

KRETSREKORDER MENN 19 ÅR UTENDØRS

ØVELSE	NAVN	KLUBB	RES.	STED	DATO
100 M	Karsten Warholm (96)	Dimna IL	10,54	Lillestrøm	110915
200 M	Karsten Warholm (96)	Dimna IL	21,10	Mannheim/GER	280615
400 M	Karsten Warholm (96)	Dimna IL	46,23	Oslo	110615
800 M	Andreas Vangsnes (00)	Ålesund FIK	1,51,86	Fana	150519
1000 M	Ivar Asbjørn Lervåg (66)	IL Bryn	2,34,2	Trondheim	060685
1500 M	Andreas Vangsnes (00)	Ålesund FIK	3,46,69	Oslo	130619
1 Eng Mile	Frank Otto Meinseth (64)	IL Hødd	4,16,5	Ålesund	280883
3000 M	Håkon Stavik (00)	Ålesund FIK	8,18,44	Nadderud	140619
5000 M	Håkon Stavik (00)	Ålesund FIK	14,26,47	Oslo	050719
10000 M	Ingen notering				
Halvmaraton	Jon Are Stavås (94)	Åndalsnes IF	1,18,17	Hegra	020612
Maraton					
110 M Hekk (106,7)	Karsten Warholm (96)	Dimna IL	14,30	Haugesund	310715
200 M Hekk (76,2)	Toralv Opsal (98)	Ålesund FIK	25,15	Ørsta	230815
400 M Hekk (91,4)	Karsten Warholm (96)	Dimna IL	51,09	Haugesund	010815
2000 M Hinder	Jim Svenøy (72)	Elnesvågen IL	5,45,22	Overhalla	270790
3000 M Hinder	Jim Svenøy (72)	Elnesvågen IL	8,50,02	Thessaloniki/GRE	100891
Høyde	Karsten Warholm (96)	Dimna IL	2,05	Steinkjer	090313
Høyde u.t.	Morten Røst (76)	Mørejarl FIK	1,70	Langevåg	281295
Lengde	Karsten Warholm (96)	Dimna IL	7,66	Mannheim/GER	280615
Lengde u.t.	Stein Helge Mittet (41)	Ålesund IL	3,27	Vigra	270260
Stav	Toralv Opsal (98)	Dimna IL	4,70	Nittedal	220516
Tresteg	Tormod Bakken (48)	Aksla IL	14,72	Meisingset	160767
Kule 6 kg	Jon Gunnar Holten (60)	Surnadal IL	16,31	Østersund/SVE	210779
Diskos	Jon Gunnar Holten (60)	Surnadal IL	48,24	Surnadal	061079
Slegge 7,26	Tore Nyløkken (60)	Rauma FIL	55,84	Raufoss	280979
Spyd 800 g	Petter Ormsettrø (91)	Tingvoll FIK	67,16	Ravnanger	080810
4X100 M	IL Hødd		45,75	Ålesund	230880
	Lag ukjent,antar:Leif Ringstad (63)-Stein Breyholtz (63)-Torbjørn Maaseide JR (64) - Atle Skorpen (61)				
4X200 M	Ørsta IL		1,38,2	Ørsta	280771
	Oddbjørn Brungot (54) - Magnar Bergheim (54) - Ivar Lødemel (56) - Anton Røed Kristiansen (56)				
4X400 M	IL Hødd		3,22,01	Fana	260682
	Stig Lennart Håheim (63) - Leif Ringstad (63) - Torbjørn Maaseide JR (64) - Frank Otto Meinseth (64)				
4X800 M	Ikke notert				
4X1500 M	Elnesvågen IL		16,26,35	Lillehammer	250591
	Roger Håseth (74) - Hjalmar Arnesen (74) - Stig Svenøy (73) - Jim Svenøy (72)				
1000 M Stafett	Dimna IL		1,57,29	Prestfoss	290712
	Hallbjørn Hasund Thorseth (95) - Henrik Overvåg (94) - Karsten Warholm (96) - Martin Haddal Sæther (93)				
10-Kamp	Toralv Opsal (98)	Dimna IL	7815 Poeng	Bydgoszcz/POL	19/200716
	(100m-lengde-kule(6kg)-høyde-400m-110m hekk(100cm)- diskos(1,75kg)-stav-spyd(800g)-1500m) JR				
	(11,30(+0,8) - 7,11(-0,1) - 13,73 - 1,98 - 49,17 - 14,66(+1,1) - 43,08 - 4,70 - 50,23 - 4,21,61)				
MANUELLE TIDER:					
4X100 M Stafett	Ørsta IL		44,0	Sarpsborg	110673
	Einar Rostad (55) - Oddbjørn Brungot (54) - Anton Røed Kristiansen (56) - Ivar Lødemel (56)				

5-Kamp	Bjarte Rekdal (42) (6,03 - 62,60 - 24,5 - 27,30 - 4.28,8)	Larsnes IL	3162 Poeng	Molde	130961
--------	---	------------	------------	-------	--------

