

Hordaland FIK: Bestenoteringer utendørs**Gutter 13-19 år**

pr. 31.12.2023 (oppdatert 01.02.2024)

40m						
14	5.64	+0,2	Endre Myrdal Olsen, Laksevåg T&IL	(92)	Fana	27.09.2006
13	5.86	+1,3	Emil Gundersen, Fyllingen IL	(04)	Haukås	24.08.2017
	5.7	+0,1	Joakim Moss Grutle, Bremnes IL	(96)	Bremnes	10.09.2009
60m						
19	7.07	+0,5	Andreas Kristiansen, IL Gular	(81)	Fana	04.07.2000
	6.8	-1,9	Kjetil Espetvedt, IL Norna-Salhus	(71)	Fana	19.07.1990
18	7.03	+0,9	Erlend Sæterstøl, T&IL Hovding	(75)	Fana	27.07.1993
	6.8		Helge Svaar, Bergens TF	(41)	Bergen/Sk	04.10.1959
17	7.10	+2,0	Espen Harald Vågenes Ellingsen, IL Norna-Salhus	(86)	Fana	16.07.2003
	6.9	+1,8	Jørn Birknes, FIK BFG Fana	(74)	Fana	29.05.1991
16	7.13	+0,9	Filip Bøe, Fana IL	(00)	Fana	13.05.2016
	6.9	+0,2	Jørn Birknes, FIK BFG Fana	(74)	Fana	21.09.1990
15	7.20	+0,8	Pål Haugen Lillefosse, IL Gneist	(01)	Fana	14.09.2016
	7.0		Øyvind Hagen, Florvåg IF	(45)	Florvåg/Be	01.10.1960
	7.0	+1,9	Erlend Sæterstøl, T&IL Hovding	(75)	Haukås	13.07.1990
14	7.31	+0,6	Andreas Haara Bakketun, IL Gneist	(01)	Lillehammer	20.06.2015
	7.1	+0,28	Erlend Sæterstøl, T&IL Hovding	(75)	Jessheim	02.09.1989
13	7.75	+0,9	Jørn Birknes, Fana IL	(74)	Kongsberg	05.09.1987
	7.75	+1,7	Andreas Langhelle, IL Norna-Salhus	(07)	Haugesund	06.09.2020
	7.5		Robert Ellila, IL Fenring	(76)	Haukås	10.09.1989
80m						
19	9.43	+1,6	Markus Loftås, Osterøy IL	(94)	Haukås	10.06.2013
18	9.32	+1,1	Daniel Johnsen, Ask Friidrett	(98)	Ravnanger	15.06.2016
	9.3		Bjørn Jacob Bjørsvik, Eikanger IL	(43)	Eikanger	24.09.1961
17	8.96	+1,8	Amund Høie Sjursen, IL Gneist	(96)	Hatland	22.09.2013
16	9.06	+0,1	Pål Haugen Lillefosse, IL Gneist	(01)	Fana	14.05.2017
15	9.17	+1,7	Filip Bøe, Fana IL	(00)	Stockholm, SWE	01.08.2015
14	9.37	+0,8	Pål Haugen Lillefosse, IL Gneist	(01)	Göteborg, SWE	04.07.2015
13	10.06	+1,4	Andreas Langhelle, IL Norna-Salhus	(07)	Haukås	03.06.2020
100m						
19	10.43	+1,5	Erlend Sæterstøl, T&IL Hovding	(75)	Lisboa, POR	20.07.1994
18	10.45	+1,6	Amund Høie Sjursen, BFG Bergen FIK	(96)	Lisleby	08.08.2014
17	10.55	+1,5	Pål Haugen Lillefosse, IL Gneist	(01)	Oslo/Bi	07.06.2018
16	10.68	+0,2	Pål Haugen Lillefosse, IL Gneist	(01)	Fana	01.09.2017
15	10.96	+1,0	Pål Haugen Lillefosse, IL Gneist	(01)	Brandbu	05.08.2016
14	11.47	+1,8	Pål Haugen Lillefosse, IL Gneist	(01)	Oslo/Bi	09.08.2015
13	12.23	-0,2	Andreas Haara Bakketun, IL Gneist	(01)	Haukås	20.09.2014
	12.0		Bengt Carlsen, Eidsvåg IL	(76)	Haukås	05.10.1989
150m						
19	17.03	+1,0	Sebastian Salas Guillen Perez, IL Norna-Salhus	(97)	Oslo/La	06.05.2016
18	16.10	+0,9	Sebastian Salas Guillen Perez, IL Norna-Salhus	(97)	Lillehammer	21.07.2015
17	16.14	+0,8	Andreas Haara Bakketun, IL Gneist	(01)	Oslo/La	04.05.2018
16	17.08	+0,4	Sondre Loftås Kåstad, Osterøy IL	(96)	Hatland	15.05.2012
15	16.89	+0,2	Andreas Haara Bakketun, IL Gneist	(01)	Oslo/La	06.05.2016
200m						
19	21.18	+1,2	Josh-Kevin Ramirez Talm, IL Norna-Salhus	(96)	Byrkjelo	15.08.2015
18	21.36	+1,3	Andreas Haara Bakketun, IL Gneist	(01)	Oslo/Bi	13.06.2019
17	21.40	+1,9	Andreas Haara Bakketun, IL Gneist	(01)	Oslo/Bi	07.06.2018
16	21.63	+0,2	Pål Haugen Lillefosse, IL Gneist	(01)	Fana	03.09.2017
15	22.23	+1,3	Pål Haugen Lillefosse, IL Gneist	(01)	Sandnes	04.09.2016
14	22.80	+1,5	Pål Haugen Lillefosse, IL Gneist	(01)	Helsingborg, SWE	11.07.2015
13	24.92	+0,4	Kristoffer Blücher, IL Gneist	(99)	Göteborg, SWE	08.07.2012
300m						
19	33.88		Ragnar Bergheim, IL Norna-Salhus	(82)	Fana	11.05.2001
18	33.87		Andreas Haara Bakketun, IL Gneist	(01)	Os	21.09.2019
17	34.47		Andreas Haara Bakketun, IL Gneist	(01)	Fana	22.08.2018
16	34.87		Andreas Haara Bakketun, IL Gneist	(01)	Ravnanger	13.09.2017
15	36.28		Andreas Haara Bakketun, IL Gneist	(01)	Fana	14.09.2016
14	36.57		Pål Haugen Lillefosse, IL Gneist	(01)	Fana	23.09.2015
13	40.15		Herman Ellingsen, IL Gneist	(02)	Fana	23.09.2015

