

NORSK INNENDØRSSTATISTIKK – HISTORISK OVERSIKT

Jo Nesse, SRU

Basert på resultater mottatt pr. 01.07.2026

Tabellene nedenfor viser norske rekorder for senior og de to juniorklassene, hvem som har vært best i øvelsen hvert år, og hva gjennomsnittet for de ti beste (der minst ti har et representativt resultat) har vært siden NFIF startet opp med egne innendørsstatistikker. Der årets gjennomsnitt er bedre enn ett eller flere tidligere sesongers, er de gamle snittene uthevet. **Rekordsnitt er merket i rødt.**

MENN

60 METER

Norsk rekord:	6.55	Jaysuma Saidy Ndure, IL i BUL	Gent, BLE	24.02.2008
Norsk rekord U23:	6.57	Fernando Ramirez, IL i BUL	Liévin, FRA	18.02.1996
Norsk rekord U20:	6.81	Philip Bjørnå Berntsen, IK Tjalve	Birmingham, GBR	23.02.2008

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	6,66	Per Tinius Fremstad-Waldron, IL i BUL	6,769
	6,66	Jacob Vaula, Ullensaker-Kisa IL	
2025	6,66	Per Tinius Fremstad-Waldron, IL i BUL	6,848
2024	6,68	Jacob Vaula, IL Gular	6,829
2023	6,69	Even Meinseth, Sørild FIK	6,821
2022	6,69	Even Meinseth, IL Gular	6,855
2021	6,72	Even Meinseth, IL Gular	6,899
2020	6,83	Even Meinseth, IL Gular	6,914
2019	6,74	Jonathan Quarcoo, FIK Orion	6,869
2018	6,68	Jonathan Quarcoo, FIK Orion	6,878
2017	6,75	Karsten Warholm, Dimna IL	6,859
2016	6,75	Michael Rosenberg, Lillehammer IF	6,811
2015	6,61	Jaysuma Saidy Ndure, IL i BUL	6,809
2014	6,65	Jaysuma Saidy Ndure, IL i BUL	6,849
2013	6,59	Jaysuma Saidy Ndure, IL i BUL	6,911
2012	6,64	Jaysuma Saidy Ndure, IL i BUL	6,935
2011	6,69	Jaysuma Saidy Ndure, IL i BUL	6,918
2010	6,67	Jaysuma Saidy Ndure, IL i BUL	6,935
2009	6,85	Paul Anders Holte, IL Skjalg	6,941
2008	6,55	Jaysuma Saidy Ndure, IL i BUL	6,874
2007	6,73	Martin Rypdal, IL i BUL, Tromsø	6,876
2006	6,81	Martin Rypdal, IL i BUL, Tromsø	6,952
2005	6,81	Martin Rypdal, IL i BUL, Tromsø	7,012
2004	6,72	John Ertzgaard, IK Tjalve	6,944
2003	6,81	John Ertzgaard, IK Tjalve	7,047
2002	6,70	John Ertzgaard, IK Tjalve	6,918
2001	6,74	Aham Okeke, IK Tjalve	6,914
2000	6,71	Aham Okeke, Ready	6,837
1999	6,74	Geir Moen, Moss IL	6,887
1998	6,62	Fernando Ramirez, IL i BUL	6,876
1997	6,63	Fernando Ramirez, IL i BUL	6,873
1996	6,57	Fernando Ramirez, IL i BUL	6,816
1995	6,75	Geir Moen, Moss IL	6,870
1994	6,70	Kenneth Kjensli, IK Tjalve	6,942
1993	6,72	Kenneth Kjensli, IK Tjalve	6,972
1992	6,69	Kenneth Kjensli, IK Tjalve	6,942
1991	6,75	Kenneth Kjensli, IK Tjalve	6,999

1990	6,77	Kenneth Kjensli, IK Tjalve	6.990
1989	6,84	Kenneth Kjensli, IK Tjalve	6.983
1988	6,85	Einar Sagli, IK Tjalve	7.011
1987	6,88	Einar Sagli, IK Tjalve	7.013
1986	6,96	Ole Petter Bakken, Sola IL	7.110
1985	6,94	Tore Bergan, Oslo IL	7.130
1984	6,91	Odd Erik Kristiansen, Oslo IL	7.196
1983	6,93	Odd Erik Kristiansen, Oslo IL	7.058
1982	6,9m	Ole Petter Bakken, Sola IL	7.140
1981	7,03	Audun Garshol, Hamar IL	7.164

100 METER

Norsk rekord:	10.19	Jaysuma Saidy Ndure, IL i BUL	Florø	15.02.2014
Norsk rekord U23:	10.57	Fernando Ramirez, SK Vidar	Drammen	29.01.1995
Norsk rekord U20:	10.62	Christopher Ekene Nordlie, IL i BUL	Rud	12.02.2026

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	10,57	Mathias Hove Johansen, IL Skjalg	10,849
2025	10,70	Øyvind Strømmen Kjerpeset, Florø TIF	10,940
2024	11,05	Alexander Skrede, Sandnes IL	11,446
2023	10,80	Alexander Skrede, Sandnes IL	11,012
2022	10,55	Mathias Hove Johansen, IL Skjalg	11,459
2021	10,38	Mathias Hove Johansen, IL Skjalg	12,106
2020	10,63	Mathias Hove Johansen, IL Skjalg	11,502
2019	11,36	Ben Jeffrey Bennet, Florø TIF	11,699
2018	11,26	Patrick Johannessen, Lørenskog FIL	12,095
2017	10,49	Karsten Warholm, Dimna IL	11,239
2016	10,49	Jaysuma Saidy Ndure, IL i BUL	11,078
2015	10,30	Jaysuma Saidy Ndure, IL i BUL	12,152
2014	10,19	Jaysuma Saidy Ndure, IL i BUL	11,019
2013	10,31	Jaysuma Saidy Ndure, IL i BUL	11,028
2012	11,29	Jostein Jossua Fossøy, Florø TIF	11,422
2011	10,93	Per Magnus Arjun Solli, Nesbyen IL	11,229
2010	10,40	Jaysuma Saidy Ndure, IL i BUL	10,987
2009	10,67	Christian Settemslis Mogstad, Snøgg Friidrett	-
2008	10,67	Philip Bjørnaa Berntsen, IK Tjalve	11,065
2007	10,82	Christian Settemslis Mogstad, Snøgg Friidrett	11,208
2006	10,83	Christian Settemslis Mogstad, Snøgg Friidrett	11,215
2005	11,04	Christian Settemslis Mogstad, Snøgg Friidrett	11,462
2004	11,07	Einar Inge Aasen, IF Hellas	11,285
2003	11,52	Jonathan Bille Perez, IL Sandvin	-
2002	10,67	John Ertzgaard, IK Tjalve	11,140
2001	10,95	Ole Christian Østrem, Lillehammer IF	11,361
2000	10,47	John Ertzgaard, IK Tjalve	10,934
1999	10,72	John Ertzgaard, Raufoss IL	11,062
1998	10,40	Geir Moen, Moss IL	11,045
1997	10,85	Martin Blekkerud, Moss IL	11,221
1996	10,31	Geir Moen, Moss IL	11,029
1995	10,33	Geir Moen, Moss IL	11,005
1994	-		-
1993	10,83	Geir Moen, Moss IL	11,249
1992	11,04	Ole Christian Alsand, Sørild FIK	11,288
1991	10,99	Eivind Seland, Sørild FIK	11,288
1990	10,90	Eivind Seland, Sørild FIK	11,121
1989	10,8m	Aham Okeke, IL i BUL	11,290

1988	10,85	Geir Moen, Moss IL	11.238
1987	10,9m	Jarle Løken, Raufoss IL	11.364
1986	10,89	Ole Petter Bakken, Sola IL	11.310
1985	10,81	Tore Bergan, Oslo IL	11.332
1984	10,92	Odd Erik Kristiansen, Oslo IL	11.177
1983	10,95	Odd Erik Kristiansen, Oslo IL	11.203
1982	10,5m	Kåre Magne Åmot, IK Tjalve	11.120
1981	10,7m	Kåre Magne Åmot, IL Vestar	11.170

200 METER

Norsk rekord:	20.51	Geir Moen, Moss IL	Liévin, FRA	19.02.1995
Norsk rekord U23:	20.91	Karsten Warholm, Dimna IL	Ulsteinvik	05.02.2017
Norsk rekord U20:	21.05	Karsten Warholm, Dimna IL	Ulsteinvik	08.03.2015

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	21,02	Andreas Ofstad Kulseng, IK Tjalve	21,467
2025	21,00	Mathias Hove Johansen, IL Skjalg	21,544
2024	21,13	Mathias Hove Johansen, IL Skjalg	21,637
2023	21,54	Kenny Tijani-Ajayi, IK Tjalve	21,878
2022	21,08	Mathias Hove Johansen, IL Skjalg	21,709
2021	21,09	Mathias Hove Johansen, IL Skjalg	22,039
2020	21,27	Mathias Hove Johansen, IL Skjalg	21,782
2019	21,27	Mathias Hove Johansen, IL Skjalg	21,948
2018	21,31	Mathias Hove Johansen, IL Skjalg	21,802
2017	20,91	Karsten Warholm, Dimna IL	21,666
2016	20,92	Karsten Warholm, Dimna IL	21,575
2015	21,05	Karsten Warholm, Dimna IL	21,659
2014	21,33	Karsten Warholm, Dimna IL	21,828
2013	21,79	Carl Emil Kåshagen, Moelven IL	22,061
2012	21,49	Tormod Hjortnæs Larsen, Lillehammer IF	22,024
2011	21,53	Tormod Hjortnæs Larsen, Lillehammer IF	22,247
2010	21,88	Per Magnus Arjun Solli, Nesbyen IL	22,312
2009	21,61	Christian Settemslis Mogstad, Snøgg Friidrett	22,220
2008	21,70	Christian Settemslis Mogstad, Snøgg Friidrett	22,273
2007	21,81	Christian Settemslis Mogstad, Snøgg Friidrett	22,452
2006	21,70	Christian Settemslis Mogstad, Snøgg Friidrett	22,515
2005	21,82	Martin Rypdal, IL i BUL, Tromsø	22,422
2004	21,53	Morten Sand, Lillehammer IF	22,589
2003	21,35	Morten Sand, Lillehammer IF	22,301
2002	21,55	Geir Moen, Moss IL	22,394
2001	21,79	Aham Okeke, IK Tjalve	22,245
2000	21,08	John Ertzgaard, IK Tjalve	21,984
1999	21,12	Geir Moen, Moss IL	22,232
1998	21,14	Geir Moen, Moss IL	22,064
1997	20,53	Geir Moen, Moss IL	22,060
1996	20,56	Geir Moen, Moss IL	22,070
1995	20,51	Geir Moen, Moss IL	21,880
1994	20,75	Geir Moen, Moss IL	22,179
1993	21,37	Geir Moen, Moss IL	22,524
1992	21,21	Geir Moen, Moss IL	22,333
1991	21,97	Geir Moen, Moss IL	23,085
1990	21,81	Geir Moen, Moss IL	22,694
1989	21,99	Geir Moen, Moss IL	22,932
1988	22,39	Geir Moen, Moss IL	22,739
1987	22,00	Einar Sagli, IK Tjalve	22,759

