

Norges Fri-idrettsforbund / Norwegian Athletics Federation

Alle tiders beste innendørs / All Time Best Indoor

Kvinner - Lengde u.t. / Women - Standing Long Jump

pr. 30.06.2026 (oppdatert / updated 01.08.2026)

Lengde u.t. / Standing Long Jump kvinner 35-39 år / Women 35-39 years - 2.25

2.74	(1)	Inger Blikra, Rana FIK	(61)	Mo i Rana	18.02.1997
2.61	(1)	Björg Dombestein Lofnes, Leirgulen IL	(47)	Sandane	16.03.1986
2.59	(1)	Solveig (Wennevold) Toms, Oslo IL	(14)	Oslo	29.03.1949
2.59	(1)	Oddrun Hokland, Kvæfjord IL	(42)	Borkenes	05.12.1980
2.59	(1)	Margrethe Yri Skjöldt, Feiring IL	(50)	Jessheim	16.03.1989
2.57	(1)	Inger Lise Sundheim, Ullensaker/Kisa IL	(55)	Ingieråsen	19.03.1994
2.57	(1)	Grete Bjørdalsbakke Mo, Ørsta IL	(60)	Ørsta	20.02.1997
2.55	(1)	Reidun Rushfeldt, Vadsø TF	(45)	Vardø	21.02.1981
2.55	(2)KS	Ezinne Okparaebo, IL i BUL	(88)	Oslo/Bi	30.04.2026
2.54	(2)	Oddrun Baar, IL Fram, Skatval	(43)	Stjørdal	10.03.1979
(10)					
2.53	(1)	Kirsten Hausken, Avaldsnes IL	(48)	Kopervik	28.01.1983
2.52	(1)	Tina Cecilie Stilson, Tøyen SK	(81)	Hvam	09.03.2019
2.50	(1)	Anne-Britt Norø, Brønnøysund IL	(55)	Brønnøysund	17.03.1990
2.49	(1)	Randi Haavik Østnes, SK Herd	(13)	Ålesund	16.02.1950
2.49	(1)	Rigmor Aasen Førde, IL Solnut	(52)	Ravnanger	25.01.1987
2.48	(1)	Asbjørg Bjørge, IL Norden	(47)	Straumsnes	04.03.1983
2.48	(1)	Anne Mari Stenbro Dombu, Oslo Politis IL	(56)	Oslo	21.01.1991
2.48	(1)	Herborg Hilde Eikeland, Svelgen T&IF	(87)	Svelgen	31.01.2025
2.47	(1)	Laila Bernes Pedersen, Mjøsdaalen IL	(50)	Mjøsdaalen	20.02.1988
2.47	(1)	Kristin Davanger, Os TF	(75)	Os	23.02.2010
(20)					
2.46	(1)	Sissel Falck-Jørgensen, Kolbotn IL	(40)	Kolbotn	09.03.1976
2.46	(2)	Ragnhild Ulsaker, Follo FIK	(57)	Ski	07.03.1992
2.45	(1)	May Britt Knygh Brekk, Sømna IL	(51)	Vik i Helgeland	30.01.1987
2.45	(1)	Jane Stangeland, Austevoll IK	(54)	Eidsbøen	06.02.1990
2.45	(1)	Björg Hillersøy (Reknes), Florø T&IF	(52)	Florø	27.01.1991
2.45	(1)	Jorunn Bentzen, Strengereid IL	(59)	Stange	04.03.1995
2.45	(2)KS	Jessie Granlund Wermskog, IF Hellas	(85)	Drammen	05.01.2020
2.44	(1)	Kristin Bøhle, Grong IL	(57)	Grong	14.03.1992
2.44	(2)	Lisbeth Rydså, Rana FIK	(65)	Mo i Rana	13.12.2001
2.43	(1)	Wenche Hjelmsæth, Rana FIK	(55)	Mo i Rana	04.12.1990
(30)					
2.43	(1)	Hege Bråthen Hultengreen, Sarpsborg IL	(73)	Sarpsborg	03.01.2008
2.43	(1)	Åshild Rygg Tønning, Stord IL	(77)	Leirvik	17.12.2015
2.42	(1)	Herdis (Lorentzen) Østensen, Kristiansands IF	(23)	Kristiansand/St	06.08.1958
2.42		Inger Bækken Kulstad, Steinkjer I&FK	(48)	Steinkjer	24.01.1985
2.41		Eli Myrdal, IL Fenring	(50)	Strusshamn	24.02.1985
2.40		Ragnhild Hagen, Bolstadøyri TL	(47)	Øystese	27.01.1985
2.38		Ellen Schjei Wekre, Verdal FIK	(67)	Steinkjer	27.01.2002
2.38	(1)	Marit Bjørdal, Ørsta IL	(66)	Ørsta	09.12.2004
2.38	(1)	Margit Katrine Strand McAdam, Bækkelagets SK	(78)	Hvam	04.03.2017
2.37		Ingrid Husdal, Tertnes IL	(46)	Mjølkeraen	19.02.1982
(40)					
2.37	(1)	Anita Skuse Andersen, Minerva IS	(69)	Lillestrøm	06.02.2006
2.37	(1)	Beate Hegg-Lunde, Osterøy IL	(77)	Hauge	13.01.2012
2.36	(1)	Ruth Kristine Moe, Halden IL	(17)	Halden	03.02.1952
2.36	(1)	Anne Britt Særsland, Os TF	(51)	Kleppestø	26.01.1986
2.36		Berit Krog, Byåsen IL	(53)	Ugla	17.01.1988
2.36	(1)	Åshild Jenssen, Sandefjord T&IF	(70)	Drammen	07.03.2009
2.36	(2)	Ida McAdam Liim (Eriksen), Bækkelagets SK	(82)	Hvam	09.03.2019
2.36	(1)KS	Silje Mari Amundsen-Flage, Alta IF	(91)	Tromsø	13.03.2026
2.35	(1)	Eldbjørge Øen, Tertnes IL	(46)	Marikollen	23.01.1983
2.35		Berit Kløvfjell, Vennesla IL	(44)	Vennesla	10.10.1983
(50)					
2.35		Aud Lund, Tjølling IF	(47)	Tjølling	08.12.1983
2.35		Anita Gruben, Mo IL	(54)	Mo i Rana	28.02.1989
2.35		Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Holmenhallen	21.03.1993
2.35		Hilde Bjørkmo, Rana FIK	(56)	Mo i Rana	24.03.1994
2.35	(1)	Anne Gerd Nysveen Djønne, IL Harding	(67)	Kinsarvik	09.02.2003
2.34	(1)	Elin Kandal, T&IL Hovding	(57)	Haukås	08.03.1993
2.33	(2)	Tone Wenche Sell, Gjerstad IL	(50)	Tjølling	28.02.1987
2.33	(1)	Solgun Ellingsen, Ask IL	(60)	Ask	20.01.1995
2.33	(1)	Cecilie Bjørnemo Hetland, Egersunds IK	(77)	Egersund	10.01.2013
2.33	(1)	Else Lundestad Bakkelid, Gloppen FIL	(76)	Sandane	17.12.2015
(60)					