400m

19	47.09	Josh-Kevin Ramirez Talm, IL Norna-Salhus	(96)	Espoo, FIN	29.08.2015
18	47.65	Thomas Strønstad-Løseth, IL Gneist	(03)	Fana	21.08.2021
17	47.58	Fredrik Haavardtun Gullachsen, IL Norna-Salhus	(03)	Jessheim	28.08.2020
16	49.81	Fredrik Haavardtun Gullachsen, IL Norna-Salhus	(03)	Fana	02.06.2019
15	51.74	Andreas Haara Bakketun, IL Gneist	(01)	Fana	19.08.2016
14	52.44	Kristoffer Blücher, IL Gneist	(99)	Fana	02.06.2013
13	57.33	Kristoffer Blücher, IL Gneist	(99)	Fana	08.08.2012

600m

19	1:20.04	Jon Are Sundland, IL Fri	(78)	Fana	21.05.1997
18	1:22.22	Henrik Irgens Gravdal, IL Gneist	(98)	Hatland	18.07.2016
17	1:20.76	Kjetil Hodnekvam, FIL AKS-77	(77)	Haukås	18.05.1994
16	1:22.86	Markus Loftås, Osterøy IL	(94)	Leirvik	13.08.2010
15	1:24.56	Andreas Langhelle, IL Norna-Salhus	(07)	Hatland	14.07.2022
14	1:27.08	Andreas Langhelle, T&IF Viking	(07)	Fana	30.04.2021
13	1:30.86	Adrian Konglevoll Thomsen, T&IF Viking	(10)	Rud	17.06.2023

800m

19	1:47.8	Geir Søgnebotnen, Laksevåg T&IL	(66)	Larvik/Lo	28.07.1985
18	1:50.60	Kenneth Nielsen, Eidsvåg IL	(70)	Sandnes	09.06.1988
17	1:51.84	Geir Søgnebotnen, Laksevåg T&IL	(66)	Oslo/Bi	13.09.1983
16	1:53.30	Kjetil Hodnekvam, FIL AKS-77	(77)	Byrkjelo	07.08.1993
15	1:56.61	Thomas Solberg Eide, IL Korlevoll-Odda	(92)	Oslo/Bi	15.06.2007
14	1:59.8	Jostein Skeie, IL Viljar	(66)	Fana	13.09.1980
13	2:07.1	Jostein Skeie, IL Viljar	(66)	Fana	18.08.1979

1000m

19	2:21.8	Geir Søgnebotnen, Laksevåg T&IL	(66)	Sandnes	14.08.1985
18	2:25.38	Geir Søgnebotnen, Laksevåg T&IL	(66)	Nesbyen	16.09.1984
17	2:25.75	Kjetil Hodnekvam, FIL AKS-77	(77)	Berlin, GER	30.08.1994
16	2:28.6	Geir Søgnebotnen, Laksevåg T&IL	(66)	Fana	16.09.1982
15	2:37.9	Helge Drange, Fana IL	(65)	Bergen/Sk	04.09.1980
14	2:41.5	Vidar Berntsen, Ølen IL	(76)	Göteborg, SWE	30.06.1990
13	2:48.5	Helge Drange, Fana IL	(65)	Fana	06.10.1978

1500m

19	3:45.60	Lars Ove Strømø, Stord T&IL	(63)	Nadderud	08.08.1982
18	3:48.61	Henrik Irgens Gravdal, IL Gneist	(98)	Fana	14.09.2016
17	3:52.84	Ole Lyngbø, Ask Friidrett	(01)	Oslo/Bi	15.05.2018
16	3:56.71	Hans-Magnus Haukøy, IL Gneist	(01)	Fana	03.06.2017
15	3:58.04	Hans-Magnus Haukøy, IL Gneist	(01)	Fana	14.09.2016
14	4:12.99	Endre Hartvedt Haugen, Fyllingen IL	(08)	Fana	24.09.2022
13	4:23.8	Helge Drange, Fana IL	(65)	Fana	13.09.1978

1 engelsk mil

19	4:03.84	Lars Ove Strømø, Stord T&IL	(63)	Fana	24.08.1982
18	4:20.72	Jens Larsen Åstveit, IL Gneist	(97)	Fana	23.08.2015
17	4:19.79	Geir Søgnebotnen, Laksevåg T&IL	(66)	Fana	16.08.1983
16					
15					
14	4:51.79	Hans-Magnus Haukøy, IL Gneist	(01)	Fana	23.08.2015

2000m

19					
18	5:43.57	Robert Hisdal, IL Norna-Salhus	(78)	Fana	25.09.1996
17	5:37.0	Audun Bruflot, IL Bjarg	(65)	Fana	16.09.1982
	5:37.0	Svein Erik Eide, IL Korlevoll	(65)	Fana	16.09.1982
16	5:39.65	Ole Lyngbø, Ask Friidrett	(01)	Haukås	01.10.2017
15	5:31.79	Dagfinn Gjerstad, Osterøy IL	(06)	Trondheim/St	05.09.2021
14	5:54.09	Henrik Irgens Gravdal, IL Gneist	(98)	Fana	16.09.2012
13	6:30.14	Magnus Hauge Øyen, Fana IL	(09)	Fana	21.08.2022

3000m

19	8:14.01	Lars Ove Strømø, Stord T&IL	(63)	Oslo/Bi	14.09.1982
18	8:16.2	Arild Nordeide, IL Gular	(59)	Oslo/St	15.06.1977
17	8:27.0	Lars Ove Strømø, IL Fri	(63)	Fana	02.09.1980
16	8:31.22	Dagfinn Gjerstad, Osterøy IL	(06)	Göteborg, SWE	19.06.2022
15	8:49.55	Thomas Solberg Eide, IL Korlevoll-Odda	(92)	Lillehammer	23.06.2007
14	9:06.01	Henrik Irgens Gravdal, IL Gneist	(98)	Fana	26.09.2012
13	9:48.82	André Seliussen, IL Gneist	(01)	Fana	09.05.2014

5000m

19	14:05.8	Arild Nordeide, IL Gular	(59)	Steinkjer	11.08.1978
18	14:18.0	Arild Nordeide, IL Gular	(59)	Oslo/Bi	13.07.1977
17	14:42.0	Terje Sejrup, IL Gneist	(62)	Fana	29.07.1979
16	15:11.9	Terje Sejrup, IL Gneist	(62)	Fana	20.09.1978
15	15:46.08	Dagfinn Gjerstad, Osterøy IL	(06)	Ravnanger	01.08.2021

