716	7,82	658	20,09	647	17,80	598	10,94	682
3084	Elise Marie Wåle	1942	Larvik T&IF	Italia 14-9 2019 (nr 6 i EM)									
				27,64	661	7,45	620	18,21	575	18,70	633	9,74	595
3084	Emma Stuberg Grønmo	1942	Lånke IL Friidrett	Stjørdal 20-9 2020									
				18,90	417	8,34	710	20,08	646	20,24	693	10,07	618
2221	Greta Skjevik	1948	Lånke IL Friidrett	Stjørdal, Seriestevne 9-7-2023									
				17,25	372	7,09	584	16,32	504	11,00	335	7,40	426
2206	Ragnhild Hanstvedt	1934	Mjøsdaalen IL	Bergen/Sk 13-10-2012									
				19,13		6,59	534	13,09	384	12,62	397	7,98	468

Kvinner 75-79 ÅR		3*-3*-1*-400-5,45*		Tabell fra 2010									
2456	Bodil Hestmann	1928	Oslo IL	Tønsberg 26-4-2003									
				15,68*	486	6,28*	628	14,05*	468	12,24	437	6,51*	437

Kvinner 80-84 ÅR			Veteranfaktor 80-84				Omregnet 2023		Alle resultater				
3469	Elise Marie Wåle	1942	Larvik T&IF	Tampere Finland 7-7-2022 (GULL VM)									
				26,03	735	7,28	707	16,10	590	17,25	681	10,38	756
2664	Emma Stuberg Grønmo	1942	Lånke IL Friidrett	Lillestrøm 30-8-2025									
				13,79	339	7,08	684	14,94	539	15,99	623	7,05	479
2292	Ragnhild Hanstvedt	1934	Mjøsdaalen IL	Bergen/Sk 4-10-2014									
				19,38	518	6,22	585	10,54	351	10,70	387	6,71	451
1991	Bodil Hestmann	1928	Oslo IL	Heggedal/Ka 28-8-2010									
				16,40	422	5,47	499	10,80	362	8,68	298	6,21	410
1940	Herborg Ninni Blakstad	1942	IL Gular	Bergen / Sk 29-10-2022									
				16,33	420	5,43	494	10,42	346	7,91	264	6,29	416
1861	Sofie A. Jakobsen	1943	Stovnerkameratene	Oslo/St 12-9-2023									
				9,80	213	5,65	519	12,93	452	7,77	258	6,32	419

				Veteranfaktor 85-89		Omregnet 2023		Alle resultater					
Kvinner 85-89 ÅR		2-2-0,75-400-4 (fra 2010)											
2365	Ragnhild Hanstvedt	1934	Mjøsdaalen IL	Knarvik 10-8-2019									
				16.07	508	5.61	618	8.38	323	9.59	412	6.25	504