

Norges Fri-idrettsforbund / Norwegian Athletics Federation

Alle tiders beste utendørs / All Time Best Outdoor

Kvinner - 4x100m stafett / Women - 4x100m Relay

pr. 31.12.2025 (oppdatert / updated 18.01.2026)

4x100m stafett / Relay kvinner 35-39 år / Women 35-39 years

55.21	(1)	Sandefjord T&IF	Larvik/Lo	30.05.2015
		(Elin Bjørge Madsen(76)-Nina Solli Vatland(72)-Anette Aashildrød(78)-Åshild Jenssen(70))		
60.59	(1)	FIK BFG Fana	Fana	23.08.1995
		(Heidi Benserud(58)-Randi Margrete Vik Wie(56)-Marit Stene(60)-Siri Bjelland(58))		
60.94	(1)	Steinkjer FIK	Steinkjer	22.05.2010
		(Toril Lauritsen Nyborg(67)-Mari Ann Landsem Melhus(68)-Ellen Schjei Wekre(67)-Liv Karin Olsen Flak(65))		
67.37	(1)	Ask IL	Haukås	02.07.1996
		(Solgun Ellingsen(60)-Astrid Askvik(38)-Dagmar Lyngbø Eriksen(42)-Runa Nygård(54))		

Manuelle tider / Handtiming:

52.9	(1)	Kongsvinger IL	Oslo/Tr	15.06.1991
		(Turid Høiby Johnsen(48)-Anne Grete Hoel(53)-Aud Kari Joramo Holt(55)-Kristin Nygård(56))		
53.1	(2)	Ready	Oslo/Tr	15.06.1991
54.1	(3)	Veldre IL	Oslo/Tr	15.06.1991
		(Sigrun Økelsrud(56)-Inger Marie Skar(53)-Oddbjørg Haakensveen(45)-Erna Krogsti(50))		
57.9	(3)	Gjøvik FIK	Bjørkelangen	16.06.1990
61.0	(3)	Aurskog-Høland FIL	Brumunddal	20.06.1992
		(Bente Sissel Syversen(57)-Erna Hansen(54)-Ann-Margrethe Heggedal(50)-Mona Berget())		
63.1	(1)	Mjøsdalen IL	Hatland	06.09.1990
		(Herborg Ninni Blakstad(42)-Liv M. Stenvold(53)-Ragnhild Hanstvedt(34)-Laila Bernes(50))		
65.5	(1)	Ask Friidrett	Hatland	04.09.1997

Sammensatte lag / Combined Teams:

51.97	(3)	Norge / National Team	Brighton, GBR	20-25.08.1984
52.94	(3)	Norge / National Team	Kristiansand	03.07.1992
		(Anne Marie Skjøllaug(56)-Unni Hanssen Gisletun(56)-Anne Grete Hoel(53)-Aud Kari Joramo Holt(55))		
54.20	(3)35B	Norge / National Team	Göteborg, SWE	17.08.2024
		(Heidi Kopperud(80)-Lene Berger(81)-May-Britt Eikemo(72)-Karen Oxlund Gjerstad(85))		
56.60	(1)	Sogn og Fjordane FIK	Byrkjelo	23.08.1986
		(Ruth Dagny Aske(47)-Björg Dombestein Lofnes(47)-Jorunn Sundal(47)-Margit Nyhammer(51))		
58.48	(1)	Norge / National Team	Helsingborg, SWE	04.08.1985
		(Inger Bækken Kulstad(48)-Kirsten Hausken(48)-Susanna Wold(40)-Astrid Askvik(38))		

Manuelle tider / Handtiming:

51.8	(1)	Norge / National Team	Larvik/Lo	09.08.1981
		(Reidun Aasnæs Corneliussen(43)-Reidun Rushfeldt(45)-Sissel Falck-Jørgensen(40)-Gerd Honerud(43))		
53.3	(1)	Norge / National Team	København, DEN	31.07.1983
54.5	(1)	Oslo FIK / Akershus FIK	Nadderud	24.08.1985
		(Inger Stensvold(45)-Reidun Aasnæs Corneliussen(43)-Gerd von der Lippe(42)-Inger Schiøll Børgesen(46))		
55.4	(2)	Oslo FIK	Nadderud	24.08.1985
		(Vigdis Kyvåg(45)-Reidun Margrethe Skovdahl(47)-Julie Stuberg(47)-Tove Alm(50))		
55.7	(3)	Hedmark FIK	Nadderud	24.08.1985
		(Synnøve Helstad(50)-Erna Krogsti(50)-Tove Rønning(49)-Brit Kristiansen())		

4x100m stafett / Relay kvinner 40-49 år / Women 40-49 years

58.50	(1)	Ullensaker/Kisa IL	Jessheim	19.05.2012
		(Inger Birgitte Monster(68)-Anne Lillegård(73)-Irene Schultze(67)-Lena Opaker Øines(69))		
62.15	(1)	IL i BUL	Larvik/Lo	30.05.2015
		(Ann Elin Sandhaug Schüssel(62)-Mona Rydland(68)-Alexandra Bjerch Andresen(72)-Marit Elisabeth Svegaarden(73))		
66.72	(1)	Osterøy IL	Ravnanger	29.06.1994
		(Signe Hannisdal(51)-Ellinor Langhelle(48)-Elna Haugen(51)-Randi Kleppe(49))		

Manuelle tider / Handtiming:

55.4	(1)	Veldre IL	Bjørkelangen	16.06.1990
		(Tove Rønning(49)-Oddbjørg Haakensveen(45)-Synnøve Helstad(50)-Trine Gotaas(42))		
57.7	(1)	Byåsen IL	Trondheim/Le	27.06.1987
58.4	(2)	Gjøvik FIK	Brumunddal	17.06.1989