10000m						
19	29:33.2		Arild Nordeide, IL Gular	(59)	Steinkjer	13.08.1978
18	30:09.6		Øyvind Gausvik, IL Gular	(60)	Fana	03.10.1978
17	32:12.1		Truls Nygaard, T&IF Viking	(64)	Knarvik	15.09.1981
16	32:16.39		Vetle Bergsvik Thorn, IL Norna-Salhus	(99)	Fana	30.09.2015
15	33:57.96		André Seliussen, IL Gneist	(01)	Fana	28.09.2016
60m hekk 76.2 cm						
14	9.04	-1,2	Robert Ellila, IL Fenring	(76)	Ravnanger	17.09.1990
	8.9		Erlend Sæterstøl, T&IL Hovding	(75)	Haukås	30.09.1989
13	8.92	+0,9	Pål Haugen Lillefosse, IL Gneist	(01)	Hatland	13.09.2014
80m hekk 91.4 cm						
16	11.7		Martin Jensen, Ask IL	(42)	Bergen/Sk	05.10.1958
	11.7		Per-Otto Thunæs, Nordnes IL	(43)	Bergen/Sk	08.10.1959
15	12.2		Ola Ohnstad, FIL Vossar	(55)		.1970
80m hekk 84.0 cm						
16	11.83	+0,3	Sindre Øvrebø, IL Norna-Salhus	(86)	Oslo/Bi	30.08.2002
15	10.68	-0,7	Pål Haugen Lillefosse, IL Gneist	(01)	Stockholm, SWE	19.06.2016
14	11.10	+0,4	Pål Haugen Lillefosse, IL Gneist	(01)	Oslo/Bi	08.08.2015
13	13.71	+0,2	Vegard Oppedal Rinde, IL Gneist	(06)	Leirvik	10.08.2019
	12.6		Bjarne Kvam, IL Vestvind	(58)	Fana	28.09.1971
80m hekk 76.2 cm						
14	10.94		Erlend Sæterstøl, T&IL Hovding	(75)	Skien	12.08.1989
	10.9	+1,90	Erlend Sæterstøl, T&IL Hovding	(75)	Ravnanger	06.08.1989
13	11.65	+0,5	Erlend Sæterstøl, T&IL Hovding	(75)	Kongsberg	11.09.1988
	11.6		Erlend Sæterstøl, T&IL Hovding	(75)	Jesheim	04.09.1988
100m hekk 91.4 cm						
18	13.87	-0,4	Morten Benserud, IL Gneist	(85)	Overhalla	29.08.2003
17	14.37	+0,6	Martin Roe, IL Fri	(92)	Øyestad	23.05.2009
16	13.26	+0,8	Pål Haugen Lillefosse, IL Gneist	(01)	Fana	02.09.2017
15	13.94	+0,5	Erlend Sæterstøl, T&IL Hovding	(75)	Grimstad	08.07.1990
	13.8	+1,4	Erlend Sæterstøl, T&IL Hovding	(75)	Eidsbøen	08.09.1990
14	15.88	-3,9	Sondre Rinde, IL Gneist	(98)	Fana	16.09.2012
	15.3		Geirmund Holsen, Laksevåg T&IL	(64)		.1978
100m hekk 84.0 cm						
15	12.85	+0,0	Pål Haugen Lillefosse, IL Gneist	(01)	Sandnes	03.09.2016
	12.85	+0,0	Andreas Haara Bakketun, IL Gneist	(01)	Sandnes	03.09.2016
14	13.84	+1,4	Pål Haugen Lillefosse, IL Gneist	(01)	Fana	23.08.2015
110m hekk 106.7 cm						
19	14.37	+1,2	Erlend Sæterstøl, T&IL Hovding	(75)	Fana	26.05.1994
18	14.87	-0,69	Kjetil Espetvedt, FIK BFG Fana	(71)	Oslo/Bi	16.09.1989
	14.87	+0,8	Kenneth Halhjem, T&IL Hovding	(76)	Lillehammer	25.06.1994
	14.5	+0,16	Kjetil Espetvedt, IL Gneist	(71)	Fana	22.09.1989
17	15.14	-1,3	Julian Skimmeland Aasheim, Stord IL	(03)	Fana	20.09.2020
16	16.64	+0,6	Ragnar Bergheim, IL Norna-Salhus	(82)	Fana	06.09.1998
	16.1		Henning Hofstad, IL Gular	(57)	Fana	30.05.1973
	16.1	-0,9	Gøran Moen, IL Gular	(71)	Fana	10.09.1987
15	16.7		Henning Hofstad, IL Gular	(57)	Bergen/Kr	03.09.1972
110m hekk 100 cm						
19	13.84	+0,8	Herman Ellingsen, IL Gneist	(02)	Trondheim/St	03.09.2021
18	14.37	-1,0	Herman Ellingsen, IL Gneist	(02)	Fana	05.09.2020
	14.3		Kjetil Espetvedt, IL Gneist	(71)	Fana	08.08.1989
17	14.49	+1,0	Vegard Oppedal Rinde, Fana IL	(06)	Sandnes	27.08.2023
16	14.86	+2,0	Gjert Høie Sjørson, IL Gneist	(00)	Brandbu	07.08.2016
15	16.77	-1,2	Sondre Rinde, BFG Bergen FIK	(98)	Overhalla	03.08.2013
110m hekk 91.4 cm						
19	14.9		Fredrik Lohne, IL Drott	(40)	Bergen/Sk	27.09.1959
18	15.34	-1,5	Geirmund Holsen, Laksevåg T&IL	(64)	Larvik/Lo	19.09.1982
	14.4		Helge Svaar, Bergens TF	(41)	Bergen/Sk	27.09.1959
17	14.15	-1,0	Vegard Oppedal Rinde, Fana IL	(06)	Fana	09.09.2023
16	14.19	+0,8	Pål Haugen Lillefosse, IL Gneist	(01)	Fana	13.05.2017
15	16.31	-2,8	Sondre Rinde, IL Gneist	(98)	Leirvik	17.08.2013
	15.6		Sindre Heggebø, Laksevåg T&IL	(66)	Husnes	31.05.1981