2.33	(3)	Lene Berger, IL Tyrving	(81)	Hvam	09.03.2019
2.32		Julie Stuberg, Oslo Politis IL	(47)	Oslo	04.03.1982
2.32		Randi Måge, IL Solnut	(49)	Odda	15.02.1984
2.32	(1)	Runa Nygård, Ask IL	(54)	Ask	12.03.1993
2.31		Marit Nerli, Hvarn IL	(44)	Bjørkelangen	28.03.1979
2.31		Ann Helene Brynjulfssen, Storsteinnes IL	(49)	Storsteinnes	26.03.1900
2.31	(1)	Mona Norheim, IF Klypetussen	(59)	Markhus	13.02.1998
2.31	(1)	Turid Eknes, Eikanger IL	(66)	Ostereidet	02.03.2001
2.31	(1)	Bente Liland, FIK BFG Fana	(62)	Ytrebygda	31.03.2001
2.31		Ingunn Hoset, Innstrandens IL	(67)	Bodø	22.03.2003
		(70)			
2.31	(1)	Gry Fuglestveit Bløchlinger, Snøgg Friidrett	(68)	Notodden	10.03.2006
2.30		Else Torkildsen, IL Aasguten	(46)	Stjørdal	05.03.1983
2.30	(1)	Magni Augdal, IL Solnut	(57)	Sekse	12.03.1992
2.30	(1)	Heidi Wannberg, IF Klypetussen	(59)	Sævareid	10.03.1995
2.30	(1)	Agnes Christine Gundersen, IL Valder	(67)	Valderøy	22.03.2002
2.30	(1)	Guðrun Nilsen, IL Fenring	(70)	Ravnanger	07.03.2005
2.30	(1)	Ingrid Kristine Sture, IL Fri	(79)	Haukås	07.03.2015
2.29		Brit Kjellemyr, Brevik IL	(45)	Eidanger	08.03.1980
2.29		Vigdis Johannesen, Tjølling IF	()	Tjølling	08.12.1983
2.29		Elisabeth Rosendal Kvale, FIL Vest-Jarl	(52)	Os	21.02.1988
		(80)			
2.29		Ingunn Grødset, Oslo IL	(53)	Oslo	01.02.1991
2.29		Marit Lødemel, Hornindal IL	(55)	Hornindal	01.12.1991
2.29	(1)	Kari Tveitnes, IL Fenring	(63)	Ravnanger	26.01.1998
2.29	(1)	Marianne Pedersen, Laksevåg T&IL	(67)	Drammen	19.03.2004
2.28		Berit Owren, Hamar IL	(44)	Brumunddal	18.03.1981
2.28		Ragnhild Hauglum, Aurskog-Høland FIL	(53)	Bjørkelangen	31.03.1990
2.28		Wenche Hellenes Granerud, Larvik T&IF	(58)		.1994
2.28		Mette E. Storholm Skaret, Rena IL	(61)	Rena	15.04.1996
2.27		Gunhild Forberg, IL Skarphedin	(41)	Bø	.1980
2.27	(1)	Anne Britt Jarlind, IL Fenring	(46)	Kleppestø	19.02.1983
		(90)			
2.27		Wenche Bratland, Eidanger IL	(52)	Eidanger	22.01.1988
2.27		Karin Eftedal, IL Flint	(50)	Slagenhallen	17.01.1989
2.27	(1)	Mola Halstensen, Os TF	(51)	Os	30.03.1990
2.27	(1)KS	Helga Reigstad, Osterøy IL	(72)	Hatland	17.01.2009
2.26		Liv Hansen, Kopervik IL	()	Kopervik	26.01.1981
2.26		Inger Karin Bjørkum, IL Bjørn	()		05.03.1989
2.26		Rønnaug Tomasgard, Hornindal IL	(66)	Hornindal	02.02.2002
2.26	(2)	Siri Steinbakk, IF Herkules	(68)	Skien	01.02.2005
2.26	(1)	Åse Berghheim, Osterøy IL	(75)	Hatland	27.02.2011
2.25	(2)	Anne Grete Kristiansen, Oslo IL	(65)	Drammen	19.03.2004
		(100)			

Alternativt resultat / Alternative result:

Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:

2.59	(1)KS	Anna Bråttvik Demydova, Sandnes IL (UKR)	(87)	Sandnes	25.10.2021
------	-------	--	------	---------	------------

Lengde u.t. / Standing Long Jump kvinner 40-44 år / Women 40-44 years - 2.15

2.66	(1)	Inger Blikra, Rana FIK	(61)	Mo i Rana	08.03.2004
2.63	(1)u	Hanne Haugland, Haugesund IL	(67)	Lloret del Mar, ESP	09.04.2007
2.60	(1)	Inger Lise Sundheim, Ullensaker/Kisa IL	(55)	Stange	20.03.1999
2.56	(1)	Sissel Falck-Jørgensen, Kolbotn IL	(40)	Kolbotn	05.01.1980
2.56	(1)	Björg Dombestein Lofnes, Leirgulen IL	(47)	Leirgulen	17.01.1991
2.54		Grete Bjørdalsbakke Mo, Ørsta IL	(60)	Ørsta	23.03.2000
2.53	(1)	Oddrun Hokland, Kvæfjord IL	(42)	Trastad	28.02.1982
2.52	(1)	Elin Bjørge Madsen, Sandefjord T&IF	(76)	Tønsberg	14.02.2019
2.51		Gro Næsheim Bjørkvik, IL Skjalg	(57)	Jørpeland	22.01.2000
2.48	(1)	Reidun Rushfeldt, Vadsø TF	(45)	Vadsø	02.03.1986
		(10)			
2.47		Elisabeth Wormsen, SK Snøgg	(55)	Notodden	14.03.1998
2.44		Oddrun Baar, IL Fram, Skatval	(43)	Åsen	03.03.1984
2.43	(1)	Margrethe Yri Skjöldt, Feiring IL	(50)	Ås	16.03.1991
2.42	(1)	Margit Katrine Strand McAdam, Bækkelagets SK	(78)	Hvam	09.03.2019
2.41	(1)	Rigmor Aasen Førde, IL Solnut	(52)	Ski	07.03.1992
2.41	(1)	Ida McAdam (Lium) Eriksen, Bækkelagets SK	(82)	Oslo/Ek	05.04.2022
2.40		May Britt Knygh Brekk, Sørana IL	(51)	Vik i Helgeland	04.02.1991
2.40		Trude Nybø, Florø T&IF	(56)	Florø	06.03.1998
2.40	(1)	Åshild Rygg Tonning, Stord IL	(77)	Leirvik	13.03.2017
2.39	(1)	Laila Bernes Pedersen, Mjøsdalen IL	(50)	Valestrandsfossen	22.01.1990
		(20)			