Sammensatte lag / Combined Teams:

52.64	(2)	Norge / National Team	Verona, ITA	02.07.1988
52.69	(4)	Norge / National Team	Kristiansand	03.07.1992
54.41	(1)	Norge / National Team	Pori, FIN	02.08.1987
54.43	(4)	Norge / National Team	Budapest, HUN	07.07.1990
54.80	(2)	Norge / National Team	Helsinki, FIN	10.08.1980
59.55	(2)45B	Norge / National Team	Göteborg, SWE	17.08.2024
59.82	(1)	Sogn og Fjordane FIK	Byrkjelo	23.08.1986
60.40	(5)	Norge / National Team	Malmö, SWE	02.08.1986
		(Eva Carlsen(40)-Björg Solheim(40)-Reidun Rushfeldt(45)-Astrid Askvik(38))		

Manuelle tider / Handtiming:

55.5	(1)	Hedmark FIK	Nadderud	24.08.1985
57.9	(2)	Norge / National Team	Larvik/Lo	09.08.1981
		(Jofrid Aaberg Jansen(35)-Astrid Askvik(38)-Kirsten Hveem(25)-Audhild Soot(40))		

4x100m stafett / Relay kvinner 50-59 år / Women 50-59 years

61.80	(1)	Veldre IL	Romedal	02.07.2003
63.36	(1)	Larvik T&IF	Grimstad	31.05.2014
		(Heidi Bart Andersen(1961)-Gro Tanggård Jenssen(1964)-Ragnhild Gulvik(1963)-Kristin Kvisvik(1964))		

Manuelle tider / Handtiming:

60.6	(1)	Veldre IL	Oslo/La	31.05.2003
67.1	(1)	Gjøvik FIK	Brumunddal	17.06.1989
		(Aud Jovall(50)-Oddbjørg Haakensveen(45)-Synnøve Helstad(50)-Trine Gotaas(42))		

Sammensatte lag / Combined Teams:

56.78	(2)	Norge / National Team	Cesenatico, ITA	19.09.1998
59.62	(4)	Norge / National Team	Kristiansand	03.07.1992
59.69	(2)55B	Norge / National Team	Göteborg, SWE	17.08.2024
59.90	(2)	Norge / National Team	Brighton, GBR	20-25.08.1984
59.97	(1)	Norge / National Team	Helsingborg, SWE	04.08.1985
60.13	(3)	Norge / National Team	Jyväskylä, FIN	15.07.2000
61.67	(3)	Norge / National Team	Malmö, SWE	02.08.1986
64.95	(2)	Norge / National Team	Viareggio, ITA	16.09.1978
		(Bodil Hestmann(28)-Kirsten Hveem(25)-Kirsten Lien Garbo (Skarsvåg)(26)-xxx())		

Manuelle tider / Handtiming:

60.4	(1)	Oslo FIK / Akershus FIK	Nadderud	24.08.1985
62.2	(1)	Norge / National Team	København, DEN	31.07.1983
63.7	(1)x	Oslo IL / Bærum SK	Nadderud	20.08.1988
		(Unni Sæther(32)-Kirsten Løes Narum(38)-Gerd Mjelde(33)-Kirsten Hveem(25))		

4x100m stafett / Relay kvinner 60-69 år / Women 60-69 years

Manuelle tider / Handtiming:

72.8	(1)	Oslo IL	Bjerkelangen	16.06.1990
		(Bodil Hestmann(28)-Astrid Synnøve Sandaker(29)-Ingrid Sogstad(26)-Jorun Nygaard(29))		

Sammensatte lag / Combined Teams:

65.57	(3)	Norge / National Team	Eugene/OR, USA	06.08.1989
		(Bodil Hestmann(28)-Jorun Nygaard(29)-Kirsten Hveem(25)-Ingrid Sogstad(26))		
66.92	(2)	Norge / National Team		12.06.1994
		(Astrid Førde(33)-Bodil Hestmann(28)-Gerd Mjelde(33)-Åse Nyland(33))	Athen, GRE	
67.18	(3)	Norge / National Team	Århus, DEN	01.08.2004
		(Herborg Ninni Blakstad(42)-Eva Carlsen(40)-Elise Marie Wåle(42)-Åse Nyland(33))		
67.68	(3)	Norge / National Team	(33) Carolina, PUR	13.07.2003
		(Herborg Ninni Blakstad(42)-Ragnhild Hanstvedt(34)-Grethe Maren Myklestad(42)-Elise Marie Wåle(42))		
69.88	(4)h1	Norge / National Team	Málaga, ESP	16.09.2018
		(Anne Marie Fagerstrøm(55)-Magnhild Myklebust(51)-Herdis Elin Lexau(54)-Björg (Hillersøy) Reknes(52))		
70.71	(3)	Norge / National Team	Cesenatico, ITA	19.09.1998
		(Astrid Førde(33)-Gerd Mjelde(33)-Bodil Hestmann(28)-Åse Nyland(33))		
72.82	(5)	Norge / National Team	Miyazaki, JPN	17.10.1993
		(Gerd Mjelde(33)-Unni Sæther(32)-Kirsten Lien (Garbo) Skarsvåg(26)-Bodil Hestmann(28))		
72.96	(4)65	Norge / National Team	Ljubljana, SLO	03.08.2008
		(Herborg Ninni Blakstad(42)-Eva Carlsen(40)-Ragnhild Hanstvedt(34)-Åse Nyland(33))		
74.59	(3)65	Norge / National Team	Sacramento/CA, USA	17.07.2011
		(Oddbjørg Haakensveen(45)-Ragnhild Hanstvedt(34)-Grethe Maren Myklestad(42)-Eva Carlsen(40))		