200m hekk 76.2 cm

19	24.21		Ragnar Bergheim, IL Norna-Salhus	(82)	Fana	12.09.2001
18	24.10	-0,9	Andreas Haara Bakketun, IL Gneist	(01)	Haukås	14.09.2019
17	25.23	+0,7	Ragnar Bergheim, IL Norna-Salhus	(82)	Fana	25.08.1999
	25.0	-0,3	Rune Fantoft, IL Gular	(74)	Fana	21.09.1991
16	25.24	-2,3	Andreas Haara Bakketun, IL Gneist	(01)	Haukås	30.09.2017
	24.8	-0,3	Erlend Sæterstøl, T&IL Hovding	(75)	Fana	21.09.1991
15	25.68	+1,3	Andreas Haara Bakketun, IL Gneist	(01)	Haukås	10.09.2016
14	27.02	-3,0	Andreas Haara Bakketun, IL Gneist	(01)	Fana	06.06.2015
13	30.19	+1,1	Terje Bringedal, Laksevåg T&IL	(88)	Haukås	15.09.2001
	29.8		Sindre Heggebø, Laksevåg T&IL	(66)	Fana	02.10.1979

200m hekk 68.0 cm

13	28.34	+1,0	Julian Skimmeland Aasheim, Stord IL	(03)	Haukås	10.09.2016
----	-------	------	-------------------------------------	------	--------	------------

300m hekk 91.4 cm (7)

19	36.19		Herman Ellingsen, IL Gneist	(02)	Oslo/Bi	04.06.2021
18	37.78		Ragnar Bergheim, IL Norna-Salhus	(82)	Fana	14.06.2000
17	36.54		Andreas Haara Bakketun, IL Gneist	(01)	Oslo/La	30.05.2018
16	39.54		Marius Benserud, IL Gneist	(89)	Fana	30.08.2005

300m hekk 84.0 cm (7)

18	39.66		Frode Bergheim, Osterøy IL	(73)	Lisleby	17.08.1991
17	36.78		Andreas Haara Bakketun, IL Gneist	(01)	Göteborg, SWE	29.06.2018
16	37.83		Andreas Haara Bakketun, IL Gneist	(01)	Fana	01.09.2017
15	39.38		Øystein Kandal, T&IL Hovding	(83)	Haukås	27.09.1998

300m hekk 76.2 cm (7)

16	38.80		Erlend Sæterstøl, T&IL Hovding	(75)	Lisleby	17.08.1991
15	38.22		Andreas Haara Bakketun, IL Gneist	(01)	Göteborg, SWE	01.07.2016
14	40.62		Andreas Dixon, Fana IL	(01)	Göteborg, SWE	03.07.2015
13	47.59		Sondre Rinde, IL Gneist	(98)	Fana	27.07.2011
	46.5 *		Kåre Hansen, T&IF Viking	(65)	Fana	06.10.1978

* - 10 hekker

400m hekk 91.4 cm

19	51.49		Ragnar Bergheim, IL Norna-Salhus	(82)	Grosseto, ITA	21.07.2001
18	50.97		Andreas Haara Bakketun, IL Gneist	(01)	Hamar	02.08.2019
17	52.85		Markus Loftås, Osterøy IL	(94)	København/Øs, DEN	03.09.2011
16	54.81		Markus Loftås, Osterøy IL	(94)	Ravnanger	07.08.2010
15	57.15		Marius Benserud, FIK BFG Fana	(89)	Trondheim/St	31.07.2004

400m hekk 84.0 cm

18	56.32		Kjetil Bakketun, Odda IL	(68)	Raufoss	07.09.1986
17	50.92		Andreas Haara Bakketun, IL Gneist	(01)	Győr, HUN	08.07.2018
16	53.55		Andreas Haara Bakketun, IL Gneist	(01)	Győr, HUN	26.07.2017
15	60.8		Gøran Moen, IL Trio	(71)	Leirvik	24.09.1986

1500m hinder 91.4 cm

19	4:19.5		Odd Johan Litsheim, IL Korlevoll	(50)	Kalundborg, DEN	06.07.1969
18	4:28.4		Bjørn Titland, Nordnes IL	(38)	Trondheim/St	05.08.1956
17	4:36.8		Knut Havnen Johansen, Bergens TF	(89)	Leirvik	27.09.2006
16	4:56.52		Morten André Mjølkeråen, IL Norna-Salhus	(82)	Fana	09.09.1998
15	5:08.25		Eirik Berntsen, Ask IL	(80)	Fana	22.09.1995
14	5:00.85		Andreas Grøteide Polden, Stord IL	(91)	Leirvik	28.09.2005
13	5:48.2		Andreas Grøteide Polden, Stord IL	(91)	Leirvik	29.09.2004

1500m hinder 76.2 cm

16	4:17.47		Ole Lyngbø, Ask Friidrett	(01)	Fana	01.09.2017
15	4:25.08		Ole Lyngbø, Ask Friidrett	(01)	Göteborg, SWE	01.07.2016
14	4:36.15		Sondre Haukanes, IL Gneist	(08)	Göteborg, SWE	17.06.2022
13	4:58.69		Sondre Haukanes, IL Gneist	(08)	Fana	04.08.2021

2000m hinder 91.4 cm

19	5:50.8		Einar Holm, IL Bjarg	(61)	Førde	08.08.1980
18	5:48.4		Anfin Rosendahl, IL Gular	(57)	Fana	08.06.1975
17	5:55.08		Sigve Stenersen, FIK BFG Fana	(70)	Lillehammer	17.07.1987
16	6:11.4		Bjørn Hansen, IL Gular	(60)	Göteborg, SWE	08.08.1976
15	6:25.8		Sigve Stenersen, IL Gneist	(70)	Fana	30.06.1985

2000m hinder 84.0 cm

17	5:51.84		Johannes Sandvik Bø, Fitjar IL	(06)	Göteborg, SWE	30.06.2023
16	6:08.47		Johannes Sandvik Bø, Fitjar IL	(06)	Göteborg, SWE	17.06.2022

3000m hinder 91.4 cm

19	9:02.0		Anfin Rosendahl, IL Gular	(57)	Oslo/Bi	04.09.1976
18	9:13.1		Bjørn Hansen, IL Gular	(60)	Steinkjer	12.08.1978
17	9:21.3		Terje Sejrup, IL Gneist	(62)	Fana	02.10.1979
16	9:49.4		Bjørn Hansen, IL Gular	(60)	Fana	05.10.1976
15	10:26.5		Terje Aggvin, IL Korlevoll	(74)	Odda	21.09.1989

