

Norgesrekorder mangekamp Masters

pr. 31.10.2025

Nye noteringer fra siste sesong er merket med **rød skrift**

4-kamp kvinner

Poeng År

35	Inger Bækken Kulstad (48)	Steinkjer FIK	2487	87
40	Ragnhild Skei Andersen (44)	Moss IL	2330	87
45	Ragnhild Skei Andersen (44)	Moss IL	2701	90
50	Grete Rivenes (48)	Gjøvik FIK	2622	98
55	Gerd Mjelde (33)	Bærums Skiklubb	2402	88
60	Oddbjørg Haakensveen (45)	Veldre Friidrett	2669	07
65	Gerd Mjelde (33)	Bærums Skiklubb	2477	98
70	Gerd Mjelde (33)	Bærums Skiklubb	1968	03
75	Herborg Ninni Blakstad (42)	Gular IL	1434	19
80	Herborg Ninni Blakstad (42)	Gular IL	1480	24

5-kamp kvinner

35	Anne Marie Skjellaug (56)	Gjøvik FIK	2510	92
40	Grete Rivenes (48)	Gjøvik FIK	3313	92
45	Elise Marie Wåle (42)	FIK	2996	90
50	Grete Rivenes (48)	Gjøvik FIK	3118	00
55	Gerd Mjelde (33)	Bærums Skiklubb	3128	88
60	Kirsten Hveem (25)	IL i BUL	3249	87
65	Gerd Mjelde (33)	Bærums Skiklubb	2738	00
70	Gerd Mjelde (33)	Bærums Skiklubb	2022	06
75	Gerd Mjelde (33)	Bærums Skiklubb	1379	08

5-kamp kvinner – innendørs

40	Kari Kulkarni (71)	Sandnes IL	1920	15
45	Kari Kulkarni (71)	Sandnes IL	2441	20
50	Kari Kulkarni (71)	Sandnes IL	2503	24
60	Heidi Barth (61)	Larvik Turn & IL	3428	24

7-kamp kvinner

35	Mariann Sandsund (64)	Steinkjer FIK	3983	01
40	Lene Berger (81)	IL Tyrving	4749	24
45	Anny Undheim (56)	IL Framsteg	4785	02
50	Elise M. Wåle (42)	Larvik FIK	4406	95
55	Grethe Bolstad (35)	Bolstadøyri TL	4867	90
60	Heidi Barth (61)	Larvik Turn & IF	5224	22
65	Ruth Bakke Haug (47)	IL Fri	3149	14
70	Gerd Mjelde (33)	Bærums Skiklubb	3441	03

10-kamp kvinner

35	Anne Storslett (87)	Moelven IL	2628	23
----	---------------------	------------	------	----

5-kamp menn

35	Ola M Lerfald (33) IL	Dalebrand	3673	68
40	Knut Skramstad (37)	Kongsberg IF	3321	77
45	Knut Skramstad (37)	Kongsberg IF	3444	72
50	Einar J Svendgård (48)	Skogn IL	3590	99
55	Knut H Skramstad (37)	Kongsberg IF	3348	92
60	Gudmund Skrivervik (21)	T&IL	3504	83
65	Gudmund Skrivervik (21)	Stryn T&IL	3789	86
70	Knut Henrik Skramstad (37)	Kongsberg IF	3541	07
75	Knut Henrik Skramstad (37)	Tønsberg FIK	3223	12
80	Knut Henrik Skramstad (37)	Tønsberg FIK	2837	17
85	Knut Henrik Skramstad (37)	Tønsberg FIK	2271	22
90	Torgeir Brandvold (13)	Oslo IL	1735	03

5-kamp menn – innendørs

35	Magnus Dehli Vigeland (78)	Oslostudentenes IK	2789	17
40	Bård Inge Bø (77)	Fitjar IL	3058	17
45	Per Bård Ingar Venholen (75)	Hamar IL	2959	20
50	Oddvr Viulsrød (64)	Tønsberg FIK	3543	14
55	Frode Holt (64)	IF Sturla	3910	19
60	Frode Holt (64)	IF Sturla	3499	25
65	Knut Henrik Skramstad (37)	Kongsberg IF	3601	03
70	Kjartan Sølvberg (36)	Sandefjord T&IF	3730	08
75	Kjartan Sølvberg (36)	Sandefjord T&IF	3585	11
80	Knut Henrik Skramstad (37)	Tønsberg FIK	3523	17
85	Knut Henrik Skramstad (37)	Tønsberg FIK	2590	23

10-kamp menn

35	Ola M Lerfald (33)	IL Dalebrand	6552	70
40	Ivar Bredholt (45)	Rakkestad IF	6316	88
45	Einar Johan Svendgård (49)	Skogn IL	6801	95
50	Knut Skramstad (37)	Kongsberg IF	6715	87
55	Knut Skramstad (37)	Kongsberg IF	6738	92
60	Knut Skramstad (37)	Kongsberg IF	6723	97
65	Reidar Zapf-Gilje (51)	GTI	7487	16
70	Gudmund Skrivervik (21)	Horningdal IL	7225	91
75	Kjartan Sølvberg (36)	Sandefjord T&IF	6840	11
80	Trond Einar Furuly (44)	Stålkameratene IL	6554	24
85	Knut Skramstad (37)	Kongsberg IF	4601	24