KRETSREKORDER MENN 22 ÅR UTENDØRS

ØVELSE	NAVN	KLUBB	RES.	STED	DATO
100 M	Karsten Warholm (96)	Dimna IL	10,52	Lillestrøm	280516
200 M	Karsten Warholm (96)	Dimna IL	21,09	Florø	040616
400 M	Karsten Warholm (96)	Dimna IL	44,87	Florø	100617
800 M	Terje Dyb (69)	IL Hødd	1,50,21	Oslo	010789
1000 M	Frank Otto Meinseth (64)	IL Hødd	2,28,5	Oslo	031084
1500 M	Jim Svenøy (72)	Fræna FIK	3,42,48	Oslo	220794
1 Eng Mile	Jim Svenøy (72)	Fræna FIK	3,58,74	Oslo	220794
3000 M	Kristoffer Sagli (02)	Aure IL	8,03,76	Trondheim	040523
5000 M	Kristoffer Sagli (02)	Aure IL	14,17,67	København/Dan	270523
10000 M					
Halvmaraton	Henrik Hareide Holstad (01)	Hareid IL	1,17,21	Oslo	180921
Maraton					
110 M Hekk (106,7)	Karsten Warholm (96)	Dimna IL	14,30	Haugesund	310715
200 M Hekk (76,2)	Toralv Opsal (98)	Ålesund FIK	25,15	Ørsta	230815
400 M Hekk (91,4)	Karsten Warholm (96)	Dimna IL	48,22	Zürich/SUI	240817
2000 M Hinder	Jim Svenøy (72)	Fræna FIK	5,37,45	Kongsvinger	240792
3000 M Hinder	Jim Svenøy (72)	Fræna FIK	8,28,12	Helsinki/FIN	120894
Høyde	Morten Sæther (54)	IL Molde-Olymp	2,06	Hønefoss	110874
Høyde u.t.	Morten Røst (76)	Mørejarl FIK	1,70	Langevåg	281295
Lengde	Karsten Warholm (96)	Dimna IL	7,66	Mannheim/GER	280615
Lengde u.t.	Tor Hjelkrem (45)	Kristiansund IL	3,40	Kristiansund	240365
Stav	Toralv Opsal (98)	Dimna IL	5,00	Oslo	170620
Tresteg	Tormod Bakken (48)	Aksla IL	15,38	Molde	160668
Kule 7,26 kg	Jon Gunnar Holten (60)	Surnadal IL	17,46	Meisingset	270681
Diskos	Jon Gunnar Holten (60)	Surnadal IL	49,68	Raufoss	310581
Slegge 7,26	Herman Aurdal (99)	Ikornnes IL	59,69	Molde	200621
Spyd 800 g	Petter Ormsettrø (91)	Tingvoll FIK	67,16	Ravnanger	080810
4X100 M	Tingvoll FIK		44,75	Skien	280589
4X200 M	Dimna IL		1,31,73	Bærum	090314
	Hallbjørn Hasund Thorseth (95) - Nicolas Roppen Masters (97) - Henrik Overvåg (94) - Karsten Warholm (96)				
4X400 M	IL Hødd		3,21,05	Nadderud	070784
	Paul Georg Skogen - Stein Arve Dyb - Frank Otto Meinseth - Torbjørn Maaseide JR				
4X800 M	Ikke notert				
4X1500 M	Fræna FIK		16,15,94	Steinkjer	120792

	Hjalmar Arnesen (74) - Stig Svenøy (73) - Christen Bruseth (73) - Jim Svenøy (72)				
1000 M Stafett	Dimna IL		1,54,01	Askøy	310716
	Onar Apelsest (98) - Nicolas Roppen Masters (97) - Toralv Opsal (98) - Karsten Warholm (96)				
10-Kamp	Toralv Opsal (98)	Dimna IL	7694	Oslo	27/280620
	(100m-lengde-kule(7,26kg)-høyde-400m-110m hekk(106,7cm)- diskos(2kg)-stav-spyd(800g)-1500m)				
	(11,20(+0,0) - 7,41(+1,9) - 13,97 - 1,97 - 49,88 - 15,20(+0,3) - 40,13 - 4,85 - 43,73 - 4,23,44)				
MANUELLE TIDER SPRINT :					
100 M	Audun Garshol (51)	Hareid IL	10,4	Oslo	050773
4X100 M:	Ørsta IL		44,0	Sarpsborg	110673
	Einar Rostad (55) - Oddbjørn Brungot (54) - Anton Røed Kristiansen (56) - Ivar Lødemel (56)				
BESTENOTERINGER:					
5-Kamp	Per Steinar Haande (39)	SK Molde-Olymp	3477 Poeng	Molde	111059
	(6,65 - 69,05 -24,2 -35,96 - 4.47,6)				