Høyde						
19	2.19		Terje Totland, Eikanger IL	(57)	Ostereidet	10.07.1976
18	2.12		Terje Totland, Eikanger IL	(57)	Athen, GRE	23.08.1975
	2.12		Ove Matland, Eidsvåg IL	(63)	Fana	21.06.1981
17	2.08		Terje Totland, Eikanger IL	(57)	Nadderud	29.06.1974
16	2.04		Terje Totland, Eikanger IL	(57)	Bergen/Kr	07.10.1973
15	1.92		Erlend Bolstad Raa, Fana IL	(00)	Göteborg, SWE	04.07.2015
14	1.85		Harald Hægland, Fana IL	(74)	Fana	03.06.1988
13	1.78		Harald Hægland, Fana IL	(74)	Voss	30.08.1987
Stav						
19	5.61		Pål Haugen Lillefosse, Fana IL	(01)	Oslo/Bi	11.06.2020
18	5.52		Pål Haugen Lillefosse, Fana IL	(01)	Kessel-Louvain, BEL	24.08.2019
17	5.46		Pål Haugen Lillefosse, IL Gneist	(01)	Győr, HUN	08.07.2018
16	5.31		Pål Haugen Lillefosse, IL Gneist	(01)	Somero, FIN	01.07.2017
15	5.01		Pål Haugen Lillefosse, IL Gneist	(01)	Somero, FIN	10.07.2016
14	4.83		Pål Haugen Lillefosse, IL Gneist	(01)	Turenki, FIN	01.07.2015
13	4.06		Pål Haugen Lillefosse, IL Gneist	(01)	Moelv	13.07.2014
Lengde						
19	7.48	+2,0	Gøran Moen, IL Gular	(71)	Skien	23.08.1990
18	7.75		Gøran Moen, IL Gular	(71)	Budapest, HUN	08.07.1989
17	7.16	+1,3	Thomas Mellin-Olsen, T&IL Hovding	(77)	Drammen	08.07.1994
16	7.07		Gøran Moen, IL Gular	(71)	Fana	05.09.1987
15	6.87	+1,4	Marius Bull Hjeltnes, Ulvik IL	(96)	Fana	10.09.2011
14	6.50	+1,6	Pål Haugen Lillefosse, IL Gneist	(01)	Göteborg, SWE	03.07.2015
13	5.62		Trond Spurkeland, Seim IL	(47)	Bergen/Sk	06.10.1960
Lengde - satssone 0.50 m						
14	5.84	+1,2	Jonathan Varela Byrkjenes, IL Norna-Salhus	(91)	Fana	04.06.2005
13	5.71	+0,8	Frank Odin Niyokindi, Osterøy IL	(02)	Haukås	29.08.2015
Lengde - satssone 1.00 m						
14	6.48		Lars Åke Andersen, IL Trio	(70)	Kongsberg	01.09.1984
13	5.93		Rune Fantoft, IL Gular	(74)	Voss	29.08.1987
Tresteg						
19	15.98	+1,6	Ketill Hanstveit, IL Norna-Salhus	(73)	Lillehammer	26.06.1992
18	15.85	+0,9	Ketill Hanstveit, IL Norna-Salhus	(73)	Thessaloniki, GRE	11.08.1991
17	15.30	+1,3	Per Bucher-Johannessen, Fana IL	(02)	Strandebarm	15.06.2019
16	15.00	+1,5	Per Bucher-Johannessen, Fana IL	(02)	Overhalla	01.09.2018
15	14.21		Rune Fantoft, IL Gular	(74)	Voss	19.08.1989
14	13.31		Trond Spurkeland, Seim IL	(47)	Seim	06.08.1961
13	11.56		Bjarne Kvam, IL Vestvind	(58)	Laksevåg	09.10.1971
Tresteg - satssone 0.50 m						
14	12.73	-0,9	Petter Solberg, Loddefjord IL	(92)	Fana	09.06.2006
13	12.25	+1,0	Oscar Barikmo Stuhr, Fana IL	(05)	Hatland	09.09.2018
Tresteg - satssone 1.00 m						
14	12.85		Rune Fantoft, IL Gular	(74)	Fana	01.10.1988
13	11.81		Arne Lygre (Sunde), IL Gular	(68)	Knarvik	23.09.1981
Kule 7.26 kg						
19	17.42		Sven Martin Skagestad, IL Norna-Salhus	(95)	Jessheim	23.08.2014
18	14.43		Bjarne Mølster, Voss IL	(21)	Ålvik	16.07.1939
17	15.28		Sven Martin Skagestad, IL Norna-Salhus	(95)	Helsingborg, SWE	01.07.2012
16	14.15		Sven Martin Skagestad, Loddefjord IL	(95)	Bergen/Sk	22.10.2011
15	12.25		Johnny Christiansen, IL Drott	(46)	Bergen/Sk	05.09.1961
14	10.78		Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Bergen/Sk	23.09.2008
Kule 6.0 kg						
19	18.84		Sven Martin Skagestad, Loddefjord IL	(95)	Rygg	03.08.2014
18	17.60		Sven Martin Skagestad, Loddefjord IL	(95)	Nadderud	16.06.2013
17	17.56		Sven Martin Skagestad, IL Norna-Salhus	(95)	Växjö, SWE	18.08.2012
16	16.51		Sven Martin Skagestad, IL Norna-Salhus	(95)	København/Øs, DEN	03.09.2011
15	11.57		Sven Martin Skagestad, Loddefjord IL	(95)	Bergen/Sk	13.07.2010
Kule 5.5 kg						
19	15.77		Kjell Fossen, Florvåg IF	(39)	Århus, DEN	27.09.1958
18	17.09		Knut Hjeltne, Øystese IL	(51)	Sarpsborg	14.09.1969
17	15.71		Sigurd Larsen, IL Bjarg	(66)	Voss	27.08.1983
16	16.02		Sven Martin Skagestad, Loddefjord IL	(95)	Bergen/Sk	22.10.2011
15	13.85		Ørnulf Blindheim, Laksevåg T&IL	(47)		.1962
14	12.04		Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Bergen/Sk	04.10.2008

Kule 5.0 kg

17	19.05	Sven Martin Skagestad, Loddefjord IL	(95)	Nadderud	17.06.2012
16	18.01	Sven Martin Skagestad, Loddefjord IL	(95)	Fana	07.09.2011
15	14.99	Sven Martin Skagestad, Loddefjord IL	(95)	Bergen/Sk	07.09.2010
14	10.06	Sondre Kolbjørnsen, IL Norna-Salhus	(95)	Laksevåg	14.10.2009
13	10.56	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Bergen/Sk	27.10.2007