1986	22,24	Roar Berg, Strindheim IL	22.710
1985	21,99	Tore Bergan, Oslo IL	22.903
1984	22,92	Odd Erik Kristiansen, Oslo IL	23.374
1983	22,37	Odd Erik Kristiansen, Oslo IL	-
1982	-		-
1981	-		-

400 METER

Norsk rekord:	45,05	Karsten Warholm, Dimna IL	Glasgow, GBR	02.03.2019
Norsk rekord U23:	45,59	Karsten Warholm, Dimna IL	Rud	03.02.2018
Norsk rekord U20:	47,04	Bastian E. Aurstad, Steinkjer FIK	Steinkjer	03.11.2022

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	46,95	Andreas Grimerud, Moelven IL	48,332
2025	46,16	Håvard Bentsdal Ingvaldsen, Moelven IL	48,212
2024	45,34	Karsten Warholm, Dimna IL	47,462
2023	45,31	Karsten Warholm, Dimna IL	47,775
2022	46,50	Håvard Bentsdal Ingvaldsen, Moelven IL	48,306
2021	48,09	Håvard Bentsdal Ingvaldsen, Moelven IL	49,680
2020	45,97	Karsten Warholm, Dimna	49,061
2019	45,05	Karsten Warholm, Dimna	49,332
2018	45,59	Karsten Warholm, Dimna	49,600
2017	45,96	Karsten Warholm, Dimna	49,029
2016	46,31	Karsten Warholm, Dimna	48,594
2015	47,25	Karsten Warholm, Dimna	49,366
2014	48,20	Karsten Warholm, Dimna	50,232
2013	48,78	Andreas Roth, Ullensaker/Kisa IL	49,271
2012	48,24	Sondre Nyvold Lid, Molde-Olymp	49,456
2011	49,58	Lars Eric Sæther, Steinkjer FIK	50,040
2010	49,20	Mauritz Kåshagen, Moleven IL	50,372
2009	48,54	Mauritz Kåshagen, Moleven IL	50,169
2008	48,62	Tormod Hjortnæs Larsen, Lillehammer IF	49,846
2007	48,58	Morten Sand, Lillehammer IF	49,803
2006	48,17	Quincey Douglas, IL Gular	49,242
2005	48,08	Quincey Douglas, IL Gular	49,982
2004	47,74	Morten Sand, Lillehammer IF	50,468
2003	47,71	Morten Sand, Lillehammer IF	50,040
2002	47,56	Quincey Douglas, IL Gular	49,422
2001	48,62	Frank Fiske, IL Frol	49,911
2000	47,71	Quincy Douglas, IL Gular	49,888
1999	47,43	Quincy Douglas, IL Gular	49,605
1998	48,04	Quincy Douglas, IL Gular	49,835
1997	47,56	Quincy Douglas, IL Gular	49,625
1996	49,02	Anders Gjeldnes, Lambertseter IF	49,877
1995	48,47	Anders Gjeldnes, Lambertseter IF	49,715
1994	47,73	Vebjørn Rodal, Oppdal FIK	49,655
1993	48,63	Marius Rooth, Lambertseter IF	49,882
1992	48,18	Ole Christian Alsand, Sørild FIK	49,515
1991	48,79	Marius Rooth, Lambertseter IF	50,587
1990	49,35	Marius Rooth, Lambertseter IF	50,693
1989	49,95	Marius Rooth, Lambertseter IF	50,931
1988	49,73	Hermund Storsæter, Sørild FIK	50,444
1987	49,01	Svein Erik Storlien, IK Tjalve	50,424
1986	50,03	Atle Hjort-Larsen, IK Tjalve	50,762
1985	49,5m	Sindre Ryan, IF Minerva	50,706

1984	48,73	Bo Breigan, Fredrikstad IF	51.304
1983	49,30	Svein Erik Storlien, IK Tjalve	51.146
1982	50,35	Børre Myhrvold, IF Hellas	-
1981	50,1m	Børre Myhrvold, IF Hellas	-

800 METER

Norsk rekord:	1:46.28	Vebjørn Rodal, Oppdal FIK	Birmingham, GBR	23.02.1997
Norsk rekord U23:	1:47.38	Tobias Grønstad, IK Tjalve	Rud	13.02.2022
Norsk rekord U20:	1:47.85	Andreas Kramer, SK Vidar	Stockholm/G, SWE	17.02.2016

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 110 beste
2026	1:47.90	Håkon Moe Berg, Kyrksæterøra IL	1:50.632
2025	1:48.90	Tobias Grønstad, IK Tjalve	1:52.246
2024	1:48.33	Ole Jacob Solbu, Ås IL	1:53.550
2023	1:48.12	Ole Jacob Solbu, Ås IL	1:52.313
2022	1:47.38	Tobias Grønstad, IK Tjalve	1:53.259
2021	1:48.86	Tobias Grønstad, IK Tjalve	2:00.750
2020	1:49.56	Filip Ingebrigtsen, Sandnes IL	1:52.314
2019	1:48.90	Markus Einan, Ullensaker/Kisa IL	1:54.306
2018	1:48,62	Thomas Roth, Ullensaker/Kisa IL	1:53.925
2017	1:50.90	Andreas Roth, Ullensaker/Kisa IL	1:54.954
2016	1:48.60	Thomas Roth, Ullensaker/Kisa IL	1:53.463
2015	1:47.26	Thomas Roth, Ullensaker/Kisa IL	1:50.524
2014	1:50.59	Roald Frøskeland, Steinkjer FIK	1:54.646
2013	1:49.50	Thomas Roth, Ullensaker/Kisa IL	1:54.554
2012	1:49.62	Henrik Ingebrigtsen, Sandnes IL	1:53.791
2011	1:51.30	Thomas Roth, Ullensaker/Kisa IL	1:54.108
2010	1:49.85	Thomas Roth, Ullensaker/Kisa IL	1:55.681
2009	1:51.97	Morten Velde, Haugesund IL	1:55.072
2008	1:55.24	Torje Klevmo, Steinkjer FIK	1:57.498
2007	1:51.10	Ådne Svahn Dæhlin, IL Gular	1:55.710
2006	1:50.106	Ådne Svahn Dæhlin, IL Gular	1:56.859
2005	1:51.70 (1:50.08>)	Lars Kjerengtrøen, IK Tjalve	1:55.862
2004	1:54.35	Hans Chr. Nettelund van Nijkerk, IL Gular	1:56.597
2003	1:52.17	Hans Chr. Nettelund van Nijkerk, IL Gular	1:57.460
2002	1:51.67	Kjetil Hodnekvam, FIL AKS-77	1:56.562
2001	1:53.18	Kjetil Hodnekvam, FIL AKS-77	1:56.344
2000	1:50.13	Kjetil Hodnekvam, FIL AKS-77	1:56.405
1999	1:46.53	Vebjørn Rodal, Oppdal FIK	1:55.569
1998	1:46.34	Vebjørn Rodal, Oppdal FIK	1:53.272
1997	1:46.28	Vebjørn Rodal, Oppdal FIK	1:53.040
1996	1:53.7	Marius Bakken, IL Runar	1:56.123
1995	1:47.30	Tor Øivind Ødegård, Minerva Friidrett	1:54.128
1994	1:53.45	Eivind Solbu, Ås IL	1:55.277
1993	1:49.79	Tor Øivind Ødegård, IF Minerva	1:54.943
1992	1:50.82	Tor Øivind Ødegård, IF Minerva	1:54.109
1991	1:51.89	Tommy Gjølga, IL i BUL	1:54.664
1990	1:52.10	Bo Breigan, IF Minerva	1:54.564
1989	1:50.80	Atle Karlsen, Fredrikstad IF	1:52.942
1988	1:52.78	Odd Magne Øgreid, IL Skjalg	1:54.306
1987	1:52.69	Morten Jurs, IK Tjalve	1:54.220
1986	1:52.73>	Kurt Henriksen, Fagernes IL (Ofoten)	1:55.181
1985	1:52.6	Lars Stene, Heimdal IF	1:53.495
1984	1:50.70	Espen Borge, IF Hellas	1:54.181
1983	1:53.3	Morten Warland, IL Skjalg	1:55.353

1982	1:53.6	Morten Warland, IL Skjalg	-
1981	1:53.8	Peter Nørgaard, Ready	1:56.190

1500 METER

Norsk rekord:	3:29.63	Jakob Ingebrigtsen, Sandnes IL	Lievin, FRA	13.02.2025
Norsk rekord U23:	3:30.60	Jakob Ingebrigtsen, Sandnes IL	Lievin, FRA	17.02.2022
Norsk rekord U20:	3:36.02	Jakob Ingebrigtsen, Sandnes	Düsseldorf, GER	20.02.2019