2.39	(2)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Stange	28.02.1998
2.39	(1)	Tone Dale Lindgren, IF Herkules	(65)	Stange	01.04.2006
2.39	(1)	Hilde Gundersen, Fyllingen IL	(74)	Åstveit	11.01.2016
2.38		Jorunn Sundal, Florø T&IF	(47)	Florø	17.12.1988
2.38		Solveig Moen, Steinkjer FIK	(48)	Steinkjer	23.01.1989
2.36		Britt Fredheim Øia Hantveit, IF Eiker-Kvikk	(54)	Modum	17.04.1997
2.35	(1)	Anita Skuse Andersen, Minerva IS	(69)	Nittedal	22.03.2009
2.34		Wenche Hjelmset, Rana FIK	(55)	Mo i Rana	28.03.1996
2.34	(1)	Charlotte Winsnes, Heimdal IF	(60)	Trondheim	17.02.2002
2.33	(1)	Inger Bækken Kulstad, Steinkjer FIK	(48)	Mo i Rana	17.02.1990
		(30)			
2.33		Anne Grethe Taugbøl, IL i BUL	(53)	Oslo	07.02.1995
2.33	(1)	Ellen Schjoi Wekre, Steinkjer FIK	(67)	Steinkjer	14.02.2009
2.33	(1)KS	Mari Bones, Sarpsborg IL	(83)	Fredrikstad	21.01.2026
2.32	(2)	Mola Halstenssen, Lysekloster IL	(51)	Os	26.01.1992
2.32		Hilde Bjørkmo, Rana FIK	(56)	Mo i Rana	10.12.1996
2.32	(1)	Sølvi (Olsen) Meinseth, Sørild FIK	(67)	Grimstad	11.02.2010
2.31		Berit Harby Owrenn, Elverum IL	(44)	Rena	15.02.1984
2.31	(1)	Grete Rivenes, Gjøvik FIK	(48)	Oslo	21.01.1989
2.31		Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Fjellhamar	15.02.1999
2.31	(2)	Toril Lauritsen Nyborg, Steinkjer FIK	(67)	Steinkjer	14.02.2009
		(40)			
2.31	(1)	Ingebjørg Eitrheim Nondal, Odda IL	(84)	Stange	28.01.2024
2.30		Eva Nilsen, IL Fenring	(37)		06.03.1979
2.30		Inger Ramberg Røthe, Sparbu IL	(49)	Sparbu	14.04.1989
2.30		Liv Iversen, Steinkjer FIK	(50)	Inderøy	20.02.1993
2.30	(1)	Jane Stangeland, Austevoll IK	(54)	Eidsbøen	25.01.1994
2.30		Berit Mari Rolseth, IL Stjørdals-Blink	()	Inderøy	12.03.1994
2.30	(3)	Anne Mari Stenbro Dombu, IL i BUL	(56)	Stange	02.03.1996
2.30	(1)	Lisbeth Petersen, IF Urædd	(64)	Eidanger	04.03.2006
2.29		Anne Marie Mjøllem, Gloppen FIL	(58)	Hyen	30.01.2001
2.29	(1)	Bodil Bache, IL Tyrving	(62)	Sandvika	20.10.2004
		(50)			
2.29	(1)	Lene Berger, IL Tyrving	(81)	Rud	18.12.2023
2.29	(2)40	Heidi Pisani Trollsås, Bækkelagets SK	(80)	Oslo/Be	26.09.2024
2.28	(1)	Ingrid Husdal, Tertnes IL	(46)	Ravnanger	25.01.1987
2.28	(1)	Britt Eva Fauskanger Brurås, IL Norna-Salhus	(65)	Laksevåg	13.01.2007
2.27		Elise Marie Wåle Svendsen, Larvik FIK	(42)		16.02.1985
2.27		Marit Hufliåten, IL Flint	(53)	Tjølling	17.03.1995
2.27	(2)	Monika Bakksjø, Rana FIK	(64)	Mo i Rana	08.03.2005
2.26		Gunhild Forberg, IL Skarphedin	(44)	Bø i Telemark	13.02.1982
2.26	(1)	Anne Britt Særslund, Os TF	(51)	Os	27.03.1992
2.26	(1)	Mona Norheim, IF Klypetussen	(59)	Sævareid	12.02.1999
		(60)			
2.26	(1)KS	Bente Kjønstad, Frol IL	(72)	Stjørdal	15.02.2014
2.26	(1)	Else Lundestad Bakkelid, Gloppen FIL	(76)	Sandane	14.12.2017
2.25	(2)	Liv Gladheim Østreng, Høybråten & Stovner IL	(40)	Ås	08.03.1981
2.25		Anne Schiøtz Berentsen, Oppgård IL	(41)	Kolbotn	16.09.1985
2.25		Gunda Tronsmo, IL Nybrott	(52)	Sparbu	12.03.1994
2.25		Björg Hillersøy (Reknes), Florø T&IF	(52)	Svelgen	29.01.1995
2.25	(1)	Solgun Ellingsen, Ask Friidrett	(60)	Ask	18.01.2002
2.25	(1)KS	Randi Nymoens (-Jahren), Strømmen IF	(68)	Lillestrøm	15.02.2012
2.24	(1)	Astrid Askvik, Ask IL	(38)	Sotra	01.02.1981
2.24		Eli Vik, IL Hødd	(41)		27.01.1982
		(70)			
2.24		Inger Hagen, Vang IL	(43)	Moelv	06.03.1982
2.24		Marit Monen, Namdalseid IL	(44)	Namdalseid	06.02.1984
2.24		Sigrun Ropstad, Vennesla IL	(47)	Vennesla	27.09.1988
2.24	(3)	Inger Elisabeth Holter Holmgrunn, Oslo Politis IL	(49)	Mo i Rana	17.02.1990
2.24		Kristine Hagelund, IF Hellas	(68)	Drammen	07.03.2008
2.23		Grete Maren Myklestad, Sogndal IL	(42)		.1986
2.23	(1)	Tine Birkeland Sivertsen, Laksevåg T&IL	(77)	Laksevåg	07.01.2018
2.22		Hanna Damhaug, Vanvik IL	(37)	Vanvik	.02.1977
2.22	(1)	Ingebjørg Børretzen, Etne IL	(50)	Etne	08.03.1991
2.22		Berit Barhersen, Bakke IF	(55)	Skotselv	27.03.1995
		(80)			
2.22	(1)	Brita Gjerde, IL Harding	(61)	Kinsarvik	15.01.2003
2.22	(1)	Kate Moane Alnes, IK Tjalve	(61)	Drammen	22.03.2003
2.22	(2)	Bente Festøy, IL Tyrving	(61)	Sandvika	20.10.2004
2.22	(1)	Anita Buarøy Stenevik, Florø T&IF	(67)	Florø	02.02.2009
2.21		Oddrun Børseth, IL Nybrott	(41)	Hegra	27.02.1982
2.21	(1)	Anne Gerd Nysveen Djønne, IL Harding	(67)	Sekse	19.11.2008
2.21	(1)	Ingunn Elvebakk, Gloppen FIL	(72)	Sandane	27.10.2016
2.20		Helga Nerdal, Beitstad IL	(42)	Beitstad	15.03.1984
2.20	(1)	Eldbjørg Øen, Tertnes IL	(46)	Marikollen	21.02.1986
2.20		Lorens Marit Vilnes, FIL Vest-Jarl	(43)		.1987
		(90)			

2.20	(4)	Elisabeth F. Markussen, Larvik FIK	(47)	Oslo	21.01.1989
2.20		Anne M. Heggedal, Aurskog-Høland FIL	(50)	Bjørkelangen	31.03.1990
2.20	(1)	Marit Holmedal, IL Fenring	(57)	Laksevåg	09.02.1997
2.20	(1)	Sissel Walderhaug, IL Valder	(62)	Valderøy	24.01.2003
2.20	(1)	Else-Beate Lerfald, Hegra IL	(72)	Hegra	08.03.2012
2.20	(1)	Astrid Midbøe Ramstad, GTI	(73)	Sandnes	30.10.2014
2.19		Ellen Frydendal, Vennesla IL	(43)	Vennesla	10.10.1983
2.19	(1)	Helga Marit Færø, Eikanger IL	(60)	Ostereidet	21.01.2003
2.19	(1)	Helga Reigstad, Osterøy IL	(72)	Hatland	05.03.2012
2.19	(1)	Solfrid Utheim Rygg, Gloppen FIL	(69)	Hyen	07.03.2012
		(100)			
2.18	(1)	Jannike Østli, GTI	(74)	Sandnes	12.12.2017
2.17		Turid Brurås, T&IL Hovding	(42)	Haukås	10.03.1983
2.17	(1)	Hilde Katrin Aa, Gloppen FIL	(71)	Hyen	13.02.2012
2.16		Margunn Midthjell, Fjellhug/Vereide IL	(39)	Sandane	04.03.1979
2.16		Ruth Thorsrud, Veldre IL	(35)	Veldre	16.03.1979
2.16	(1)	Ann-Irene Lerfald, Hegra IL	(74)	Stjørdal	06.03.2016
2.15	(1)	Bente Liland, FIK BFG Fana	(62)	Ytrebygda	12.04.2002
2.15		Jorunn Ellefsen, Sørild FIK	(63)	Grimstad	10.02.2003
2.15	(1)	Ingrid Børsheim, Fana IL	(61)	Fana	16.02.2004
2.15	(1)	Birgitte Marie Storvik, Nittedal IL	(68)	Nittedal	10.02.2008
		(110)			
2.15	(1)	Tanja Elisabeth Surdal, Moi IL	(71)	Sandnes	12.02.2012
2.15	(4)KS	Lillian Dramsdahl, Namsen FIF	(73)	Asker	03.04.2013