Kule 4.0 kg

16	17.50	Knut Hjeltne, Øystese IL	(51)	Kongsberg	09.09.1967
15	17.47	Sven Martin Skagestad, Loddefjord IL	(95)	Molde	05.09.2010
14	15.00	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Fana	14.09.2008
13	13.20	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Bergen/Sk	11.09.2007

Kule 3.0 kg

14	16.27	Egil Vedå, Ølen IL	(71)	Kviteseid	28.07.1985
13	15.24	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Bergen/Sk	11.09.2007

Diskos 2.0 kg

19	57.36	Sven Martin Skagestad, IL Norna-Salhus	(95)	Bottnaryd, SWE	28.06.2014
18	49.00	Knut Hjeltne, Øystese IL	(51)	Oslo/So	04.09.1969
17	46.69	Sven Martin Skagestad, IL Norna-Salhus	(95)	Kristiansand	25.08.2012
16	42.69	Sven Martin Skagestad, Loddefjord IL	(95)	Bergen/Sk	22.10.2011
15	37.02	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Bergen/Sk	31.10.2009
14	33.15	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Bergen/Sk	23.09.2008

Diskos 1.75 kg

19	65.66	Sven Martin Skagestad, Loddefjord IL	(95)	Oslo/So	12.06.2014
18	57.42	Sven Martin Skagestad, Loddefjord IL	(95)	Fana	09.06.2013
17	52.84	Sven Martin Skagestad, IL Norna-Salhus	(95)	Oslo/So	16.09.2012
16	47.20	Sven Martin Skagestad, Loddefjord IL	(95)	Fana	20.07.2011
15	39.00	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Bergen/Sk	24.10.2009

Diskos 1.5 kg

18	55.06	Knut Hjeltne, Øystese IL	(51)	Oslo/Jo	24.06.1969
17	59.11	Sven Martin Skagestad, Loddefjord IL	(95)	Fana	21.08.2012
16	51.69	Ståle Ingebrigtsen, FIL AKS-77	(84)	Voss	27.08.2000
15	44.33	Ståle Ingebrigtsen, FIL AKS-77	(84)	Florø	13.08.1999
14	38.45	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Bergen/Sk	04.10.2008
13	29.79	Bjørn Christensen, Voss IL	(45)	Voss	20.08.1958

Diskos 1.0 kg

16	58.40	Martin Roe, IL Fri	(92)	Bergen/Sk	04.10.2008
15	56.15	Anders Vik, FIL AKS-77	(03)	Voss	05.09.2018
14	48.32	Erik Fluge, Ask Friidrett	(91)	Fana	23.10.2005
13	39.84	Roy Morken, Radøy FIL	(73)		.1986

Diskos 0.75 kg

13	42.33	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Leirvik	17.08.2007
----	-------	------------------------------	------	---------	------------

Slegge 7.26 kg / 121.5 cm

19	59.93	Håkon Eik Litland, Laksevåg T&IL	(01)	Fana	09.08.2020
18	59.73	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Kristiansand	24.08.2012
17	56.71	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Byrkjelo	12.08.2011
16	48.76	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Fana	18.07.2010
15	44.72	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Hatland	10.10.2009
14	35.60	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Fana	19.10.2008

Slegge 6.0 kg / 121.5 cm

19	71.49	Håkon Eik Litland, Laksevåg T&IL	(01)	Rygg	10.05.2020
18	71.88	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Barcelona, ESP	13.07.2012
17	64.02	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Fana	03.08.2011
16	56.83	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Helsingborg, SWE	10.07.2010
15	53.33	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Bergen/Sk	31.10.2009
14	31.68 *	Oddvar Hårde, Stord T&IL	(69)	Leirvik	08.08.1983

* - 110.0 cm

Slegge 5.0 kg / 120.0 cm

17	71.24	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Lisleby	26.08.2011
16	64.94	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Fana	22.09.2010
15	59.41	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Bergen/Sk	24.10.2009
14	48.88	Jon Nerdal, IL Norna-Salhus	(96)	Fana	17.10.2010
13	26.86	Joachim Heier, Laksevåg T&IL	(96)	Laksevåg	18.09.2009

Slegge 4.0 kg / 119.5 cm

16	53.96 *	Vidar André Sagstad, FIL AKS-77	(78)	Fana	20.07.1994
15	65.55	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Fana	18.10.2009
14	56.01	Jon Nerdal, IL Norna-Salhus	(96)	Fana	22.09.2010
13	42.34	Jon Nerdal, IL Norna-Salhus	(96)	Laksevåg	07.10.2009

* - 110.0 cm

Slegge 3.0 kg / 119.5 cm

14	42.60	Martin Roe, IL Fri	(92)	Bergen/Sk	01.08.2006
13	40.90	Birk Bell Lysaker, Fana IL	(02)	Bergen/Sk	26.09.2015

Slegge 3.0 kg / 110.0 cm

14	55.89	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Bergen/Sk	04.10.2008
13	50.38	Jon Nerdal, IL Norna-Salhus	(96)	Laksevåg	07.10.2009

Spyd 800 g

19	66.72	Martin Roe, IL Fri	(92)	Byrkjelo	14.08.2011
	68.33 *	Svein Hove, T&IF Viking	(39)	Bergen/Sk	14.06.1958
18	65.86	Sven Martin Skagestad, IL Norna-Salhus	(95)	Fana	09.06.2013
17	68.29	Sven Martin Skagestad, IL Norna-Salhus	(95)	Prestfoss	29.07.2012
16	54.96	Sven Martin Skagestad, IL Norna-Salhus	(95)	Kristiansand	07.08.2011
15	46.54	Per Åge Liland, IL Gneist	(72)	Fana	28.08.1987
	48.16 *	Johnny Christiansen, IL Drott	(46)	Bergen/Sk	06.09.1961
14	40.61	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Fana	01.10.2008

* - Gammel spydtype (før 1986)

Spyd 700 g

17	68.00	Martin Roe, IL Fri	(92)	Nadderud	29.08.2009
16	62.29	Martin Roe, IL Fri	(92)	Prestfoss	29.08.2008
15	48.53	Håvard Rinde, IL Gneist	(01)	Fana	28.09.2016
14	40.83	Ingvald Torkildsen, Odda IL	(44)	Odda	17.09.1958