KRETSREKORDER MENN SENIOR UTENDØRS

ØVELSE	NAVN	KLUBB	RES.	STED	DATO
100 M	Karsten Warholm (96)	Dimna IL	10,47	Zürich/SUI	040924
200 M	Karsten Warholm (96)	Dimna IL	21,09	Florø	040616
400 M	Karsten Warholm (96)	Dimna IL	44,87	Florø	100617
800 M	Frank Otto Meinseth (64)	IL Hødd	1,49,03	Belfast/IRL	270688
1000 M	John Arne Winsnes	Ørsta IL	2,27,87	Frankfurt A.M./GER	010596
1500 M	Kristoffer Sagli (02)	Aure IL	3,37,88	Gøteborg/SVE	260725
1 Eng Mile	Jim Svenøy (72)	Fræna FIK	3,58,74	Oslo	220794
3000 M	Jim Svenøy (72)	Fræna FIK	7,45,37	Florø	230598
5000 M	Jim Svenøy (72)	Fræna FIK	13,37,18	Eugene/USA	260596
10000 M	Jim Svenøy (72)	Fræna FIK	28,42,29	Barakaldo/ESP	100499
Halvmaraton	Asle Olsen (49)	Sunddal IL	1,04,49	Den Haag/NED	270382
Maraton	Svein Hjeltnes (47)	Sunddal IL	2,18,40	Sneek/NED	100678
1 Times løp	Per Gunnar Lien (37)	Aalesund IL	19.199 meter	Ålesund	101065
110 M Hekk (106,7)	Karsten Warholm (96)	Dimna IL	14,30	Haugesund	310715
200 M Hekk (76,2)	Toralv Opsal (98)	Ålesund FIK	25,15	Ørsta	230815
400 M Hekk (91,4)	Karsten Warholm (96)	Dimna IL	45,94	Tokyo/JAP	030821
2000 M Hinder	Jim Svenøy (72)	Fræna FIK	5,26,18	Elnevåggen	240599
3000 M Hinder	Jim Svenøy (72)	Fræna FIK	8,12,05	Brussel/BLE	220897
5000 M Kappgang	Harald Johnny Krokli (60)	Aure IL	29,51,11	Geithus	230623
Høyde	Leif Roar Falkum (49)	Sunddal IL	2,19	Helsinki/FIN	260674
Høyde u.t.	Narve Hoff (57)	Aksla IL	1,71	Ørsta	130382
Lengde	Karsten Warholm (96)	Dimna IL	7,66	Mannheim/GER	280615

Lengde u.t.	Tor Hjelkrem (45)	Kristiansund IL	3,55	Hønefoss	090369
Stav	Toralv Opsal (98)	Dimna IL	5,00	Oslo	170620
Tresteg	Tormod Bakken (48)	Aksla IL	15,38	Molde	160668
Kule 7,26 kg	Jon Gunnar Holten (60)	Surnadal IL	17,46	Meisingset	270681
Diskos	Eldar Bergmann (36)	Sykkylven IL	50,94	Reykjavik/ICE	220764
Slegge 7,26 kg	Herman Aurdal (99)	Ikornnes IL	59,69	Molde	200621
Spyd 800 g	Narve Hoff (57)	Aksla IL	78,54	Nesbyen	160887
4X100 M	Mørejarl FIK		42,23	Nesbyen	160794
	Jarle Øvstegård - Arill Larsen - Ronny Urke - Svein Arne Myhre				
4X200 M	Dimna IL		1,31,73	Bærum	090314
	Hallbjørn Hasund Thorseth (95) - Nicolas Roppen Masters (97) - Henrik Overvåg (94) - Karsten Warholm (96)				
4X400 M	IL Hødd		3,21,05	Nadderud	070784
	Paul Georg Skogen - Stein Arve Dyb - Frank Otto Meinseth - Torbjørn Maaseide JR				
4X800 M	Tingvoll IL		8,11,2	Kristiansund	160768
4X1500 M	Sunndal IL		15,51,0	Fana	200878
	Ivar Reidar Settemsdal - Asle Olsen - Magne Wullum - Bjarne Settemsdal				
1000 M Stafett	Dimna IL		1,53,86	Sandnes	270817
	Ådne Andersen (94) - Nicolas Roppen Masters (97) - Toralv Opsal (98) - Karsten Warholm (96)				
10-Kamp	Toralv Opsal (98)	Dimna IL	7694	Oslo	27/280620
	(100m-lengde-kule(7,26kg)-høyde-400m-110m hekk(106,7cm)- diskos(2kg)-stav-spyd(800g)-1500m)				
	(11,20(+0,0) - 7,41(+1,9) - 13,97 - 1,97 - 49,88 - 15,20(+0,3) - 40,13 - 4,85 - 43,73 - 4,23,44)				

MANUELLE TIDER SPRINT :

100 M	Audun Garshol (51)	Hareid IL	10,4	Oslo	050773
-------	--------------------	-----------	------	------	--------

BESTENOTERINGER:

5-Kamp	Bjarne Wirum (37)	IL Ulvungen	3437 Poeng	Meisingset	080669
	(6,70 -58,74-23,9 -40,60-4.30,9)				