Alternativt resultat / Alternative result:

2.33	(1)	Else Lundestad Bakkelid, Gloppen FIL	(76)	Sandane	17.12.2015
------	-----	--------------------------------------	------	---------	------------

Lengde u.t. / Standing Long Jump kvinner 45-49 år / Women 45-49 years - 2.05

2.55	(1)	Elin Bjørge (Madsen), Sandefjord T&IF	(76)	Tønsberg	19.01.2023
2.53		Trude Holm, Sparbu IL	(52)	Steinkjer	16.03.1997
2.53	(1)	Inger Lise Sundheim, Ullensaker/Kisa IL	(55)	Drammen	22.03.2003
2.52	(1)	Björg Dombestein Lofsnæs, Leirgulen IL	(47)	Leirgulen	18.01.1994
2.43	(1)	Reidun Rushfeldt, Vadsø TF	(45)	Vadsø	14.04.1991
2.43	(1)KS	Unn Merete (Lie) Jæger, Aremark IF	(71)	Rud	06.02.2016
2.41	(1)	Åshild Rygg Tonning, Stord IL	(77)	Leirvik	08.09.2025
2.36	(2)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Stange	24.03.2001
2.36	(1)	Margit Katrine Strand McAdam, Bækkelaget SK	(78)	Oslo/Be	28.09.2023
2.35	(1)	Randi Nilsen Torgersen, IL Fenring	(59)	Ravnanger	14.01.2004
		(10)			
2.34	(1)	Britt Eva Fauskanger Brurås, IL Norna-Salhus	(65)	Haukås	17.03.2012
2.32	(1)	Inger Stensrud Sørlien, Gjøvik FIK	(43)	Oslo	21.01.1989
2.32	(1)	Inger Bækken Kulstad, Steinkjer FIK	(48)	Stange	27.02.1993
2.30		Björg (Hillersøy) Reknes, Florø T&IF	(52)	Florø	06.03.1998
2.30		May Britt Knygh Brekk, Sømna IL	(51)	Vik i Helgeland	09.03.2000
2.30	(1)	Maya Pedersen, Gausdal FIK	(72)	Hvam	09.03.2019
2.29	(1)	Grethe Bolstad, Bolstadøyri TL	(35)	Voss	10.12.1982
2.29		Marit Hufli, IL Flint	(53)	Tønsberg	17.01.2000
2.28	(1)	Elise Marie Wåle, Larvik FIK	(42)	Mo i Rana	17.02.1990
2.28		Britt Fredheim Øia Hantveit, IF Eiker-Kvik	(54)		.2001
		(20)			
2.27	(1)KS	Marit Solheim Hytten, Tønsberg FIK	(73)	Tønsberg	19.07.2021
2.26		Gerd Mjelde, Bærum SK	(33)	Oslo	04.03.1982
2.26	(1)KS	Tone Dale Lindgren, IF Herkules	(65)	Eidanger	29.01.2012
2.26	(1)KS	Tone Beatrice Sæthermoen, IL i BUL-Tromsø	(69)	Tromsø	21.02.2014
2.26	(1)	Åshild Jenssen, Sandefjord T&IF	(70)	Tønsberg	28.01.2016
2.25	(1)	Laila Bernes (Pedersen), Mjøsdalen IL	(50)	Mjøsdalen	18.01.1995
2.25	(1)	Anne Gerd Nysveen Djønne, IL Harding	(67)	Sekse	15.02.2012
2.25	(7)KS	Hilde Gundersen, Fyllingen Friidrett	(74)	Laksevåg	12.01.2019
2.24		Inger Ramberg Røthe, Sparbu IL	(49)	Sparbu	12.03.1994
2.24	(1)	Grete Bjørdalsbakke Mo, Ørsta IL	(60)	Ørsta	06.01.2005
		(30)			
2.24	(1)	Unn-Christin Lande, Sarpsborg IL	(68)	Sarpsborg	26.03.2015
2.23		Jorunn Sundal, Florø T&IF	(47)		.1993
2.23		Ellinor Bentzen Fossetøl, IK Grane	(61)	Arendal	03.03.2008
2.23	(1)	Elin Hundven Eliassen, Ask Friidrett	(73)	Haukås	19.03.2022
2.22	(1)	Marta Rongved Dixon, Fana IL	(68)	Laksevåg	10.01.2015
2.21	(1)	Eva Nilsen, IL Fenring	(37)	Kleppestø	05.12.1982
2.21	(2)	Sigrun Hanstveit, IL Fenring	(51)	Ravnanger	11.03.1996
2.21		Gjertrud Sandaker, Sørild FIK	(54)	Tvedestrand	13.02.2002
2.21	(1)	Merete Røthing, Haugesund IL	(58)	Haugesund	23.01.2004
2.21	(1)	Mona Norheim, IF Klypetussen	(59)	Etne	04.03.2005
		(40)			