Spyd 600 g

19	61.60 *	Sturle Sæbø, Radøy FIL	(70)	Knarvik	04.05.1989
18	62.86 *	Sturle Sæbø, Radøy FIL	(70)	Knarvik	12.05.1988
17	61.50 *	Sturle Sæbø, Radøy FIL	(70)	Knarvik	13.09.1987
16	65.08 *	Trond Atle Ohnstad, FIL AKS-77	(79)	Fana	13.08.1995
15	60.54	Fabian Filip Rimestad, Bergens TF	(00)	Lillestrøm	12.09.2015
14	49.92	Håvard Rinde, IL Gneist	(01)	Göteborg, SWE	04.07.2015
	52.44 *	Trond Rønhovde, Odda IL	(65)	Fana	02.09.1979
13	41.07	Håvard Rinde, IL Gneist	(01)	Fana	30.09.2014
	43.10 *	Einar Hjeltnes, Ulvik IL	(69)	Ålvik	21.09.1982

* - Gammel spydtype (før 1999)

Spyd 400 g

14	47.18	Morten Farestveit, IL Fri	(74)	Voss	05.06.1988
13	51.95	Fabian Filip Rimestad, Bergens TF	(00)	Lillestrøm	06.07.2013

Vekt 15.88 kg

19	17.04	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Bergen/Sk	26.10.2013
18	18.16	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Bergen/Sk	26.06.2012
17	16.78	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Bergen/Sk	15.10.2011

Vekt 11.34 kg

19	17.74	Erlend Bergfjord Næss, Ask Friidrett	(02)	Bergen/Sk	30.10.2021
18	18.11	Halvard Martin Melsås, IL Norna-Salhus	(05)	Bergen/Sk	28.10.2023
17	21.16	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Bergen/Sk	09.08.2011
16	17.78	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Bergen/Sk	04.05.2010
15	15.97	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Knarvik	25.06.2009
14	12.95	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Bergen/Sk	04.10.2008

Vekt 9.08 kg

16	17.60	Martin Roe, IL Fri	(92)	Bergen/Sk	29.04.2008
15	19.12	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Bergen/Sk	23.06.2009
14	16.64	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Bergen/Sk	23.09.2008
13	11.63	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Bergen/Sk	31.07.2007

Vekt 7.26 kg

14	19.50	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Bergen/Sk	17.06.2008
13	15.45	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Knarvik	09.08.2007

Supervekt 25.4 kg

17	10.11	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Bergen/Sk	26.10.2013
16	11.45	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Bergen/Sk	27.10.2012
15	9.88	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Bergen/Sk	26.07.2011

Liten ball 300 g

14	69.90	Erlend Sæterstøl, T&IL Hovding	(75)	Haukås	30.09.1989
13	61.68	Erlend Sæterstøl, T&IL Hovding	(75)	Åstveit	24.09.1988

Liten ball 150 g

14	81.48	Torkel Andreas Mosdahl, Ask Friidrett	(93)	Ravnanger	12.09.2007
13	75.55	Pål Solli Paulsen, Stord IL	(93)	Leirvik	18.09.2006

Slengball 1.0 kg (kort reim)

14	48.81	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Hatland	20.09.2008
13	43.49	Jørgen Olsen Austnes, IL Fri	(94)	Espeland	28.09.2007

5-kamp

19	3223	Harald Sverre Breivik, Fitjar IL (6.90-51.18-23.4-27.12-4:38.0) (lengde-spyd 800-200m-diskos 2.0-1500m)	(49)	Gjøvik	09.06.1968
18	3044	Harald Sverre Breivik, Fitjar IL (7.00-47.22-24.3-29.36-4:55.7) (lengde-spyd 800-200m-diskos 2.0-1500m)	(49)	Ytre Arna	04.06.1967
17	2936	Svein Hove, T&IF Viking (5.78w-51.88-23.8w-32.77-4:57.8) (lengde-spyd 800-200m-diskos 2.0-1500m)	(39)	Bergen/Kr	24.06.1956
16	2482	Runar Soleng, Ask IL (5.91-41.46-24.84w-20.76-5:02.39) / +1,43 / +3,03 (lengde-spyd 800-200m-diskos 2.0-1500m)	(71)	Ravnanger	27.09.1987
15	2241	Ronny Søraa, IL Fenring (5.42w-33.12-26.4-17.08-4:30.7) / +2,11 / (lengde-spyd 800-200m-diskos 2.0-1500m)	(71)	Ravnanger	28.09.1986

6-kamp

14	6082	Erlend Sæterstøl, T&IL Hovding (7.1-5.97-15.18/11.1-1.68-2:16.1) / +0,28 / +0,34 / -0,63 (60m-lengde (sone 1.00m)-kule 3.0/80m hekk 76.2-høyde-800m)	(75)	Jessheim	02-03.09.1989
13	6046	Erlend Sæterstøl, T&IL Hovding (7.7-5.75-13.28/11.6-1.62-2:25.5) 60m-lengde (sone 1.00m)-kule 3.0/80m hekk 76.2-høyde-800m	(75)	Jessheim	03-04.09.1988

8-kamp

17	5730	Martin Roe, IL Fri (11.36-6.47-15.17-52.72/14.94-1.74-54.70-2:59.35) / +0,3 / +1,4 / +0,7 (100m-lengde-kule 5.0-400m/110m hekk 91.4-høyde-spyd 700-1000m)	(92)	Bressanone, ITA	08-09.07.2009
16	5934	Gøran Moen, IL Gular (14.21w-41.84-4.00-47.88/6.95w-14.70-1.99-2:52.18) / +3,2 / +3,3 (100m hekk 91.4-diskos 1.0-stav-spyd 600/lengde-kule 4.0-høyde-1000m)	(71)	Lisleby	27-28.06.1987
15	5128	Gøran Moen, IL Trio (14.5w-38.34-3.40-44.20/6.19-13.32-1.88-3:02.0) (100m hekk 91.4-diskos 1.0-stav-spyd 600/lengde-kule 4.0-høyde-1000m)	(71)	Florø	13-14.09.1986
14	3952	Geir Solheim, Stord T&IL (16.5-34.78-3.40-37.56/5.28-11.36-1.65-3:17.0) (100m hekk 91.4-diskos 1.0-stav-spyd 600/lengde-kule 4.0-høyde-1000m)	(71)	Leirvik	20-21.09.1985