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	3:33.96	Håkon Moe Berg, Kyrksæterøra IL	3:46.088
2025	3:29.63+	Jakob Ingebrigtsen, Sandnes IL	3:43.262
2024	3:37.03	Narve Gilje Nordås, Sandnes IL	3:47.084
2023	3:32.38	Jakob Ingebrigtsen, Sandnes IL	3:45.343
2022	3:30.60	Jakob Ingebrigtsen, Sandnes IL	3:47.232
2021	3:31.80	Jakob Ingebrigtsen, Sandnes IL	3:52.593
2020	3:36.32	Filip Ingebrigtsen, Sandnes IL	3:51.021
2019	3:36.02	Jakob Ingebrigtsen, Sandnes IL	3:48.514
2018	3:40.31	Jakob Ingebrigtsen, Sandnes IL	3:52.129
2017	3:49.72	Marius Vedvik, IL Gular	3:52.629
2016	3:42.31	Henrik Ingebrigtsen, Sandnes IL	3:50.711
2015	3:39.70	Henrik Ingebrigtsen, Sandnes IL	3:51.969
2014	3:56.22	Thomas Solberg Eide, IL Gular	4:00.294
2013	3:51.33	Erik Udø Pedersen, Holum IL	3:59.471
2012	3:44.00	Henrik Ingebrigtsen, Sandnes IL	3:56.778
2011	3:49.20	Thomas Solberg Eide, Haugesund IL	3:54.841
2010	3:44.01	Henrik Ingebrigtsen, Sandnes IL	3:57.149
2009	3:47.43	Kjetil Måkestad, IL Gular	4:02.237
2008	3:47.79	Joachim Brøndbo, Steinkjer FIK	-
2007	3:45.43	Joachim Brøndbo, Steinkjer FIK	4:02.037
2006	3:52.80	Odd Morten Brekke, IL Skjalg	4:02.560
2005	3:57.23	Morten Velde, Haugesund IL	4:02.643
2004	4:02.76	Joachim Brøndbo, Mosvik IL	4:07.318
2003	3:56.90	Odd Morten Brekke, IL Staal	4:01.366
2002	3:54.44	Odd Morten Brekke, IL Staal	4:03.329
2001	3:57.99	Terje Aggvin, Ås IL	4:02.889
2000	3:59.35	Terje Aggvin, Ås IL	4:05.493
1999	3:47.44	Tor Øivind Ødegård, Fredrikstad IF	4:03.588
1998	3:41.37	Jim Sveøy, Fræna FIK	-
1997	3:46.75	Tor Øivind Ødegård, Fredrikstad IF	4:01.727
1996	3:56.54	Kjetil Røe Edvardsen, IK Tjalve	-
1995	3:44.24	Atle Karlsen, Minerva Friidrett	4:01.160
1994	3:50.71	Bernt Eltervaag, IK Tjalve	3:58.346
1993	3:52.31	Tommy Gjøga, IL i BUL	3:57.537
1992	3:49.66	Tommy Gjøga, IL i BUL	3:56.186
1991	3:49.86	Igor Kristensen, IF Minerva	-
1990	3:50.24	Ove Talsnes, IK Tjalve	-
1989	3:43.80	Espen Borge, IK Tjalve	3:52.333
1988	3:48.58	Ove Talsnes, IL Gular	3:53.522
1987	3:49.0	Igor Kristensen, IF Minerva	3:53.780
1986	3:46.39	Lars Stene, Heimdal IF	-
1985	3:49.31	Lars Stene, Heimdal IF	3:53.025
1984	3:46.79	Per Erling Kristoffersen, IF Minerva	3:53.189
1983	3:50.00	Lars Ove Strømø, Stord IL	3:52.734
1982	3:51.9	Bjarte Sleire, IL Skjalg	-
1981	3:51.8	Bjorge Ruud, Ringerike FIK	3:56.820

3000 METER

Norsk rekord:	7:39.05	Narve Gilje Nordås, Sandnes IL	Karlsruhe, GER	07.02.2025
Norsk rekord U23:	7:48.20	Jakob Ingebrigtsen, Sandnes IL	Torun, POL	07.03.2021
Norsk rekord U20:	7:51.20	Jakob Ingebrigtsen, Sandnes	Glasgow, GBR	01.03.2019

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	7:41.44	Narve Gilje Nordås, Sandnes IL	8:04.998
2025	7:39.05	Narve Gilje Nordås, Sandnes IL	7:52.922
2024	7:41.28	Narve Gilje Nordås, Sandnes IL	8:03.808
2023	7:40.32	Jakob Ingebrigtsen, Sandnes IL	7:59.430
2022	7:46.92	Ferdinand Kvan Edman, IK Tjalve	8:05.854
2021	7:48.20	Jakob Ingebrigtsen, Sandnes IL	8:04.909
2020	7:57.87	Marius Vedvik, IL Gular	8:16.583
2019	7:49.73	Filip Ingebrigtsen, Sandnes IL	8:06.311
2018	7:56.74	Jakob Ingebrigtsen, Sandnes IL	8:14.693
2017	7:55.26	Henrik Ingebrigtsen, Sandnes IL	8:14.949
2016	8:04.08	Henrik Ingebrigtsen, Sandnes IL	8:15.175
2015	7:45.54	Henrik Ingebrigtsen, Sandnes IL	8:15.353
2014	8:23.33	Tom Erling Kårbø, Stord IL	8:33.486
2013	7:55.77	Henrik Ingebrigtsen, Sandnes IL	8:23.623
2012	8:06.65	Bjørnar Ustad Kristensen, Sandnes IL	8:26.341
2011	7:58.29	Bjørnar Ustad Kristensen, Sandnes IL	8:31.165
2010	8:11.02>	Lars Erik Malde, IL Skjalg	8:37.739
2009	8:29.79	Joachim Brøndbo, Steinkjer FIK	8:48.033
2008	8:01.75	Bjørnar Ustad Kristensen, Sandnes IL	-
2007	7:58.86	Bjørnar Ustad Kristensen, Sandnes IL	8:47.465
2006	8:21.90	Bjørnar Ustad Kristensen, Sandnes IL	8:40.082
2005	8:32.90	Trond Idland, Gjesdal IL	8:48.541
2004	8:27.15	Øystein Sylta, SK Vidar	8:50.194
2003	8:04.26	Marius Bakken, IL Runar	8:34.345
2002	8:08.73	Henrik Sandstad, SK Vidar	-
2001	8:10.57	Henrik Sandstad, SK Vidar	8:30.269
2000	8:31.58	Jarle Risa, Undheim IL	-
1999	8:23.12	Kenneth Svendsen, IF Sturla	8:36.954
1998	7:47.59	Jim Svenøy, Fræna FIK	8:23.433
1997	7:52.66	Jim Svenøy, Fræna FIK	8:27.329
1996	8:08.06	Karl Johan Rasmussen, Bislett FIK	8:34.298
1995	8:02.59	Jim Svenøy, Fræna FIK	8:28.855
1994	7:51.25	Jim Svenøy, Fræna FIK	8:25.627
1993	8:21.15	Knut Hegvold, Trønder-Øst FIK	8:35.391
1992	7:57.68	Are Nakkim, Moss IL	8:28.444
1991	7:55.86	Are Nakkim, Moss IL	8:24.899
1990	7:52.06	Are Nakkim, Moss IL	8:20.670
1989	8:11.23	Eirik Hansen, IK Tjalve	8:28.664
1988	8:09.37	Truls Nygård, IL Gular	8:24.724
1987	7:54.93	Eirik Hansen, IK Tjalve	8:11.982
1986	7:58.86	Are Nakkim, Moss IL	8:12.148
1985	8:00.02	Stig Roar Husby, IL i BUL	8:13.933
1984	8:03.86	Per Erling Kristoffersen, IF Minerva	8:11.794
1983	8:13.1	Bjarte Sleire, IL Skjalg	8:17.027
1982	8:06.6	Bjarte Sleire, IL Skjalg	8:17.790
1981	8:21.8	Jan Fjærestad, Fana IL	-

60 METER HEKK/HURDLES

Norsk rekord:	7.64	Anthony Ommundsen Johnsen, SK Vidar	Rud	14.02.2026
Norsk rekord U23:	7.64	Anthony Ommundsen Johnsen, SK Vidar	Rud	14.02.2026
Norsk rekord U20:	7.64 (106,7)	Anthony Ommundsen Johnsen, SK Vidar	Rud	14.02.2026
Norsk rekord U20:	7.53 (100)	Anthony Ommundsen Johnsen, SK Vidar	Rud	08.02.2026

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	7,64	Anthony Ommundsen Johnsen, SK Vidar	8,243
2025	7,93	Sander Skotheim, IK Tjalve	-
2024	7,93	Sander Skotheim, IK Tjalve	8,293
2023	7,71	Vladimir Vukicevic, SK Vidar	8,504
2022	7,73	Vladimir Vukicevic, SK Vidar	-
2021	7,73	Vladimir Vukicevic, SK Vidar	8,598
2020	7,87	Vladimir Vukicevic, SK Vidar	8,755
2019	7,75	Vladimir Vukicevic, SK Vidar	8,771
2018	7,73	Vladimir Vukicevic, SK Vidar	8,553
2017	7,75	Vladimir Vukicevic, SK Vidar	-
2016	7,73	Vladimir Vukicevic, SK Vidar	8,704
2015	7,98	Vladimir Vukicevic, SK Vidar	8,629
2014	7,75	Vladimir Vukicevic, SK Vidar	9,047
2013	7,69	Vladimir Vukicevic, SK Vidar	8,821
2012	7,86	Vladimir Vukicevic, Ski IL	8,703
2011	7,95	Vladimir Vukicevic, Ski IL	8,610
2010	8,06	Eivind Havang, Florø TIF	-
2009	8,09	Eivind Havang, Florø TIF	-
2008	7,99	Eivind Havang, Florø TIF	8,536
2007	7,98	Eivind Havang, Florø TIF	8,590
2006	8,05	Magnus Husby Rostad, Steinkjer FIK	8,379
2005	7,95	Magnus Husby Rostad, Steinkjer FIK	8,314
2004	8,01	Magnus Husby Rostad, Steinkjer FIK	8,538
2003	8,27	Knut Harald Sommerfeldt, IF Hellas	8,690
2002	7,97	Kenneth Halhjem, IL Gular	8,477
2001	7,96	Kenneth Halhjem, IL Gular	8.309
2000	7,96	Tom Erik Olsen, SK Vidar	8,422
1999	7,90	Kenneth Halhjem, IL Gular	8,414
1998	7,70	Gaute Melby Gundersen, Minerva Friidrett	8,297
1997	7,78	Gaute Melby Gundersen, Minerva Friidrett	8,278
1996	7,97	Erik Ulvness, SK Vidar	8,343
1995	7,81	Gaute Melby Gundersen, Minerva Friidrett	8,187
1994	8,29	Kjetil Espetvedt, TIL Hovding	8,467
1993	7,88	Gaute Melby Gundersen, SK Vidar	8,285
1992	7,83	Erik Ulvness, SK Vidar	8.224
1991	7,92	Gaute Melby Gundersen, Lambertseter IF	8,365
1990	7,96	Per Nicolaisen, IK Tjalve	8,263
1989	8,05	Per Nicolaisen, IK Tjalve	8,399
1988	8,17 8,17	Lars Hansen, IK Tjalve Per Nicolaisen, IK Tjalve	8,393
1987	8,01	Petter Hesselberg, Byåsen IL	8,467
1986	8,03	Petter Hesselberg, Byåsen IL	8,496
1985	7,97	Petter Hesselberg, Byåsen IL	8,456
1984	8,23	Petter Hesselberg, Byåsen IL	9,056
1983	8,09	Einar Hernes, Bodø FIK	-
1982	7,9m	Einar Hernes, IK Grand	-
1981	8,39	Trond Knaplund, Grorud IL	-

HØYDE/HIGH JUMP

Norsk rekord:	2.36	Steinar Hoen, IK Tjalve	Balingen, GER	12.02.1994
Norsk rekord U23:	2.27	Steinar Hoen, IK Tjalve	Stockholm, SWE	04.02.1992
Norsk rekord U20:	2.17	Bjørn Olsson, Asker SK	Stange	30.01.1994