2.21	(1)	Hege Danielsen, IK Grane	(73)	Grimstad	10.03.2018
2.20		Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Lørenskog	18.02.2002
2.19		Marit Qvale, Hvam IL	(28)	Hvam	30.01.1974
2.19	(1)	Astrid Askvik, Ask IL	(38)	Kleppestø	20.02.1986
2.19	(1)	Inger Marie Råna, Froland IL	(42)	Tjølling	28.02.1987
2.19		Liv Iversen, Steinkjer FIK	(50)	Grong	18.03.1995
2.19	(1)	Mola Halstenssen, Lysekloster IL	(51)	Lysekloster	23.03.1996
2.19		Anne Marie Mjellem, Gloppen FIL	(58)	Hyen	26.02.2004
2.19	(1)	Ellinor Bentzen Fossestøl, IK Grane	(61)	Arendal	23.02.2006
2.18		Grethe Maren Myklestad, Sogndal IL	(42)		.1987
		(50)			
2.18	(2)	Grete Rivenes, Gjøvik FIK	(48)	Stange	04.03.1995
2.18	(1)	Ingrid Børshheim, Fana IL	(61)	Fana	13.03.2006
2.17		Vera Lill Skarnes, Oslo Politis IL	(39)	Oslo	27.03.1986
2.17	(1)	Ingebjørg Børretzen, Etne IL	(50)	Etne	23.02.1996
2.17	(1)	Gunn Heidi Rørmark, Sømna IL	(65)	Vik i Helgeland	07.04.2011
2.16	(1)	Runa Nygård, Ask Friidrett	(54)	Ask	12.03.1999
2.16	(1)	Solgun Ellingsen, Ask Friidrett	(60)	Ask	17.03.2006
2.16	(1)	Anne-Gunn Warhuus Eriksen, Fana IL	(68)	Fana	28.09.2013
2.15		Sigrun Ropstad, Vennesla IL	(39)	Vennesla	30.09.1986
2.15	(1)	Lorense Marit Vilnes, FIL Vest-Jarl	(43)	Os	21.02.1988
		(60)			
2.15	(1)	Helga Marit Færø, Eikanger IL	(60)	Ostereidet	24.01.2006
2.14		Karin Eftedal, IL Flint	(50)	Tjølling	17.03.1995
2.14	(1)	Guri Listad Kåshagen, Moelven IL	(63)	Moelv	27.04.2012
2.13		Susanna Wold, Byåsen IL	(40)	Trondheim	10.01.1989
2.13		Synnøve Helstad, Veldre IL	(50)	Stange	02.04.1995
2.13	(1)	Monica Marthinussen-Nag, Ask Friidrett	(76)	Haukås	14.02.2025
2.12		Grete Lise W. Hansen, Larvik FIK	(41)	Tjølling	12.03.1987
2.12	(1)	Kate Moane Alnes, Stovnerkameratene	(61)	Oslo/Ek	03.04.2008
2.12	(1)	Sille Winsnes, Ås IL	(63)	Ås	23.02.2009
2.12	(1)KS	Nanna Bjone, IL Sandvin	(67)	Sande	12.10.2016
		(70)			
2.12	(1)KS	Marianne Aarnes, Bækkelagets SK	(73)	Oslo/Be	24.02.2020
2.11	(1)	Ingrid Husdal, Mjøsdalen IL	(46)	Fotlandsvåg	16.02.1992
2.11	(3)	Torill Dolvik, IL Fenring	(49)	Ravnanger	11.03.1996
2.11	(2)	Merete Fauske, Laksevåg T&IL	(66)	Hatland	22.01.2012
2.11	(1)	Helga Reigstad, Osterøy IL	(72)	Hatland	13.02.2017
2.10		Torunn Aarre, Tertnes IL	(33)	Mjølkeraen	19.02.1982
2.10		Greta Folvik, IL Nybrott	(46)	Lånke	21.03.1991
2.10		Ingeborg Marit Berg, Singsås IL	(58)	Trondheim	08.03.2003
2.10	(1)	Kristine Rogstad, Ås IL	(69)	Ski	21.09.2016
2.10	(3)	Lene Christensen, IK Grane	(74)	Hvam	09.03.2019
		(80)			
2.10	(1)KS	Kristin Urnes, Haugesund IL	(75)	Haugesund	18.12.2024
2.09		Sølvi Bratt, Rana FIK	(43)	Mo	02.12.1991
2.09		Inger Elisabeth Holter Holmgrunn, Oslo Politis IL	(49)	Oslo/Politihuset	21.03.1994
2.09	(2)	Ellen Merethe Dunseth, Kvinesdal IL	(51)	Stange	01.03.1997
2.09		Milda Rygg Ness, Viksdalen IL	(57)	Viksdalen	12.03.2002
2.08		Herborg Ninni Blakstad, FIL Vest-Jarl	(42)	Askøy	05.12.1987
2.08		Erna Krogsti, Veldre IL	(50)	Moelv	30.09.1995
2.08		Gunda Tronsmo, IL Nybrott	(52)	Stjørdal	13.03.1999
2.08		Kjellfrid Åsnes Gloppstad, Gloppen FIL	(57)	Austrheim	13.03.2003
2.08	(1)	Jeanette Svanberg Eliassen, Larvik T&IF	(68)	Hvam	12.03.2016
		(90)			
2.07	(2)	Hege Landgraff, IL Tyrving	(57)	Sandvika	04.01.2003
2.06	(2)	Marit Børresen, Sandefjord T&IF	(40)	Åstveit	09.03.1985
2.06		Randi Skjervold, Inderøy IL	(39)	Inderøy	05.02.1986
2.06		Eva Gylseth, Mo IL	(38)	Mo i Rana	10.04.1986
2.06	(1)	Inger Jørgensen, Ask Friidrett	(77)	Haukås	18.11.2024
2.05		Astrid Grønli, Mo IL	(42)	Mo i Rana	10.02.1987
2.05	(1)	Kari H. Kvamme, Vikebygd IL	(46)	Vikebygd	26.03.1992
2.05	(1)	Bente Rosvold Midtun, Osterøy IL	(58)	Bruvik	26.01.2007
2.05	(2)	Marit Sahr Bergheim, Oslo Politis IL	(78)	Hvam	16.02.2025

Alternativt resultat / Alternative result:

2.32	(1)	Hilde Gundersen, Fyllingen Friidrett	(74)	Fana	16.12.2018
2.29	(2)40	Heidi Pisani Trollsås, Bækkelagets SK	(80)	Oslo/Be	26.09.2024
2.24		Wenche Hjelmseth, Rana FIK	(55)	Mo i Rana	13.12.1999
2.21	(1)40	Ingunn Elvebakk, Gloppen FIL	(72)	Sandane	27.10.2016
2.09	(1)	Astrid Midbøe Ramstad, GTI	(73)	Sandnes	12.12.2017
2.08	(1)	Kristin Urnes, Haugesund IL	(75)	Haugesund	04.02.2024