9-kamp

16	6693	Gøran Moen, IL Gular (14.21w-41.84-4.00-47.88/11.47-6.95w-14.70-1.99-2:52.18) / +3,2 / +1,8 / +3,3 (100m hekk 91.4-diskos 1.0-stav-spyd 600/100m-lengde-kule 4.0-høyde-1000m)	(71)	Lisleby	27-28.06.1987
15	5550	Martin Roe, IL Fri (16.22-47.66-3.80-44.72/11.79-6.00-15.26-1.64-3:17.12) / +0,4 / -0,8 / +1,0 (100m hekk 91.4-diskos 1.0-stav-spyd 600/100m-lengde-kule 4.0-høyde-1000m)	(92)	Trondheim/St	01-02.09.2007
14	4027	Vegard Stokke, Bergens TF (13.01-20.90-2.63-37.51/13.06-5.32-10.99-1.65-3:09.75) / -0,1 / +1,5 / +2,0 (100m hekk 91.4-diskos 1.5-stav-spyd 600/100m-lengde-kule 4.0-høyde-1000m)	(88)	Suldal	01-02.06.2002

10-kamp - seniorøvelser

19	6703	Martin Roe, IL Fri $\Sigma W = -7,7$ (11.51-6.81-13.30-1.86-51.42/17.97-34.71-4.00-62.43-4:54.25) / -3,7 / +0,1 / -4,1 (100m-lengde-kule 7.26-høyde-400m/110m hekk 106.7-diskos 2.0-stav-spyd 800-1500m)	(92) Ribeira Brava, POR	02-03.07.2011
18	6747	Martin Roe, IL Fri $\Sigma W = 1,4$ (11.37-6.99-10.87-1.80-52.22/17.30-38.30-4.00-60.43-4:59.37) / +0,3 / +0,7 / +1,0 (100m-lengde-kule 7.26-høyde-400m/110m hekk 106.7-diskos 2.0-stav-spyd 800-1500m)	(92) Tel Aviv, ISR	26-27.06.2010
17	6285	Gøran Moen, IL Gular (11.63-6.56-9.82-1.99-52.77/16.90-25.12-3.50-47.78-4:46.33) / +0,20 / +2,55 / -0,44 (100m-lengde-kule 7.26-høyde-400m/110m hekk 106.7-diskos 2.0-stav-spyd 800-1500m)	(71) Ravnanger	23-24.07.1988
16	6079	Gøran Moen, IL Gular (11.63-6.56-9.82-1.99-52.77/16.90-25.12-3.50-47.78-4:46.33) / +0,5 / +0,3 / -0,3 (100m-lengde-kule 7.26-høyde-400m/110m hekk 106.7-diskos 2.0-stav-spyd 800-1500m)	(71) Byrkjelo	01-02.08.1987
15	4666	Henning Hofstad, IL Gular (12.4-6.13-7.98-1.80-57.6/16.7-20.54-3.40-31.12-5:40.2) (100m-lengde-kule 7.26-høyde-400m/110m hekk 106.7-diskos 2.0-stav-spyd 800-1500m)	(57) Bergen/Kr	02-03.09.1972

10-kamp - juniorøvelser

19	7618	Martin Roe, IL Fri $\Sigma W = 0,4$ (11.11-7.10-14.91-1.86-49.69/15.48-46.91-4.10-62.46-4:47.55) / -1,3 / +1,8 / -0,1 (100m-lengde-kule 6.0-høyde-400m/110m hekk 100-diskos 1.75-stav-spyd 800-1500m)	(92) Tallinn, EST	23-24.07.2011
18	7069	Martin Roe, IL Fri $\Sigma W = -1,1$ (11.27-6.74-14.75-1.78-53.17/15.69-43.26-3.90-64.95-5:00.79) / -0,2 / -0,1 / -0,8 (100m-lengde-kule 6.0-høyde-400m/110m hekk 100-diskos 1.75-stav-spyd 800-1500m)	(92) Randers, DEN	12-13.06.2010
16	6029	Martin Roe, IL Fri (11.87-6.22-12.82-1.74-54.33/18.27-42.27-3.60-53.07-5:09.72) / -1,9 / +1,1 / +0,0	(92) Fana	26-27.07.2008

10-kamp - ungdomsøvelser

17	6951	Martin Roe, IL Fri (15.26-42.46-3.40-58.28-37.62/11.33-6.46-15.43-1.76-3:02.50) / +0,9 / +1,3 / +1,3 (110m hekk 91.4-diskos 1.5-stav-spyd 700-300m/100m-lengde-kule 5.0-høyde-1000m)	(92) Kópavogur, ISL	13-14.06.2009
16	6689	Martin Roe, IL Fri (15.09-46.00-3.80-55.76-38.50/11.68-6.55-14.42-1.67-3:06.32) / +0,9 / +1,3 / +1,3 (100m hekk 91.4-diskos 1.5-stav-spyd 700-300m/100m-lengde-kule 5.0-høyde-1000m)	(92) Knarvik	20-21.09.2008

Kast 5-kamp

19	3462	Erlend Bergfjord Næss, Ask Friidrett (44.23-14.65-49.81-34.53-17.12) (slegge 6.0-kule 6.0-diskos 1.75-spyd 800-vekt 11.34)	(02) Bergen/Sk	30.10.2021
18	2336	Halvard Martin Melsås, IL Norna-Salhus (nm-11.07-32.24-34.52-18.11) (slegge 6.0-kule 6.0-diskos 1.75-spyd 800-vekt 11.34)	(05) Bergen/Sk	28.10.2023
17	3664	Sven Martin Skagestad, IL Norna-Salhus (42.18-16.38-52.84-57.99-12.21) (slegge 6.0-kule 6.0-diskos 1.75-spyd 800-vekt 11.34)	(95) Oslo/So	16.09.2012
17	2963	Niklas Liland, Fana IL (51.28-11.51-35.86-32.91-15.08) (slegge 5.0-kule 5.0-diskos 1.5-spyd 700-vekt 11.34)	(04) Bergen/Sk	23.10.2021
16	3182	Sondre Langøy, FIL AKS-77 (54.22-12.44-39.70-39.56-14.05) (slegge 5.0-kule 5.0-diskos 1.5-spyd 700-vekt 11.34)	(06) Knarvik	18.09.2022
15	3150	Sondre Langøy, FIL AKS-77 (43.11-12.74-46.23-44.58-12.77) (slegge 4.0-kule 4.0-diskos 1.0-spyd 600-vekt 9.08)	(06) Bergen/Sk	23.10.2021
14	4122	Ådne Bertin Stuland Olsen, IL Trio (34.95-11.40-33.88-34.48-11.98) (slegge 4.0-kule 4.0-diskos 1.0-spyd 600-vekt 9.08)	(04) Husnes	17.10.2018
13	3537	Anders Vik, FIL AKS-77 (28.26-10.14-35.39-23.23-10.39) (slegge 3.0-kule 3.0-diskos 0.75-spyd 400-vekt 7.26)	(03) Bergen/Sk	24.09.2016