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	2,16	Erlend Bolstad Raa, Fyllingen IL	1,974
2025	2,21	Erlend Bolstad Raa, Fyllingen IL	2,050
2024	2,13	Sander Aae Skotheim, IK Tjalve	1,982
2023	2,20	Sander Aae Skotheim, IK Tjalve	1,971
2022	2,14	Sander Aae Skotheim, IK Tjalve	1,909
2021	2,12	Sander Aae Skotheim, IK Tjalve	1,947
2020	2,10	Vetle Raa Ellingsen, Fana IL	1,985
2019	2,00 2,00 2,00 2,00	Sander Aae Skotheim, IK Tjalve Vetle Raa Ellingsen, Fana IL Frederik Jahr, IL Tyrving Jon Simen Mangset, Moelven IL	1,942
2018	2,06 2,06 2,06	Henrik Holmberg, Vik IL Frederik Jahr, IL Tyrving Erlend Bolstad Raa, Fana IL	1,974
2017	2,12	Kristoffer Nilsen, IL i BUL	1,981
2016	2,11	Kristoffer Nilsen, IL i BUL	1,997
2015	2,10	Sindre Gelius Eikje, Haugesund IL	2,003
2014	2,21	Kristoffer Nilsen, IL i BUL	2,022
2013	2,18	Brede Raa Ellingsen, IL Norna-Salhus	2,061
2012	2,21	Brede Raa Ellingsen, IL Norna-Salhus	2,023
2011	2,17	Kristoffer Nilsen, IL i BUL	2,071
2010	2,20	Brede Raa Ellingsen, IL Norna-Salhus	2,005
2009	2,10	Kjølve Egeland, IL i BUL	1,967
2008	2,11 2,11	Kjølve Egeland, IL i BUL Brede Raa Ellingsen, IL Norna-Salhus	1,960
2007	2,03	Christian Eriksrød, IL i BUL	1,952
2006	2,05	Benjamin Jensen, IL Norna-Salhus	1,978
2005	2,06	Andreas Aune Viken, Fredrikstad IF	1,948
2004	2,09	Tor Christian Maast, IK Tjalve	1,962
2003	2,09	Ove Lindekleiv, Sandnes IL	2,022
2002	2,10	Jon Sigurd Utgårdsløkken, Aurskog-Høland	1,997
2001	2,22	Bjørn Olsson, IK Tjalve	2,055
2000	2,24	Steinar Hoen, IK Tjalve	2,016
1999	2,24	Steinar Hoen, IK Tjalve	2,071
1998	2,32	Steinar Hoen, IK Tjalve	2,060
1997	2,33	Steinar Hoen, IK Tjalve	2,084
1996	2,34	Steinar Hoen, IK Tjalve	2,114
1995	2,36	Steinar Hoen, IK Tjalve	2,104
1994	2,36	Steinar Hoen, IK Tjalve	2,137
1993	2,27	Steinar Hoen, IK Tjalve	2,084
1992	2,27	Steinar Hoen, IK Tjalve	2,097
1991	2,20 2,20	Håkon Särnblom, IF Minerva Steinar Hoen, IK Tjalve	2,124
1990	2,25	Håkon Särnblom, IF Minerva	2,127
1989	2,23	Gisle Ellingsen, IL Norna-Salhus	2,089
1988	2,24	Håkon Särnblom, IK Tjalve	2,123
1987	2,14	Håkon Särnblom, IK Tjalve	2,097
1986	2,11	Jan Langøy, IF Minerva	2,058
1985	2,14	Roar Haugland, IL Gneist	2,081
1984	2,15	Terje Totland, Eikanger IL	2,083
1983	2,17	Jan Hegland, IL Skjalg	2,073
1982	2,10	Lars Drevvatne, IL Gular	2,033
1981	2,18	Terje Totland, Eikanger IL	2,060

HØYDE UTEN TILLØP/STANDING HIGH JUMP

Norsk rekord:	1.82	Sturle Kalstad, IL Gular	Oslo	13.03.1983
Norsk rekord U23:	1.82	Sturle Kalstad, IL Gular	Oslo	13.03.1983
Norsk rekord U20:	1.76	Sturle Kalstad, IL Gular	Bergen	27.01.1980

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	1,70	Preben Rosland, Sørild FIK	1,576
2025	1,66	Jonathan Askeland, Sørild FIK	1,587
	1,66	Alexander Nyberget, Askim IF	
2024	1,64	Jonathan Askeland, Sørild FIK	1,558
2023	1,67	Jonathan Askeland, Sørild FIK	1,604
2022	1,72	Kenneth Bjorvatn, Birkenes IL	1,598
2021	1,65	Sven Martin Skagestad, IL Norna-Salhus	1,544
2020	1,73	Martin Fagelund, IF Sturla	1,618
2019	1,70	Martin Fagelund, IF Sturla	1,567
2018	1,75	Martin Fagelund, IF Sturla	1,585
2017	1,72	Martin Fagelund, IF Sturla	1,641
2016	1,74	Martin Fagelund, IF Sturla	1,633
2015	1,70	Kristoffer Buhagen, Trondheim Friidrett	1,593
2014	1,73	Martin Fagelund, IF Sturla	1.613
2013	1,80	Paul Redford, Nittedal IL	1,638
2012	1,73	Paul Redford, Nittedal IL	1.613
2011	1,78	Morten Haave, IL Tyrving	1.642
2010	1,72	Morten Haave, IL Tyrving	1.601
2009	1,69	Morten Haave, IL Tyrving	1.602
2008	1,73	Morten Haave, IL Tyrving	1.602
2007	1,68	Joachim Wiborg, Herkules Friidrett	1.615
2006	1,74	Thomas Mellin-Olsen, IL Gular	1.643
2005	1,71	Magnus Husby Rostad, Steinkjer FIK	1.610
2004	1,70	Magnus Husby Rostad, Steinkjer FIK	1.613
2003	1,70	Klaus Hansen, IL Flint	1.634
2002	1,68	Magnus Husby Rostad, Steinkjer FIK	1.617
2001	1,71	Klaus Hansen, IL Flint	1.621
2000	1,71	Jon Sigurd Utgårdsløkken, Aurskog-Høland	1.651
1999	1,73	Jon Sigurd Utgårdsløkken, Aurskog-Høland	1.655
1998	1,73	Morten Pedersen, IL Norna-Salhus	1.666
1997	1,71	Lars Olav Hole, Ringerike FIK	1.630
1996	1,70	Morten Røst, Mørejarl FIK	1.660
1995	1,73	Kjell Ove Hauge, Gloppen FIL	1.667
1994	1,69	Peder Aabel Haugen, IK Tjalve	1.656
1993	1,74	Sturle Kalstad, IL Gular	1.657
1992	1,74	Sturle Kalstad, IL Gular	1.662
1991	1,73	Petter Ording, NTHI	1.663
1990	1,75	Sturle Kalstad, IL Gular	1.681
1989	1,75	Sturle Kalstad, IL Gular	1.679
1988	1,76	Sturle Kalstad, IL Gular	1.670
1987	1,75	Sturle Kalstad, IL Gular	1.661
1986	1,75	Sturle Kalstad, IL Gular	1.671
1985	1,74	Sturle Kalstad, IL Gular	1.664
1984	1,80	Sturle Kalstad, IL Gular	1.683
1983	1,82	Sturle Kalstad, IL Gular	1.685
1982	1,71	Halvor Spildrejordet, Nesbyen IL	1.685
1981	1,75	Klaus Hansen, IL Stein	1.686
1980	1,76	Sturle Kalstad, Rosendal IL	1.685

1979	1,75	Sturle Kalstad, Rosendal IL	1.683
1978	1,78	Klaus Hansen, IL Stein	1.698

STAV/POLE VAULT

Norsk rekord:	6,00	Sondre Guttormsen, SK Vidar	Albuquerque, USA	10.03.2023
Norsk rekord U23:	5.83	Pål Haugen Lillefosse, Fana IL	Uppsala, SWE	13.02.2022
Norsk rekord U20:	5.70	Pål Haugen Lillefosse, Fana IL	Ulsteinvik	28.02.2020

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	6,06	Sondre Guttormsen, SK Vidar	5,161
2025	5,90	Sondre Guttormsen, SK Vidar	5,175
2024	5,82	Sondre Guttormsen, SK Vidar	5,147
	5,82	Pål Haugen Lillefosse, Fana IL	
2023	6,00	Sondre Guttormsen, SK Vidar	5,127
2022	5,83	Pål Haugen Lillefosse, Fana IL	5,144
2021	5,74	Sondre Guttormsen, SK Vidar	4,916
2020	5,70	Pål Haugen Lillefosse, Fana IL	5,181
2019	5,73	Sondre Guttormsen, SK Vidar	5,115
2018	5,56	Eirik Greibrokk Dolve, Fana IL	4,975
2017	5,55	Eirik Greibrokk Dolve, Fana IL	4,844
2016	5,41	Per Magne Florvaag, Sandnes IL	4,813
2015	5,45	Eirik Greibrokk Dolve, Fana IL	4,806
2014	5,15	Per Magne Florvaag, Sandnes IL	4,605
2013	5,30	Per Magne Florvaag, Sandnes IL	4,570
2012	5,00	Eirik Greibrokk Dolve, IL Fri	4,436
2011	4,70	Lars Vikan Rise, Nidelv IL	4,327
2010	4,70	Lars Vikan Rise, Nidelv IL	4,284
2009	4,70	Hednning Dahl Holti, Moelven IL	4,295
2008	4,50	Knut Harald Sommerfeldt, IF Hellas	4,148
2007	4,80	Hans Olav Uldal, IK Grane	4,437
2006	5,05	Benjamin Jensen, IL Norna-Salhus	4,619
2005	4,80	Hans Olav Uldal, IK Grane	4,397
2004	4,93	Benjamin Jensen, IL Norna-Salhus	4,444
2003	5,51	Tom Erik Olsen, IL Norna-Salhus	4,756
2002	5,50	Tom Erik Olsen, IL Norna-Salhus	4,850
2001	5,41	Tom Erik Olsen, IL Norna-Salhus	4,779
2000	5,50	Trond Barthel, Gjøvik FIK	4,870
1999	5,71	Trond Barthel, Gjøvik FIK	4,865
1998	5,70	Trond Barthel, Gjøvik FIK	4,882
1997	5,65	Trond Barthel, Gjøvik FIK	4,837
1996	5,65	Trond Barthel, Gjøvik FIK	4,575
1995	5,55	Trond Barthel, Gjøvik FIK	4,670
1994	5,30	Trond Barthel, Gjøvik FIK	4,585
1993	5,30	Trond Barthel, Gjøvik FIK	4,390
1992	5,25	Trond Barthel, Gjøvik FIK	4,606
1991	5,02	Trond Barthel, Gjøvik FIK	4,372
1990	5,15	Trond Barthel, Gjøvik FIK	4,535
1989	4,89	Alexander Grelland, Spydeberg IL	4,489
1988	4,87	Alexander Grelland, Spydeberg IL	4,499
1987	4,80	Alexander Grelland, Spydeberg IL	4,336
1986	4,90	Dag Vidar Nilsen, IK Tjalve	4,140
1985	4,90	Ivar Moen, Kongsvinger IL	4,247
1984	4,85	Bertil Reppen, IK Tjalve	4,026
1983	4,40	Svein Ruud, Namsen FIF	3,700
1982	4,70	Bertil Reppen, IF Kamp/Vestheim	4,020