Lengde u.t. / Standing Long Jump kvinner 50-54 år / Women 50-54 years - 1.95

2.47	(1)	Inger Lise Sundheim, Ullensaker/Kisa IL	(55)	Stange	01.04.2006
2.43	(1)	Bjørge Dombestein Lofnes, Leirgulen IL	(47)	Leirgulen	23.01.1997
2.40	(1)	Kari-Esther Selvaag Høgevoid, Sørild FIK	(64)	Hvam	04.03.2017
2.38	(1)	Gerd Mjelde, Bærum SK	(33)	Vågsbygd	10.03.1984
2.35	(1)KS	Elisabeth Grimstad Kirkebø, Hareid IL	(74)	Ulsteinvik	18.01.2026
2.34	(2)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Stange	01.04.2006
2.34	(1)	Elin Hundven Eliassen, Ask Friidrett	(73)	Haukås	09.02.2024
2.32	(1)	Anita Bolstad Raa, Fana IL	(66)	Laksevåg	07.01.2018
2.30	(1)	Grethe Bolstad, Bolstadøyri TL	(35)	Kleppestø	26.01.1986
2.30	(4)KS	Anne Brit Skjæveland Sandberg, Sandnes IL	(62)	Sandnes	31.10.2013
(10)					
2.27	(1)	Grete Rivenes, Gjøvik FIK	(48)	Stange	28.02.1998
2.27	(1)	Marit Huflåtten, IL Flint	(53)	Drammen	22.03.2003
2.26	(3)KS	Hilde Gundersen, Fyllingen Friidrett	(74)	Haukås	06.04.2025
2.22	(1)V	Maylem Lauvstad, IL Tyrving	(73)	Askim	07.01.2023
2.21	(1)	Elise Marie Wåle, Larvik FIK	(42)	Stange	27.02.1993
2.20	(1)	Gro Døhl, GTI	(61)	Sandnes	30.10.2014
2.20	(1)	Britt Eva Fauskanger Brurås, IL Norna-Salhus	(65)	Haukås	07.03.2015
2.20	(1)	Ragnhild Gulvik, Larvik T&IF	(63)	Tønsberg	02.02.2017
2.20	(2)	Claire Phytian, Ullensaker/Kisa IL	(73)	Hvam	31.01.2026
2.19	(1)	Ragnhild Solli, Sømna IL	(59)	Vik i Helgeland	07.04.2011
(20)					
2.18	(1)	Bodil Byhre (Hestmann), Fossum IF	(28)	Oslo	14.03.1982
2.18		Margot Haave, IL Tyrving	(53)	Sandvika	02.04.2003
2.18	(3)KS	Stine Lombnæs, Lillehammer IF	(72)	Lillehammer	17.09.2023
2.18	(6)KS	Cecile Brekke Rygh, Fyllingen IL	(74)	Haukås	29.09.2024
2.17	(4)KS	Gunn Eliassen, Nesbyen IL	(67)	Rud	10.02.2018
2.17	(1)	Maria Birgitte Nerdrum, Asker SK	(66)	Hvam	09.03.2019
2.16	(1)	Astrid Askvik, Ask IL	(38)	Odda	27.02.1988
2.16	(1)	Susanna Wold, Byåsen IL	(40)	Mo i Rana	17.02.1990
2.16	(1)	Inger Ramberg Røthe, Sparbu IL	(49)	Stange	20.03.1999
2.16		Bjørge (Hillersøy) Reknes, Florø T&IF	(52)	Florø	15.02.2002
(30)					
2.16		May Britt Knygh Brekk, Sømna IL	(51)	Vik i Helgeland	16.03.2002
2.15	(1)KS	Gunn Heidi Rørmark, Sømna IL	(65)	Vik i Helgeland	30.04.2015
2.13	(1)	Trud Nybø, Florø T&IF	(56)	Florø	29.01.2007
2.13	(1)	Kate Moane Alnes, Stovnerkameratene	(61)	Stange	29.01.2011
2.12		Eva Nilsen, IL Fenring	(37)		.1987
2.12	(2)	Marta Rongved Dixon, Fana IL	(68)	Laksevåg	07.01.2018
2.12	(1)	Ashild Jenssen, Sandefjord T&IF	(70)	Tønsberg	19.01.2023
2.11		Elisabeth Fagerli Markussen, Sandefjord T&IF	(47)	Tjølling	24.03.2000
2.11	(1)	Helen K. Røstad-Tollefsen, IL Tyrving	(64)	Rud	28.11.2016
2.11	(1)	Jeanette Svanberg Eliassen, Larvik T&IF	(68)	Larvik	25.02.2018
(40)					
2.11	(1)V	Bente Kjønstad, Frol IL	(72)	Stjørdal	28.08.2024
2.09		Unni Sæther, Fossum IF	(32)	Hosle toppen	06.03.1985
2.08		Torunn Aarre, Tertnes IL	(33)	Marikollen	17.02.1984
2.08	(1)	Kristin S. Kvisvik, Larvik T&IF	(64)	Tønsberg	21.02.2015
2.05		Tove Olsen, Mo IL	(35)	Mo i Rana	25.11.1985
2.05	(1)	Lorense Marit Vilnes, Mjøsdaalen IL	(43)	Os	16.01.1994
2.05		Jorunn Sundal, Florø T&IF	(47)	Florø	14.02.2000
2.05	(1)V	Kjellaug Litland, Laksevåg T&IL	(71)	Laksevåg	15.12.2023
2.03		Kirsten Løes Narum, Oslo IL	(38)	Oslo	01.04.1989
2.03	(1)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdaalen IL	(42)	Bergen/Haukelands hallen	23.01.1994
(50)					
2.03	(1)	Doris Norbye, IL Nordlys	(53)	Karasjok	27.03.2005
2.03	(2)	Berit Marstein Kristiansen, Heggedal FIK	(65)	Rud	19.11.2015
2.02	(1)	Toril Lauritsen Nyborg, Steinkjer FIK	(67)	Steinkjer	22.09.2018
2.01		Kirsti Orheim Ås, Mjøsundet IL	(32)	Foldfjorden	17.04.1985
2.01	(1)	Runa Nygård, Ask Friidrett	(54)	Hatland	25.01.2004
2.01	(2)	Heidi Barth Andersen, Larvik T&IF	(61)	Tønsberg	21.02.2015
2.01	(2)	Ragnhild Lie Anderson, IL Bjarg	(69)	Haukås	29.02.2020
2.01	(1)	Helga Reigstad, Osterøy IL	(72)	Hatland	17.01.2022
2.00	(2)	Ellen Merethe Dunseth, Kvinesdal IL	(51)	Drammen	22.03.2003
1.99		Bodil Stimo Robertsen, Rana FIK	(39)	Mo i Rana	22.01.1990
(60)					
1.99		Oddbjørg Haakensveen, Veldre IL	(45)	Moelv	07.01.1995
1.98	(1)	Mari Tuulikki Kjølberg, Romerike Friidrett	(72)	Stange	29.01.2023
1.97		Jorunn Halleland, Klepp IL	(33)	Klepp	20.01.1984
1.97	(1)	Kari Reidun Dalland, FIK BFG Fana	(54)	Stavollen	24.01.2005
1.96		Reidun Auran, Mo IL	(29)	Mo i Rana	20.01.1984
1.96	(1)	Mette Bøthun, Laksevåg T&IL	(57)	Laksevåg	23.02.2007
1.95		Svanhild Sivertsen, Mo IL	(36)	Mo i Rana	10.02.1987
1.95	(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdaalen IL	(34)	Mjøsdaalen	11.02.1988
1.95	(1)	Randi Nilsen Torgersen, IL Fenring	(59)	Ravnanger	17.03.2010

Alternativt resultat / Alternative result:

2.50	(1)	Inger Lise Sundheim, Ullensaker/Kisa IL	(55)	Eidsvoll	31.10.2004
2.12	(1)KS	Nanna Bjone, IL Sandvin	(67)	Sande	12.10.2016
2.10	(1)KS	Kristin Urnes, Haugesund IL	(75)	Haugesund	18.12.2024
2.05	(1)45	Helga Reigstad, Osterøy IL	(72)	Haus	24.11.2021
2.01	(1)	Runa Nygård, Ask Friidrett	(54)	Ask	14.11.2003
1.96	(1)	Ingvild Storås, IL Tyrving	(65)	Rud	29.10.2014

Lengde u.t. / Standing Long Jump kvinner 55-59 år / Women 55-59 years - 1.85

2.47	(1)	Inger Lise Sundheim, Ullensaker/Kisa IL	(55)	Oslo/Bi	31.08.2012
2.28		Gerd Mjelde, Bærum SK	(33)	Oslo	12.03.1988
2.24	(1)	Bodil Byhre (Hestmann), Fossum IF	(28)	Vågsbygd	10.03.1984
2.24	(1)	Margot Haave, IL Tyrving	(53)	Drammen	07.03.2009
2.24	(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Haukås	17.03.2012
2.22	(1)	Anne Karine Seland, Sørild FIK	(62)	Hvam	09.03.2019
2.20	(2)	Grethe Bolstad, Mjøsdalen IL	(35)	Ski	07.03.1992
2.20	(1)	Marit Hufli, IL Flint	(53)	Tønsberg	08.03.2008
2.18	()gu	Else Storhaug, Frøyland IL	(43)	Sandnes	25.09.2001
2.18	(1)	Kari-Esther Selvaag Høgevoll, Sørild FIK	(64)	Grimstad	26.03.2022
		(10)			
2.16	(2)	Heidi Barth (Andersen), Larvik T&IF	(61)	Hvam	09.03.2019
2.13	(2)	Jorunn Ellefsen, IL Express	(63)	Grimstad	26.03.2022
2.11		Kirsten Hveem, IL i BUL	(25)	Oslo	04.03.1982
2.10		Tove Lian, Rana FIK	(35)	Mo i Rana	04.12.1991
2.10	(1)	Inger Ramberg Røthe, Sparbu IL	(49)	Steinkjer	31.01.2004
2.09	(1)	Grete Rivenes, Gjøvik FIK	(48)	Drammen	22.03.2003
2.08		Unni Sæther, Oslo IL	(32)	Oslo	14.04.1988
2.08	(1)	Elise Marie Wåle, Larvik T&IF	(42)	Stange	25.03.2000
2.06	(1)	Ragnhild Lie Anderson, IL Bjarg	(69)	Haukås	09.02.2024
2.05	(1)	Herdis Elin Lexau, Florø T&IF	(54)	Florø	02.02.2009
		(20)			
2.04	(2)	Jorunn Ellefsen, IL Express	(63)	Grimstad	10.03.2018
2.03		Reidun Auran, Mo IL	(29)	Mo i Rana	15.03.1985
2.03	(1)	Ragnhild Gulvik, Larvik T&IF	(63)	Larvik	03.01.2019
2.02		Karen Svendsen, Hannevikas IL	(34)	Vågsbygd	18.09.1991
2.00		Liv Hansteen, Vadsø TF	(27)	Vadsø	.1982
2.00	(1)	Astrid Askvik, Ask IL	(38)	Ask	19.01.1996
2.00		Laila Bruskeland, IL Flint	(45)	Slagen	01.02.2003
2.00	(1)	Rigmor Jønnum Grimnes, Kongsberg IF	(55)	Stange	29.01.2011
2.00	(1)	Nicole Bente Marie Minker, IL Tyrving	(69)	Hvam	16.02.2025
1.97	(2)KS	Ragnhild Solli, Sømna IL	(59)	Vik i Helgeland	02.02.2017
		(30)			
1.96	(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Hauge	01.03.1990
1.95		Kirsti Orheim Ås, Mjosundet IL	(32)	Mjosundet	15.03.1988
1.95	(1)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Hatland	18.02.2001
1.93	(1)	Britt Eva Fauskanger Brurås, IL Fri	(65)	Indre Arna	15.08.2024
1.92	(1)	Kate Moane Alnes, Larvik T&IF	(61)	Hvam	12.03.2016
1.92	(1)	Kari Nordaas Kulkarni, Sandnes IL	(71)	Haugesund	15.02.2026
1.91		Agnes Christiansen, Vadsø TF	()	Vadsø	20.06.1984
1.91	(1)	Marianne Gamst, Drøbak-Frogn IL	(68)	Hvam	31.01.2026
1.90	(1)	Randi Loftås, Osterøy IL	(27)		14.11.1984
1.90	(1)	Siv Johanne Grønmo, Lånke IL	(69)	Stange	28.01.2024
		(40)			
1.89	(1)	Doris Norbye, IL Nordlys	(53)	Karasjok	30.12.2011
1.88	(2)	Mette Moen, Sørild FIK	(62)	Grimstad	12.03.2019
1.88	(1)	Marianne Johansen Myrbraaten, Ski IL	(68)	Rud	18.12.2023
1.87	(1)	Randi Kleppe, Osterøy IL	(49)	Hatland	15.01.2006
1.87	(2)	Ellen Merethe Dunseth, Lyngdal IL	(51)	Stange	02.02.2008
1.87	(1)	Britt Inger Olsen, IL Ilar	(56)	Vadsø	15.02.2015
1.86		Kari Ro, Mo IL	(30)	Mo i Rana	10.02.1987
1.86	(1)	Frida Larsen, IF Klypetussen	(42)	Sæhareid	17.01.1997
1.86		Randi Hines, Rana FIK	(44)	Mo i Rana	07.02.2000
1.85	(1)	Ingunn Rongved, Osterøy IL	(32)	Valestrandsfossen	22.01.1990
		(50)			
1.85		Else Valla, Rana FIK	(47)	Mo i Rana	10.12.2002

