

Norges Fri-idrettsforbund / Norwegian Athletics Federation

Alle tiders beste utendørs / All Time Best Outdoor

Kvinner - 5000 m kappgang / Women - 5000 m Race Walk

pr. 31.12.2024 (oppdatert / updated 29.01.2025)

5000 m kappgang / Race Walk Kvinner 35-39 år / Women 35-39 years

21.13,6	(1)	Kjersti Tysse Plätzer, IL Norna Salhus	180172	Fana stadion	28.09.2009
23.48,6	(1)	Merete Helgheim, Gloppen FIL	190980	Os/Kuventræ	25.03.2017
25.25,7	(2)	Hanne Liland, TIF Viking	070869	Fana stadion	13.06.2008
29.18,0	(1)	Ruth Arnesen, Vesterøy IL	141034	Fredrikstad/Lisleby	06.09.1972
29.57,17	(10)	Sølvi Furnes Pettersen, Søfteland TIL	240564	Førde	08.09.2001
32.25,0	(4)	Anne Grethe Hofnes, Trondheim Gangklubb	020163	Lerkendal stadion	31.10.1999
32.44,3	(3)	Nina S. Sælen, Søfteland TIL	220463	Bergen/Sk	19.06.2002
33.10,0	(3)	Liv M. Jensen, IL Stjernen	160231	Fredrikstad/Lisleby	10.06.1970
36.00,0	(3)	Laila Stene, IL Stjernen	020130	Fredrikstad/Lisleby	27.09.1969

5000 m kappgang / Race Walk Kvinner 40-44 år / Women 40-44 years

26.13,98	(2)	Merete Helgheim, Gloppen FIL	190980	Björlanda, SWE	19.08.2024
26.54,23	(1)	Sigrun R. Sangvik, Royal SK	050257	Bismo	05.08.2001
27.27,0	(z/10)	Hanne Liland, TIF Viking	070869	Ballerup (DEN)	05.09.2009
29.33,5	(4)	Sølvi Furnes Pettersen, TIF Viking	240564	Leikvang	11.06.2006
30.17,0	(2)	Ruth Arnesen, Vesterøy IL	141034	Fredrikstad/Lisleby	28.07.1974
30.34,0	(3)	Liv M. Jensen, IL Stjernen	160231	Bergen/Kr	12.08.1972
31.46,0	(2)=	Josefine Kristiansen, IL Stjernen	211007	Fredrikstad	31.10.1947
32.10,0	(6)	Nina S. Sælen, Søfteland TIL	200463	Horten	12.06.2005
33.17,0	(12)	Laila Stene, IL Stjernen	020130	Trondheim stadion	18.09.1971
34.35,7	(3)	Mette Krogenæs, TIF Viking	210564	Bergen/Sk	04.06.2008
		(10)			
35.13,0	(1)	Ingrid Storedale, Døves IK Bergen	110444	Bergen/Sk	29.08.1987
35.26,7	(4)	Synnøve Gustavsen, Fredrikstad IF	300798	Fredrikstad	10.09.1939

(z/10) = offisiell mellomtid underveis på 10000 meter

5000 m kappgang / Race Walk Kvinner 45-49 år / Women 45-49 years

26.12,63	(1)	Sigrun R. Sangvik, Royal SK	050257	Randers (DEN)	26.07.2004
30.56,0	(3)	Nina S. Sælen, TIF Viking	200463	Fana stadion	28.09.2009
31.13,85	(15)	Hanne Liland, IL Varegg	070869	Lyon (FRA)	07.08.2015
32.39,1	(1)	Ingrid Storedale, Døves IK Bergen	110444	Bergen/Sk	09.06.1990
32.48,5	(1)	Eli Rolstad Bakken, TIF Viking	100147	Oslo/Trasop	12.08.1995
33.24,9	(1)	Liv M. Jensen, IL Stjernen	160231	Oslo/Frogner	12.08.1979
33.55,1	(4)	Mette Krogenæs, TIF Viking	210564	Fana stadion	28.09.2009
36.35,6	(3)	Ase Slettebakken, Sund IL	010151	Bergen/Sk	09.06.1999
39.26,0	(2)	Liv Ulven, Østmarka IL	211125	Oslo/Bislett	13.05.1974

5000 m kappgang / Race Walk Kvinner 50-54 år / Women 50-54 years

32.09,3	(1)	Ingrid Storedale, Døves IK Bergen	110444	Bergen/Sk	25.06.1994
---------	-----	-----------------------------------	--------	-----------	------------

5000 m kappgang / Race Walk Kvinner 55-59 år / Women 55-59 years

30.25,8	(3)	Haldis Marit Nagell-Dahl, TIF Viking	160742	Fana stadion	05.08.1998
33.16,52	(13)	Björg Alise Antonsen, Trondheim & Omegn SK	181167	Björlanda, SWE	19.08.2024

5000 m kappgang / Race Walk Kvinner 60-64 år / Women 60-64 years

34.28,2	(6)	Haldis Marit Nagell-Dahl, TIF Viking	160742	Leikvang	11.06.2006
36.20,0	(1)	Magda Olsen, Oslo Gangklubb	130221	Oslo/Frogner	09.06.1981
37.54,0	(6)	Kirsten Lien Skarsvåg, Oslo Gangklubb	141226	Budapest (HUN)	02.07.1990
40.22,76	(21)	Anne Grethe Hofnes, Hommelvik IL	020163	Björlanda, SWE	19.08.2024

5000 m kappgang / Race Walk Kvinner 65-69 år / Women 65-69 years

33.27,52	(1)	Kirsten Lien Skarsvåg, Oslostudentenes IK	141226	Kristiansand	01.07.1992
33.55,7	(1)	Haldis Marit Nagell-Dahl, TIF Viking	160742	Bergen/Sk	04.06.2008

5000 m kappgang / Race Walk Kvinner 70-74 år / Women 70-74 years

35.47,67	(2)	Haldis Marit Nagell-Dahl, TIF Viking	160742	Zittau (GER)	19.08.2012
38.26,58	(2)	Kirsten Lien Skarsvåg, Oslostudentens IK	141226	Cesenatico (ITA)	.09.1998

5000 m kappgang / Race Walk Kvinner 75-79 år / Women 75-79 years

44.17,30	(2)	Kirsten Lien Skarsvåg, Gjerdrum IL	141226	Potsdam (GER)	18.08.2002
----------	-----	------------------------------------	--------	---------------	------------