1981	4,40	Jan Narvesen, Kongsvinger IL	3.704
------	------	------------------------------	-------

LENGDE/LONG JUMP

Norsk rekord:	8,19	Sander Skotheim, IK Tjalve	Tallin, EST	01.02.2025
Norsk rekord U23:	7.87	Henrik Flåtnes, Tønsberg FIK	Karlsruhe, GER	28.01.2022
Norsk rekord U20:	7.63	Henrik Flåtnes, Tønsberg FIK	Ulsteinvik	25.01.2019

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	7,78	Henrik Flåtnes, SK Vidar	7,185
2025	8,19	Sander Skotheim, IK Tjalve	7,349
2024	7,83	Sander Skotheim, IK Tjalve	7,108
2023	7,74	Henrik Flåtnes, Tønsberg FIK	7,018
2022	7,87	Henrik Flåtnes, Tønsberg FIK	7,123
2021	7,62	Henrik Flåtnes, Tønsberg FIK	7,041
2020	7,53	Henrik Flåtnes, Tønsberg FIK	7,135
2019	7,61	Henrik Flåtnes, Tønsberg FIK	7,122
2018	7,81	Martin Roe, IL Fri	7,135
2017	7,57	Ingar Kiplesund, Trondheim Friidrett	6,939
2016	7,47	Karsten Warholm, Dimna IL	6,984
2015	7,49	Karsten Warholm, Dimna IL	7,067
2014	7,47	Karsten Warholm, Dimna IL	7,029
2013	7,55	Jonas Mögenburg, IL Tyrving	6,914
2012	7,25	Jonas Mögenburg, IL Tyrving	6,963
2011	7,32	Jonas Mögenburg, IL Tyrving	6,959
2010	7,35	Vetle Utsi Onstad, IK Tjalve	6,766
2009	7,31	Lars Vikan Riase, Nidelv IL	6,932
2008	7,33	Vetle Utsi Onstad, Fagernes IL	6,984
2007	7,30	Lars Ytterhaug, IK Tjalve	6,961
2006	7,33	Knut Harald Sommerfeldt, IF Hellas	7,024
2005	7,26	Knut Harald Sommerfeldt, IF Hellas	6,915
2004	7,24	Thomas Mellin-Olsen, IL Gular	6,857
2003	7,10	Knut Harald Sommerfeldt, IF Hellas	6,862
2002	7,61	Thomas Mellin-Olsen, IL Gular	6,970
2001	7,23	Arjan Bos, IK Tjalve	6,935
2000	7,27	Tom Erik Olsen, SK Vidar	7,044
1999	7,18	Trond Erik Nilsen, Ask IL	6,862
1998	7,19	Gøran Moen, IL Gular	6,980
1997	7,43	Gøran Moen, IL Gular	6,905
1996	7,60	Morten Næss, Sørild FIK	7,182
1995	7,41	Pål Sæther, Follo FIK	7,069
1994	7,31	Geir Moen, Moss IL	7,087
1993	7,56	Morten Næss, Sørild FIK	6,995
1992	7,64 (lav grop)	Morten Næss, Sørild FIK	7,030
1991	7,60	Morten Næss, Sørild FIK	7,117
1990	7,55	Morten Næss, Sørild FIK	7,123
1989	7,44	Geir Moen, Moss IL	7,154
1988	7,18	Magnus Grendal, Hommelvik IL	7,021
1987	7,52	Lars Hansen, IK Tjalve	7,027
1986	7,52	Lars Hansen, IK Tjalve	7,086
1985	7,61	Einar Sagli, IK Tjalve	7,111
1984	7,44	Einar Sagli, IK Tjalve	7,080
1983	7,37	Einar Sagli, IK Tjalve	7,050
1982	7,33	Einar Sagli, IK Tjalve	6,958
1981	7,10	Kleng Brekkå, Åkra IL	6,824

NB! Merk at alle snitt før 2009 inkluderer resultater i lav grop og derfor ikke er 100 % sammenlignbare

LENGDE UTEN TILLØP/STANDING LONG JUMP

Norsk rekord:	3.71	Arne Tvervaag, Ringerike FIK	Noresund	11.11.1968
Norsk rekord U23:	3.52	Johan Chr Evandt, Bergens TF	Bergen	05.12.1956
Norsk rekord U20:	3.45	Thor A. Wiersdalen, Langangen IL	Langangen	17.01.1965

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	3,46	Kenneth Bjorvatn, Birkenes IL	3,247
2025	3,44	Kenneth Bjorvatn, Birkenes IL	3,220
2024	3,43	Kenneth Bjorvatn, Birkenes IL	3,164
2023	3,43	Kenneth Bjorvatn, Birkenes IL	3,143
2022	3,53	Kenneth Bjorvatn, Birkenes IL	3,203
2021	3,27	Stig Ove Dahlen Selnes, Namsen FIF	3,132
2020	3,34	Joachim Skjønhaug, Bækkelagets SK	3,215
2019	3,46	Kenneth Bjorvatn, Birkenes IL	3,233
2018	3,32	Thomas Wiborg, Herkules Friidrett	3,192
2017	3,24	Ola Stunes Isene, IF Sturla	3,142
2016	3,40	Thomas Wiborg, Herkules Friidrett	3,207
2015	3,47	Thomas Wiborg, Herkules Friidrett	3,230
2014	3,55	Thomas Wiborg, Herkules Friidrett	3,285
2013	3,47	Thomas Wiborg, Herkules Friidrett	3,234
2012	3,37	Thomas Wiborg, Herkules Friidrett	3,217
2011	3,35	Thomas Wiborg, Herkules Friidrett	3,252
2010	3,45	Eivind Stavang, Florø TIF	3,257
2009	3,35	Thomas Wiborg, Herkules Friidrett	3,209
2008	3,33	Trond Erik Nilsen, Ask IL	3,216
2007	3,43	Christopher Selmer, IK Tjalve	3,231
2006	3,42	Christopher Selmer, IK Tjalve	3,223
2005	3,39	Christopher Selmer, IK Tjalve	3,317
2004	3,35	Håvard Landsem, Namsen FIF	3,211
2003	3,30	Trond Erik Nilsen, Ask IL	3,214
2002	3,42	Kenneth Halhjem, IL Gular	3,254
2001	3,62	Kenneth Halhjem, IL Gular	3,290
2000	3,47	Ketill Hanstveit, IL Norna-Salhus	3,237
1999	3,47	Ketill Hanstveit, IL Norna-Salhus	3,263
1998	3,44	Kjetil Flaathen, IF Herkules	3,305
1997	3,48	Kjetil Flaathen, IF Herkules	3,270
1996	3,47	Kjetil Flaathen, IF Herkules	3,297
1995	3,35	Kjell Ove Hauge, Gloppen FIL	3,269
1994	3,39	Kjell Ove Hauge, Gloppen FIL	3,263
1993	3,40	Ketill Hanstveit, IL Norna-Salhus	3,297
1992	3,29	Narve Hoff, Ålesund FIK	3,253
1991	3,30	Jon Martin Denstadli, Byåsen IL	3,265
1990	3,33	Narve Hoff, IL Valder	3,248
1989	3,32	Geir Yngve Brevik, Lakselv IL	3,246
1988	3,26	Tor Agnar Breisten, IL Norna-Salhus	3,221
1987	3,32	Petter Ording, IL Høvdingen	3,248
1986	3,30	Narve Hoff, Aksla IL	3,235
1985	3,42	Arne Martin Tinghaug, Strengereid IL	3,256
1984	3,34	Arne Martin Tinghaug, Strengereid IL	3,273
1983	3,33	Tor Agnar Breisten, IL Norna-Salhus	3,261
1982	3,42	Thor Hjelkrem, IL Norodd	3,264
1981	3,36	Odd Arne Røste, Brandbu IF	3,292

1980	3,35	Bjørn Kringstad, Stenshaug IL	3.287
1979	3,35	Jon Sandnes, IF Torodd	3.303
1978	3,44	Thor Hjelkrem, Kristiansund IL	3.309

TRESTEG/TRIPLE JUMP

Norsk rekord:	16.96	Sigurd Njerve, IL Norna-Salhus	Borlänge, SWE	18.02.1996
Norsk rekord U23:	16.42	Ketill Hanstveit, IL Norna-Salhus	Malmö, SWE	26.02.1995
Norsk rekord U20:	15.51	Ketill Hanstveit, IL Norna-Salhus	Stange	09.02.1992