Alternativt resultat / Alternative result:

2.14	(1)	Gro Døhl, GTI	(61)	Stavanger	29.09.2015
2.06	(1)50	Hildegunn Hausken, Haugesund IL	(69)	Haugesund	13.12.2023
2.02		Else Storhaug, Frøyland IL	(43)	Frøyland	04.02.2000
1.93	(1)	Anne Grete Kristiansen, Heggedal FIK	(65)	Nittedal	30.08.2019
1.92	(1)50	Kari Nordaas Kulkarni, Sandnes IL	(71)	Sandnes	27.10.2025
1.91	(2)	Britt Eva Fauskanger Brurås, IL Fri	(65)	Haukås	09.02.2024

Lengde u.t. / Standing Long Jump kvinner 60-64 år / Women 60-64 years - 1.75

2.25	(1)	Gerd Mjelde, Bærum SK	(33)	Heggedal	11.03.1995
2.17	(1)	Marit Huflåtten, Sandefjord T&IF	(53)	Haukås	07.03.2015
2.16	(1)	Anne Karine Seland, Sørild FIK	(62)	Grimstad	26.03.2022
2.11	(1)	Heidi Barth (Andersen), Larvik T&IF	(61)	Hvam	23.10.2021
2.10		Tove Lian, Rana FIK	(35)	Mo i Rana	11.12.1995
2.09		Bodil (Byhre) Hestmann, Oslo IL	(28)	Oslo	13.01.1988
2.06	(1)	Margot Haave, IL Tyrving	(53)	Gjønnnes	27.01.2013
2.04	(1)	Elise Marie Wåle, Larvik T&IF	(42)	Drammen	22.03.2003
2.01	(1)	Jorun Nygaard, Oslo IL	(29)	Ski	07.03.1992
1.97	(1)	Grete Rivenes, Gjøvik FIK	(48)	Drammen	07.03.2009
(10)					
1.97	(1)	Oddrun Alstad, Lånke IL	(55)	Stjørdal	06.03.2016
1.96	(1)	Britt Eva Fauskanger Brurås, IL Fri	(65)	Indre Arna	21.08.2025
1.93	(1)	Randi Loftås, Osterøy IL	(27)	Osterøy	12.03.1987
1.93	(1)	Astrid Askvik, Ask Friidrett	(38)	Ask	13.03.1998
1.93	(1)	Ragnhild Gulvik, Larvik T&IF	(63)	Tønsberg	19.01.2023
1.92	(1)KS	Ragnhild Solli, Sømna IL	(59)	Berg i Sømna	19.01.2022
1.90	(2)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdaalen IL	(42)	Drammen	06.04.2002
1.88	(1)	Unni Sæther, Oslo IL	(32)	Heggedal	15.02.1992
1.88	(1)	Liv Torill Thoresen, Ålesund FIK	(58)	Haukås	29.02.2020
1.87	(1)	Lilli Tandberg, Østre Tromøy T&IK	(27)	Tjølling	28.02.1987
(20)					
1.87		Reidun Auran, Mo IL	(29)	Mo i Rana	10.01.1989
1.87	(1)	Solgun Ellingsen, Ask Friidrett	(60)	Ask	29.11.2021
1.86	(1)	Laila Bruskeland, IL Flint	(45)	Slagen	14.02.2006
1.86	(1)	Oddbjørg Haakensveen, Veldre Friidrett	(45)	Moelv	24.03.2009
1.86	(1)	Hege Selnes, Bækkelagets SK	(60)	Oslo/Ek	18.04.2023
1.85		Astrid Kruse, Vennesla IL	(24)	Vennesla	03.10.1985
1.85	(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdaalen IL	(34)	Bergen/Haukelandsballen	23.01.1994
1.85	(2)	Herdis Elin Lexau (Hanebrekke), Florø T&IF	(54)	Haukås	07.03.2015
1.85	(2)	Kate Moane Alnes, GTI	(61)	Grimstad	26.03.2022
1.84		Martha Gjervoldstad, Greipstad IL	(19)	Greipstad	12.08.1990
(30)					
1.84	(1)	Anne Grete Hafstad Thorsen, IL Fri	(50)	Haugesund	02.03.2013
1.84	(1)	Bodil Hjellevik Askeland, Osterøy IL	(63)	Haukås	18.11.2024
1.83	(1)	Janice Terjesen Flaathe, GTI	(59)	Larvik	06.02.2020
1.82	(1)	Mette Bøthun, Laksevåg T&IL	(57)	Laksevåg	07.01.2018
1.78	(1)	Doris Norbye, IL Nordlys	(53)	Karasjok	30.12.2013
1.77	(2)	Randi Kleppe, Osterøy IL	(49)	Haukås	17.03.2012
1.77	(2)	Eldbjørg Sanden Søvik, IL Fri	(56)	Laksevåg	22.02.2020
1.75		Olga Thorseth, Mo IL	(23)	Mo i Rana	20.07.1996
1.75	(1)	Trina Veseth, Arna T&IL	(32)	Ytre Arna	26.03.1992
1.75	(2)	Kirsten Kvammen, Tvedestrand T&IF	(37)	Stange	01.03.1997
(40)					
1.75	(1)	Edith Aasenhuus, Oslo IL	(44)	Drammen	19.03.2004
1.75	(1)	Tove Irene Hass Sund, Sømna IL	(50)	Vik i Helgeland	11.10.2014
1.75	(3)KS	Britt Inger Olsen, IL Ilar	(56)	Nesseby	29.12.2019
1.75	(2)	Hege Therese Syvertsen, Tvedestrand T&IF	(59)	Hvam	23.10.2021