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	15,33	Christian Thomassen, Aremark IF	13,852
2025	15,83	Henrik Flåtnes, Tønsberg IF	14,318
2024	15,24	Viljar Gjerde, IL Norna-Salhus	13,697
2023	16,07	Henrik Flåtnes, Tønsberg IF	14,918
2022	15,84	Sander Aae Skotheim, IK Tjalve	14,697
2021	14,68	Sander Aae Skotheim, IK Tjalve	-
2020	15,00	Per Bucher-Johannessen, Fana IL	14,463
2019	15,02	Per Bucher-Johannessen, Fana IL	14,463
2018	15,22	Erik Lund, IL i BUL	14,352
2017	15,22	Erik Lund, IL i BUL	14,387
2016	15,73	Vetle Utsi Onstad, IK Tjalve	14,299
2015	15,76	Vetle Utsi Onstad, IK Tjalve	14,094
2014	15,07	Vetle Utsi Onstad, IK Tjalve	13,814
2013	16,05	Sindre Almsengen, IL Norna-Salhus	13,745
2012	15,06	Jonathan Varela Byrkjenes, IL Norna-Salhus	13,774
2011	15,62	Sindre Almsengen, IL Norna-Salhus	13,977
2010	14,58	Brede Raa Ellingsen, IL Norna-Salhus	13,474
2009	15,46	Lars Ytterhaug, IK Tjalve	13,341
2008	15,41	Lars Ytterhaug, IK Tjalve	14,097
2007	14,64	Lars Ytterhaug, IK Tjalve	14,085
2006	15,20	Fredrik Amundsen, IL Norna-Salhus	14,575
2005	15,12	Lars Ytterhaug, IK Tjalve	13,364
2004	15,17	Arjan Bos, IK Tjalve	14,212
2003	15,12	Arjan Bos, IK Tjalve	14,062
2002	16,70	Ketill Hanstveit, IL Norna-Salhus	14,225
2001	15,37	Trond Erik Nilsen, Ask IL	14,095
2000	16,70	Ketill Hanstveit, IL Norna-Salhus	14,691
1999	15,37	Trond Erik Nilsen, Ask IL	14,182
1998	16,95	Ketill Hanstveit, IL Norna-Salhus	14,723
1997	16,92	Sigurd Njerve, IL Norna-Salhus	14,240
1996	16,96	Sigurd Njerve, IL Norna-Salhus	14,354
1995	16,42	Ketill Hanstveit, IL Norna-Salhus	14,728
1994	14,74	Birger Søyland, FIK Orion	-
1993	14,88	Trond Erik Nilsen, Ask IL	14,062
1992	15,51	Ketill Hanstveit, IL Norna-Salhus	14,688
1991	15,14	Ketill Hanstveit, IL Norna-Salhus	13,973
1990	15,61	Birger Søyland, IL i BUL	14,592
1989	15,26	Birger Søyland, IL i BUL	14,565
1988	15,39	Jan Hegland, IL Skjalg	14,319
1987	14,90	Espen Gullikstad, IK Tjalve	14,141
1986	15,69	Birger Søyland, IL i BUL	14,361
1985	15,47	Torstein Dahle, IL i BUL	14,285
1984	16,07	Torstein Dahle, IL i BUL	14,365
1983	15,15	Torstein Dahle, Fana IL	13,872
1982	14,45	Torstein Dahle, Fana IL	-
1981	15,30	Kristen Fløgstad, Søgne IL	-

KULE/SHOT

Norsk rekord:	21,09	Marcus Thomsen, IK Tjalve	Växjö, SWE	01.02.2021
Norsk rekord U23:	21,01	Marcus Thomsen, IK Tjalve	Rud	01.02.2020
Norsk rekord U20:	18,29 (7,26)	Markus Thomsen, IK Tjalve	Århus, DEN	30.12.2016
Norsk rekord U20:	21,47 (6)	Markus Thomsen, IK Tjalve	Ballerup, DEN	27.12.2017

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	20,63	Marcus Thomsen, IL Norna-Salhus	15,332
2025	16,54	Henrik From Vesterli, Hattfjelldal IL	14,373
2024	17,31	Henrik From Vesterli, Hattfjelldal IL	14,074
2023	20,88	Marcus Thomsen, IK Tjalve	14,740
2022	20,87	Marcus Thomsen, IK Tjalve	15,104
2021	21,09	Marcus Thomsen, IK Tjalve	14,021
2020	21,01	Marcus Thomsen, IK Tjalve	13,940
2019	20,58	Marcus Thomsen, IK Tjalve	14,108
2018	19,67	Marcus Thomsen, IK Tjalve	14,767
2017	18,29	Marcus Thomsen, IK Tjalve	15,223
2016	18,03	Marcus Thomsen, IK Tjalve	15,019
2015	16,49	Ola Stunes Isene, IF Sturla	14,420
2014	17,34	Stian Andersen, Urædd Friidrett	14,547
2013	17,66	Stian Andersen, Urædd Friidrett	14,629
2012	16,83	Stian Andersen, Urædd Friidrett	14,067
2011	17,51	Stian Andersen, Urædd Friidrett	15,444
2010	16,75	Knut Steinar Syversen, Sarpsborg IL	15,338
2009	17,16	Knut Steinar Syversen, Sarpsborg IL	15,164
2008	16,97	Knut Steinar Syversen, Sarpsborg IL	14,984
2007	15,80	Ida Grøneng Havn, Florø TIF	14,284
2006	15,42	Knut Steinar Syversen, Sarpsborg IL	14,156
2005	17,95	Gaute Myklebust, IL Norna-Salhus	14,749
2004	17,42	Gaute Myklebust, IL Norna-Salhus	14,665
2003	15,37	Stein T. Syversen, FIL Borg	13,628
2002	19,15	Gjoran Sørli, IK Tjalve	14,921
2001	19,41	Gjoran Sørli, IK Tjalve	15,542
2000	18,22	Gjoran Sørli, IK Tjalve	15,310
1999	17,80	Gjoran Sørli, Egersunds IK	14,083
1998	19,53	Gjoran Sørli, Egersunds IK	15,968
1997	20,37	Kjell Ove Hauge, Gloppen FIL	15,397
1996	18,78	Goerg Andersen, IF Urædd	15,624
1995	19,29	Roar Hoff, IL Nybrott	15,594
1994	18,55	Kjell Ove Hauge, Gloppen FIL	16,103
1993	18,54	Kjell Ove Hauge, Gloppen FIL	15,907
1992	19,66	Lars Arvid Nilsen, IF Urædd	16,874
1991	20,28	Jan Sagedal, IK Tjalve	17,559
1990	19,66	Lars Arvid Nilsen, IF Urædd	17,481
1989	20,98	Georg Andersen, IF Urædd	16,831
1988	19,56	Georg Andersen, IF Urædd	16,520
1987	20,39	Lars Arvid Nilsen, IF Urædd	17,662
1986	20,15	Lars Arvid Nilsen, IF Urædd	15,641
1985	19,54	Knut Hjeltnes, IL Gular	16,878
1984	17,55	Jan Sagedal, Froland IL	16,610
1983	17,49	Jan Sagedal, Froland IL	15,986
1982	17,00	Jan Sagedal, Froland IL	16,324
1981	16,81	Halvor Spildrejorde, Nesbyen IL	15,790

7-KAMP/HEPTATHLON

Norsk rekord:	6484	Sander Aae Skotheim, IK Tjalve	Tallin, EST	03.02.2025
Norsk rekord U23:	6407	Sander Aae Skotheim, IK Tjalve	Glasgow, GBR	03.02.2024
Norsk rekord U20S:	5409	Benjamin Jensen, Mandal & Halse IL	Stange	28.02.1993
Norsk rekord U20J:	6015	Sander Aae Skotheim, IK Tjalve	Rud	21.02.2021

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	5788	Jonathan Hertwig-Ødegaard, SK Vidar	
2025	6558	Sander Aae Skotheim, IK Tjalve	
2024	6407	Sander Aae Skotheim, IK Tjalve	
2023	6318	Sander Aae Skotheim, IK Tjalve	
2022	5965	Sander Aae Skotheim, IK Tjalve	
2021	5521	Toralv Opsal, Dimna IL	
2020	5301	Henrik Holmberg, Vik IL	
2019	5951	Martin Roe, IL Fri	
2018	5951	Martin Roe, IL Fri	
2017	5690	Martin Roe, IL Fri	
2016	5652	Lars Vikan Rise, Nidelv IL	
2015	5531	Lars Vikan Rise, Nidelv IL	
2014	5331	Martin Roe, IL Fri	
2013	5429	Lars Vikan Rise, Nidelv IL	
2012	5525	Hans Olav Uldal, IK Grane	
2011	5902	Lars Vikan Rise, Nidelv IL	
2010	5710	Lars Vikan Rise, Nidelv IL	
2009	5639	Lars Vikan Rise, Nidelv IL	
2008	5267	Lars Vikan Rise, Nidelv IL	
2007	5478>	Hans Olav Uldal, IK Grane	
2006	5702	Knut Harald Sommerfeldt, IF Hellas	
2005	5546	Hans Olav Uldal, IK Grane	
2004	5273	Knut Harald Sommerfeldt, IF Hellas	
2003	5062	Knut Harald Sommerfeldt, IF Hellas	
2002	5636	Knut Harald Sommerfeldt, IF Hellas	
2001	5422	Knut Harald Sommerfeldt, IF Hellas	
2000	5395	Espen Strindberg, IF Hellas	
1999	5897	Tom Erik Olsen, SK Vidar	
1998	5769	Benjamin Jensen, IK Tjalve	
1997	5648	Benjamin Jensen, IK Tjalve	
1996	4685	Espen Strindberg, IF Hellas	
1995	5308	Sean Clancy, IL Skjalg	
1994	3678*	Sean Clancy, IL Skjalg	
1993	5409	Benjamin Jensen, Mandal & Halse IL	
1992	5322	Dag Frode Skogheim, IK Tjalve	
1991	5006	Sean Clancy, IL Skjalg	
1990	5111	Harald Vikne, Tønsberg FIK	
1989	5397	Knut Harald Gundersen, Kongsberg IF	
1988	3897*	Even Hytten, Tønsberg FIK	
1987	4059*	Knut Harald Gundersen, Kongsberg IF	
1986	4777 (100/110 hekk)	Trond Skramstad, Kongsberg IF	
1985	4930 (100/110 hekk)	Bjørn Moss, IK Tjalve	
1984	5277	Knut Harald Gundersen, Kongsberg IF	
1983	3936*	Trond Skramstad, Kongsberg IF	
1982	-		
1981	3854* (55 m hekk)	Gudmund Olsen, Sigdal FIK	

*) 5-kamp

4 x 200 METER

Norsk rekord:	1:24.59	Norge (Karsten Warholm-Jonathan Quarcoco-Even Meinseth-Jaysuma Saidy Ndure)	Växjö, SWE	13.02.2016
	1:26.64	Moelven IL (Håvard Bentsdal Ingvaldsen-Andreas Grimerud-Sjur Thallaug-Fredrik Schonhowd)	Steinkjer	03.03.2024
Norsk rekord U23:	1:27.03	IL Gneist (Gjert Høie Sjursen-Sindre Strønstad-Løseth-Oscar Alm Harestad-Thomas Strønstad-Løseth)	Ulsteinvik	06.02.2022
Norsk rekord U20:	1:29.33	IL i BUL (Josh A. Bjerke-Jonas M. Rosholt-Elijah Ramirez-Christopher Nodlie)	Hvam	08.02.2026

År	Beste resultat	Klubb
2026	1:28.34	IL Gneist
2025	1:27.41	IL i BUL
2024	1:26.64	Moelven IL
2023	1:27.38	IL Gular
2022	1:26.91	IL Gular
2021	-	
2020	1:28.96	IK Tjalve
2019	1:29.11	IL Skjalg
2018	1:27.90	IL Tyrving
2017	1:28.18	IL Tyrving
2016	1:27.66	Dimna IL
2015	1:27.91	Ranheim IL
2014	1:30.84	Trondheim Friidrett
2013	1:29.47	Lillehammer IF
2012	1:28.82	Ranheim IL
2011	1:29.13	IK Tjalve
2010	1:30.24	Moelven IL
2009	1:29.57	Moelven IL
2008	1:31.41	Moelven IL
2007	1:28.76	IL i BUL, Tromsø
2006	1:31.53	IL i BUL, Tromsø
2005	1:31.07	IL i BUL, Tromsø
2004	1:32.73	IL Gular
2003	1:32.60	FIK Orion
2002	1:29.79	IL Gular
2001	1:30.29	IK Tjalve1
2000	1:32.13	Haugesund IL
1999	1:31.16	IK Tjalve
1998	1:29.18	IL Gular
1997	1:28.67	Moss IL
1996	1:28.43	IL Gular
1995	1:29.76	IF Sturla
1994	1:29.68	IL Skjalg1
1993	1:30.32	IF Sturla
1992	1:28.97	Sørild FIK
1991	1:30.42	Sørild FIK
1990	1:30.60	IK Tjalve
1989	1:30.42	Lambertseter IF
1988	1:30.44	IK Tjalve
1987	1:29.05	IK Tjalve
1986	1:30.22	IK Tjalve
1985	1:30.7	IK Tjalve
1984	1:36.4	IF Hellas
1983	1:32.88	IF Minerva
1982	1:32.0	Fana IL

1981	1:32.9	Sola IL
------	--------	---------

KVINNER

60 METER

Norsk rekord:	7.10	Ezinne Okparaebo, IL i BUL	Praha, CZE	08.03.2015
Rekord U23:	7.21	Ezinne Okparaebo, IL i BUL	Torino, ITA	08.03.2009
Rekord U20:	7.33	Ezinne Okparaebo, IL i BUL	Birmingham, GBR	03.03.2007

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	7,42 7,42	Elea Bock, SK Vidar Ingvild Meinseth, Sørild FIK	7,579
2025	7,33	Helene Rønningen, IL Tyrving	7,557
2024	7,26	Helene Rønningen, IL Tyrving	7,611
2023	7,32	Helene Rønningen, IL Tyrving	7,540
2022	7,37	Helene Rønningen, IL Tyrving	7,568
2021	7,36	Helene Rønningen, IL Tyrving	7,584
2020	7,34	Ezinne Okparaebo, IL i BUL	7,535
2019	7,27	Ezinne Okparaebo, IL i BUL	7,559
2018	7,17	Ezinne Okparaebo, IL i BUL	7,542
2017	7,13	Ezinne Okparaebo, IL i BUL	7,523
2016	7,17	Ezinne Okparaebo, IL i BUL	7,549
2015	7,10	Ezinne Okparaebo, IL i BUL	7,641
2014	7,18	Ezinne Okparaebo, IL i BUL	7,622
2013	7,13	Ezinne Okparaebo, IL i BUL	7,622
2012	7,17	Ezinne Okparaebo, IL i BUL	7,692
2011	7,17	Ezinne Okparaebo, IL i BUL	7,691
2010	7,37	Folake Akyniemi, IL i BUL	7,696
2009	7,21	Ezinne Okparaebo, IL i BUL	7,647
2008	7,34	Ezinne Okparaebo, IL i BUL	7,665
2007	7,33	Ezinne Okparaebo, IL i BUL	7,591
2006	7,43	Anne Cathrine Bakken, IK Tjalve	7,583
2005	7,63	Elisabeth Slettum, IL Skjalg	7,753
2004	7,55	Ann Helen Rinden, Åmdal IL	7,736
2003	7,55	Inger Elisabeth Tørre, IL i BUL	7,810
2002	7,46	Inger Elisabeth Tørre, IL i BUL	7,801
2001	7,62	Anne Cathrine Bakken, IL i BUL	7,891
2000	7,67	Synnøve Jayne Andersen, IF Sturla	7,798
1999	7,47	Marit Nyberg Birknes, IL i BUL	7,739
1998	7,66	Ann Helen Rinden, Åmdal IL	7,826
1997	7,53	Marit Nyberg Birknes, IL i BUL	7,752
1996	7,39	Ingvild Larsen, Laksevåg TIL	7,692
1995	7,41	Monica Grefstad, Minerva Friidrett	7,643
1994	7,51	Monica Grefstad, IF Minerva	7,702
1993	7,53	Sølvi Meinseth, SK Vidar	7,727
1992	7,53	Sølvi Meinseth, SK Vidar	7,752
1991	7,45	Sølvi Olsen, SK Vidar	7,706
1990	7,48	Sølvi Olsen, IL Gular	7,671
1989	7,48	Sølvi Olsen, IL Gular	7,716
1988	7,47	Mette Husbyn, Fossum IF	7,695
1987	7,48	Mette Husbyn, Ranheim IL	7,718
1986	7,52	Mette Husbyn, Ranheim IL	7,786

1985	7,61	Mette Husbyen, Oslo IL	7.788
1984	7,6m	Ann Marit Kleive, Aksla IL	7.990
1983	7,70	Siri Merete Kaldager Øen, Oslo IL	7.869
1982	7,6m	Iris Zetterstrøm, IL Skjalg	7.930
1981	7,78 7,5m	Eva Paulsen Skardal IL i BUL Mona Evjen, IL i BUL	7.944

100 METER

Norsk rekord:	11.42	Ezinne Okparaebo, IL i BUL	Florø	21.02.2009
Rekord U23:	11.42	Ezinne Okparaebo, IL i BUL	Florø	21.02.2009
Rekord U20:	11.71	Folake Akinyemi, SK Vidar	Florø	21.02.2009

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	11,86	Christine Bjelland Jensen, IL Norna-Salhus	12,567
2025	12,10	Oda Asdal Hansen, IL Skjalg	12,497
2024	12,41	Oda Asdal Hansen, IL Skjalg	13,214
2023	12,29	Tora Bøgeberg Lilleaas, Eidanger IL	12,862
2022	12,11	Hanne Berit Irgens, Sandnes IL	13,215
2021	12,70	Tonje Nedberg, IL Skjalg	-
2020	12,59	Ingrid Pernille Rismark, SK Vidar	12,790
2019	12,79	Karine Jacobsen, Bækkelagets SK	13,164
2018	12,65	Pernille Sina Lund, Bækkelagets SK	13,120
2017	12,02	Christine Bjelland Jensen, IL Gular	12,992
2016	11,89	Christine Bjelland Jensen, IL Gular	12,875
2015	12,98	Tonje Nedberg, IL Sandvin	13,496
2014	11,88	Christine Bjelland Jensen, IL Gular	12,770
2013	11,80	Folake Akyniemi, SK Vidar	12,597
2012	12,29	Hege Vold, Kristiansands IF	12,953
2011	11,63	Ezinne Okparaebo, IL i BUL	12,740
2010	11,71	Folake Akyniemi, IL i BUL	12,370
2009	11,42	Ezinne Okparaebo, IL i BUL	12,573
2008	11,81	Folake Akyniemi, IL i BUL	12,254
2007	11,78	Ezinne Okparaebo, IL i BUL	12,243
2006	11,93	Ezinne Okparaebo, IL i BUL	12,167
2005	12,61	Ezinne Okparaebo, IL i BUL	12,823
2004	11,84	Elisabeth Slettum, IL Skjalg	12,376
2003	12,26	Synnøve Jane Andersen, IF Sturla	12,740
2002	11,86	Anne Cathrine Bakken, IK Tjalve	12,474
2001	12,46	Anne Cathrine Bakken, IL i BUL	12,834
2000	12,07	Synnøve Jayne Andersen, IF Sturla	12,395
1999	12,27	Anne Cathrine Bakken, IL i BUL	12,478
1998	12,29	Anne Cathrine Bakken, IL i BUL	12,668
1997	12,11	Marit Nyberg Birknes, IL i BUL	12,643
1996	12,28	Ingrid Lund, Lillehammer IF	12,752
1995	11,86	Marit Nyberg, IL i BUL	-
1994	-		-
1993	12,15	Trine Rugsveen, Lillehammer IF	-
1992	12,17	Karin Solbakken, Raufoss IL	12,847
1991	12,10	Trine Rugsveen, Lillehammer IF	12,661
1990	12,03	Anette Dave, Raufoss IL	12,567
1989	11,7m	Karin Solbakken, Raufoss IL	12,750
1988	12,58 11,9m	Nina Gustavsen, IL Flint Karin Solbakken, Raufoss IL	12,594
1987	12,0m	Sølvi Olsen, Sørild FIK	12,610
1986	12,09	Sølvi Olsen, Sørild FIK	12,491
1985	12,14	Sølvi Olsen, Sørild FIK	12,453

1984	12,08	Sølvi Olsen, Lia IL	12.531
1983	12,38	Siri Merete Kaldager Øen, Oslo IL	12.575
1982	11,7m	Mona Evjen, IL i BUL	12.200
1981	11,8m	Mona Evjen, IL i BUL	12.320

200 METER

Norsk rekord:	22,99	Henriette Jæger, Aremark IF	Rud	20.01.2024
Rekord U23:	22,99	Henriette Jæger, Aremark IF	Rud	20.01.2024
Rekord U20:	23,55	Henriette Jæger, Aremark IF	Rud	02.02.2021