Alternativt resultat / Alternative result:

1.93	(1)	Britt Eva Fauskanger Brurås, IL Fri	(65)	Indre Arna	15.08.2024
------	-----	-------------------------------------	------	------------	------------

Ubekreftet / Not confirmed:

1.90		Lilli Tandberg, Østre Tromøy T&IK	(27)		
------	--	-----------------------------------	------	--	--

Lengde u.t. / Standing Long Jump kvinner 65-69 år / Women 65-69 years - 1.65

2.34	(1)	Inger Lise Sundheim, Ullensaker/Kisa IL	(55)	Ås	06.11.2022
2.20	(1)	Gerd Mjelde, Bærum SK	(33)	Heggedal	11.02.1998
2.15	(1)	Marit Huflåtten, Tønsberg FIK	(53)	Tønsberg	06.02.2018
2.07	(2)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Stange	28.01.2024
2.02	(2)	Liv Torill Thoresen, Ålesund FIK	(58)	Hvam	16.02.2025
1.98	(1)	Oddrun Alstad, Lånke IL	(55)	Stjørdal	19.01.2020
1.96	(1)	Ruth Bakke Haug, IL Fri	(47)	Os	01.04.2014
1.92	()	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Sogndal	02.10.2007
1.91		Tove Helen Lian, Rana FIK	(35)	Mo i Rana	10.12.2002
1.90	(2)	Anne Grete Taugbøl, Bækkelagets SK	(53)	Oslo/Ek	05.04.2022
(10)					
1.89	(1)	Solgun Ellingsen, Ask Friidrett	(60)	Haukås	17.11.2025
1.88	(1)	Randi Loftås, Osterøy IL	(27)	Valestrandsfossen	16.11.1992
1.88		Bodil (Byhre) Hestmann, Oslo IL	(28)	Heggedal	09.12.1995
1.88	(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdaalen IL	(34)	Lonevåg	25.11.1999
1.84	(1)	Grete Rivenes, Gjøvik FIK	(48)	Haugesund	02.03.2013
1.83	(1)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdaalen IL	(42)	Hatland	03.02.2007
1.79	(2)KS	Ragnhild Solli, Sømna IL	(59)	Berg i Sømna	17.01.2024
1.76	(1)	Ingunn Rongved, Osterøy IL	(32)	Valestrandsfossen	10.03.1997
1.73	(1)	Eldbjørg Sanden Søvik, IL Fri	(56)	Haukås	18.11.2024
1.72		Astrid Skjelbred, Bryne FIK	(34)	Frøyland	17.03.2000
(20)					

1.72	(1)	Kate Alnes, Romerike Friidrett	(61)	Oslo/St	12.05.2026
1.70	(1)	Astrid Askvik, Ask Friidrett	(38)	Ask	11.03.2005
1.70	(2)	Ann Helen Frivold, IL Tyrving	(57)	Rud	18.12.2023
1.67		Unni Sæther, Oslo IL	(32)	Bærum/Gr	08.08.1998
1.66	(1)	Åse Wikshåland, Bækkelagets SK	(59)	Oslo/Bk	12.05.2026

Alternativt resultat / Alternative result:

1.84	(1)	Astrid Askvik, Ask Friidrett	(38)	Ask	15.11.2002
1.75	(1)60	Tove Irene Hass Sund, Sømna IL	(50)	Vik i Helgeland	11.10.2014

Lengde u.t. / Standing Long Jump kvinner 70-74 år / Women 70-74 years

2.33	(1)	Inger Lise Sundheim, Ullensaker/Kisa IL	(55)	Hvam	16.02.2025
2.11	(1)	Marit Hufliåten, Tønsberg FIK	(53)	Tønsberg	16.01.2024
2.11	(2)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Hvam	31.01.2026
2.06	(1)	Anne Grete Taugbøl, Bækkelagets SK	(53)	Oslo/Ek	18.04.2023
1.99	(1)	Gerd Mjelde, Bærum SK	(33)	Drammen	19.03.2004
1.92	(2)	Åse Nyland, Gjøvik FIK	(33)	Drammen	22.03.2003
1.78	(1)	Elise Marie Wåle, Larvik T&IF	(42)	Haukås	07.03.2015
1.72	(3)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdaalen IL	(34)	Drammen	19.03.2004
1.72	(2)	Tove Helen Lian, Rana FIK	(35)	Stange	26.02.2005
1.70	(1)	Emma Stuberg Grønmo, Stjærdal FIK	(44)	Stjærdal	05.02.2017
	(10)				
1.68	(1)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdaalen IL	(42)	Oslo/Bi	31.08.2012
1.65	(1)	Bodil (Byhre) Hestmann, Oslo IL	(28)	Stange	28.02.1998
1.61	(1)	Harriet Egeland, Hannevikas IL	(18)	Oslo	23.02.1991
1.60	(1)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdaalen IL	(42)	Hvam	12.03.2016
1.59	(1)	Asta Johannesen, Kristiansands IF	(20)	Stange	27.02.1993
1.55	(2)KS	Randi Kleppe, Osterøy IL	(49)	Haus	27.11.2019
1.45	(1)	Reidun Thunestveit, IL Fri	(33)	Garnes	12.02.2007
1.41gu	(1)	Sonja Magnhild Nyby, Porsanger IL	(40)	Lakselv	07.09.2011

Alternativt resultat / Alternative result:

1.62	(1)	Randi Loftås, Osterøy IL	(27)	Valestrandsfossen	30.12.1996
1.61gu	(1)	Sonja Magnhild Nyby, Porsanger IL	(40)	Lakselv	04.08.2009
1.53	(1)	Randi Kleppe, Osterøy IL	(49)	Haukås	27.10.2018

Lengde u.t. / Standing Long Jump kvinner 75-79 år / Women 75-79 years

1.77	(1)	Åse Nyland, Gjøvik FIK	(33)	Drammen	07.03.2009
1.66	(1)	Elise Marie Wåle, Larvik T&IF	(42)	Tønsberg	25.11.2021
1.55	(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdaalen IL	(34)	Hatland	16.01.2010
1.44	(1)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Sogndal	29.10.2017
1.42	(2)	Herborg Ninni Blakstad, IL Gular	(42)	Haukås	29.02.2020
1.40	(1)	Randi Kleppe, Osterøy IL	(49)	Haus	26.11.2025
1.36	(1)	Bodil Hestmann, Oslo IL	(28)	Drammen	22.03.2003
1.20gu	(1)	Hild Opdøhl, Porsanger IL	(38)	Lakselv	29.09.2014

Alternativt resultat / Alternative result:

1.65	(1)	Elise Marie Wåle, Larvik T&IF	(42)	Hvam	09.03.2019
1.37gu	(1)70	Sonja Magnhild Nyby, Porsanger IL	(40)	Lakselv	29.09.2014

Lengde u.t. / Standing Long Jump kvinner 80-84 år / Women 80-84 years

1.73	(1)	Elise Marie Wåle, Larvik T&IF	(42)	Tønsberg	17.02.2022
1.48	(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdaalen IL	(34)	Valestrandsfossen	14.03.2014
1.41	(1)	Herborg Ninni Blakstad, IL Gular	(42)	Ask	20.11.2023
1.32	(1)	Emma Stuberg Grønmo, Stjærdal FIK	(44)	Stjærdal	07.05.2024

Lengde u.t. / Standing Long Jump kvinner 85-89 år / Women 85-89 years

1.32	(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdaalen IL	(34)	Hatland	13.02.2019
------	-----	-----------------------------------	------	---------	------------

Lengde u.t. / Standing Long Jump kvinner 90-94 år / Women 90-94 years

1.05	(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdaalen IL	(34)	Fotlandsvåg	24.01.2024
------	-----	-----------------------------------	------	-------------	------------