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	23,54	Martine Hjørnevik, IL Norna-salhus	24,168
2025	23,04	Henriette Jæger, Aremark IF	24,265
2024	22,99	Henriette Jæger, Aremark IF	24,159
2023	23,48	Christine Bjelland Jensen, IL Norna-Salhus	24,334
2022	23,39	Elisabeth Slettum, IL Skjalg	24,150
2021	23,70	Helene Rønningen, IL Tyrving	24,422
2020	23,55	Henriette Jæger, Aremark IF	24,341
2019	23,57	Helene Rønningen, IL Tyrving	24,292
2018	23,41	Helene Rønningen, IL Tyrving	24,441
2017	23,57	Helene Rønningen, IL Tyrving	24,501
2016	23,63	Helene Rønningen, IL Tyrving	24,313
2015	23,94	Astrid Mangen Cederqvist, SK Vidar	24,833
2014	24,04	Elisabeth Slettum, IL Skjalg	24,652
2013	24,07	Elisabeth Slettum, IL Skjalg	24,790
2012	24,31	Line Kloster, SK Vidar	24,976
2011	24,47	Nina Katrine Brandt, Steinkjer FIK	25,034
2010	24,82	Marte Jørgensen, IK Tjalve	25,164
2009	24,55	Folake Akyniemi, IL i BUL	25,134
2008	23,89	Elisabeth Slettum, IL Skjalg	25,090
2007	23,93>	Elisabeth Slettum, IL Skjalg	25,168
2006	24,22	Elisabeth Slettum, IL Skjalg	25,187
2005	23,90	Elisabeth Slettum, IL Skjalg	25,389
2004	23,66	Elisabeth Slettum, IL Skjalg	25,313
2003	24,64	Sigvor Melve, SK Vidar	25,518
2002	24,34	Sigvor Melve, SK Vidar	25,993
2001	25,41	Tina Stilson, Trondheim Friidrett	25,956
2000	25,31	Margit Katrine Strand, IK Tjalve	26,089
1999	24,48	Sigvor Melve, IL i BUL	25,399
1998	24,83	Ann Helen Rinden, Åmdal IL	25,427
1997	24,41	Marit Nyberg Birknes, IL i BUL	25,333
1996	24,25	Karin Solbakken, Raufoss IL	25,498
1995	24,18	Sølvi Meinseth, Sørild FIK	25,224
1994	24,47	Mona Karin Riisnes, FIG BFG Fana	25,464
1993	24,00	Sølvi Meinseth, SK Vidar	25,461
1992	23,84	Sølvi Meinseth, SK Vidar	25,215
1991	24,01	Sølvi Olsen, SK Vidar	25,558
1990	24,85	Mona Karin Riisnes, IL	25,693
1989	24,72	Sølvi Olsen, IL Gular	26,181
1988	25,08	Marianne Drivdal, IL i BUL	-
1987	24,63	Mette Husbyn, Ranheim IL	25,956
1986	24,58	Sølvi Olsen, Sørild FIK	25,974
1985	24,34	Sølvi Olsen, Sørild FIK	25,933
1984	25,4m	Mona Evjen, IL i BUL	-
1983	24,86	Siri Merete Kaldager Øen, Oslo IL	26,288
1982	-		-

1981	-		-
------	---	--	---

400 METER

Norsk rekord:	50,44	Henriette Jæger, Aremark IF	Torun, POL	16.02.2025
Rekord U23:	50,44	Henriette Jæger, Aremark IF	Torun, POL	16.02.2025
Rekord U20:	53,24	Henriette Jæger, Aremark IF	Haukås	31.01.2021

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	50,62	Henriette Jæger, Aremark IF	54,001
2025	50,44	Henriette Jæger, Aremark IF	53,630
2024	51,05	Henriette Jæger, Aremark IF	54,868
2023	52,33	Henriette Jæger, Aremark IF	56,062
2022	53,50	Linn Oppegård, Moss IL	55,236
2021	53,24	Henriette Jæger, Aremark IF	55,255
2020	52,25	Amalie Iuel, IK Tjalve	55,436
2019	55,01	Amalie Iuel, IL Tyrving	56,430
2018	53,35	Amalie Iuel, IL Tyrving	56,154
2017	52,85	Amalie Iuel, IL Tyrving	55,797
2016	52,52	Amalie Iuel, IL Tyrving	56,028
2015	53,41	Line Kloster, SK Vidar	55,820
2014	55,77	Vilde Svortevik, IL Gular	58.003
2013	52,78	Line Kloster, SK Vidar	56.137
2012	54,42	Line Kloster, SK Vidar	57.139
2011	54,78	Stine Tomb, SK Vidar	56.614
2010	54,87	Stine Tomb, SK Vidar	57.549
2009	54,45	Irene Helgesen, IL Fri	57.268
2008	54,75	Irene Helgesen, IL Fri	58.609
2007	55,23	Stine Tomb, Trondheim Friidrett	57.623
2006	56,20	Lise M. Jensen, Ski IL	57.786
2005	55,20	Stine Tomb, Trondheim Friidrett	58.113
2004	54,32	Sigvor Melve, IL i BUL	57.786
2003	55,99	Sigvor Melve, SK Vidar	57.792
2002	55,29	Sigvor Melve, SK Vidar	-
2001	57,59	Lise M. Jensen, Ski IL	60.069
2000	56,42	Lise M. Jensen, Ski IL	59.107
1999	55,60	Mari Bjone, IL i BUL	59.211
1998	55,06	Camilla Isaksen, IL Fri	57.806
1997	54,83	Camilla Isaksen, IL Fri	58.385
1996	56,2m	Mari Bjone, IL i BUL	59.204
1995	57,24	Tonje Vråle, IF Sturla	59.589
1994	55,93	Mari Bjone, IL i BUL	59.382
1993	57,15	Trine Rugsveen, Lillehammer IF	59.303
1992	54,73	Lisbeth Pettersen, Tønsberg FIK	59.161
1991	57,77	Torill Lauritsen, Steinkjer FIK	59.783
1990	55,56	Lisbeth Andersen, Tønsberg FIK	58.956
1989	57,82	Torill Lauritsen, Steinkjer FIK	59.192
1988	54,96	Lisbeth Andersen, Tønsberg FIK	58.452
1987	55,61	Lisbeth Andersen, Tønsberg FIK	-
1986	56,0m	Astrid Brun, IL i BUL	58.176
1985	55,95	Anne Gundersen, Mandal & Halse IL	58.068
1984	54,38	Astrid Brun, IL i BUL	-
1983	54,8m	Astrid Brun, IL i BUL	-
1982	-		-
1981	56,3m	Lisbeth Andersen, Nøtterøy IF	-

800 METER

Norsk rekord:	2:00.77	Pernille Antonsen, IL Norna-Salhus	Torun, POL	20.03.2026
Rekord U23:	2:03.8	Kirsti Voldnes (Løvnes), IK Våg	Sindelfingen, FRG	02.03.1980
Rekord U20:	2:03.8	Kirsti Voldnes (Løvnes), IK Våg	Sindelfingen, FRG	02.03.1980

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	2:00.77	Pernille Karlsen Antonsen, IL Norna-Salhus	2:07.131
2025	2:01.97	Malin Nyfors, IK Tjalve	2:09.523
2024	2:04.66	Malin Nyfors, IK Tjalve	2:07.356
2023	2:03.34	Hedda Hynne, IK Tjalve	2:10.226
2022	2:02.05	Hedda Hynne, IK Tjalve	2:09.885
2021	2:00.92	Hedda Hynne, IK Tjalve	2:11.327
2020	2:03.96	Hedda Hynne, IK Tjalve	2:10.776
2019	2:03.45	Hedda Hynne, IK Tjalve	2:10.384
2018	2:02.60	Hedda Hynne, Strindheim IL	2:10.811
2017	2:01.55	Hedda Hynne, Strindheim IL	2:07.967
2016	2:01.82	Hedda Hynne, Strindheim IL	2:11.486
2015	2:04.71	Trine Mjåland, Kristiansands IF	2:09.215
2014	2:10.24	Christina Toogood, IK Tjalve	2:13.640
2013	2:05.29	Martine Eikemo Borge, FIK BFG Fana	2:13.286
2012	2:05.41	Martine Eikemo Borge, FIK BFG Fana	2:13.320
2011	2:10.61	Martine Eikemo Borge, FIK BFG Fana	2:15.667
2010	2:10.27	Lisbeth Pedersen, IK Tjalve	2:15.057
2009	2:07.64	Ingvild Måkestad, IK Tjalve	2:14.570
2008	2:14.57	Lisbeth Pedersen, IL Norna-Salhus	2:18.947
2007	2:09.70	Kristine Eikrem Engeset, Tingvoll FIK	2:17.373
2006	2:13.57	Alvillde Ossum, SK Vidar	2:17.710
2005	2:09.28	Alvillde Ossum, SK Vidar	2:19.088
2004	2:08.35	Lisbeth Pedersen, IK Tjalve	2:18.907
2003	2:06.95	Lisbeth Pedersen, IK Tjalve	2:17.331
2002	2:10.56	Lisbeth Pedersen, SK Vidar	2:20.610
2001	2:10.59	Lisbeth Pedersen, SK Vidar	2:20.239
2000	2:12.00	Lisbeth Pedersen, Bodø FIK	2:19.797
1999	2:08.43	Hanne Lyngstad, FIK Orion	2:19.815
1998	2:12.52	Hanne Lyngstad, FIK Orion	2:20.864
1997	2:06.95	Silje Rasmussen, IL i BUL	2:22.365
1996	2:08.94	Hanne Lyngstad, FIK Orion	2:14.971
1995	2:09.79	Silje Rasmussen, IL i BUL	2:15.182
1994	2:10.48	Tonje Vråle, IF Sturla	2:18.168
1993	2:11.09	Maiken Sørum, IL Skjalg	2:17.623
1992	2:09.39	Anne Jorunn Rakstad, SK Vidar	2:15.666
1991	2:11.31	Merete Kvist, SK Vidar	2:16.386
1990	2:08.81	Ann Cathrine Holte, Ranheim IL	-
1989	2:07.29	Merete Kvist, Sogn FIK	2:13.000
1988	2:06.19	Heidi Maltun, IK Tjalve	2:10.437
1987	2:08.26	Maiken Sørum, IL Skjalg	2:11.903
1986	2:09.45	Toril Hatling, Lørenskog FIL	2:13.143
1985	2:09.3	Siri Bjelland, Fana IL	2:12.390
1984	2:10.9	Heidi Kjeldsen, IF Eiker-Kvikk	2:13.035
1983	2:07.93	Marit Eriksen, IL i BUL	2:13.634
1982	2:06.4	Mari Warlo, IF Eiker-Kvikk	2:12.700
1981	2:05.4	Mari Warlo, IF Eiker-Kvikk	2:09.990

1500 METER

Norsk rekord:	4:08.65	Ingvill Måkestad Bovim, IL Gular	Stockholm/G, SWE	22.02.2011
----------------------	----------------	---	-------------------------	-------------------

Rekord U23:	4:10.79	Ingeborg Østgård, IK Tjalve	Rud	11.02.2024
Rekord U20:	4:16.07	Kristine Eikrem Engeset, Tingvoll FIK	Stockholm/G, SWE	20.02.2007

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	4:10.81	Anne Gine Løvnes, IK Tjalve	4:21.901
2025	4:16.34	Ingeborg Østgård, IK Tjalve	4:21.874
2024	4:10.79	Ingeborg Østgård, IK Tjalve	4:22.322
2023	4:17.46	Amalie Sæten, Ullensaker/Kisa IL	4:31.250
2022	4:21.33	Christina Toogood, Sandnes IL	4:28.951
2021	4:18.10	Malin Edland, IK Tjalve	-
2020	4:17.77	Malin Edland, IK Tjalve	4:35.465
2019	4:23.46	Sigrid Jervell Våg, IL i BUL	4:34.513
2018	4:18.80	Camilla Ziesler, Sandnes IL	4:29.619
2017	4:30.33	Malin Edland, Larvik TIF	4:40.093
2016	4:23.19	Ida Fillingsnes, Herkules Friidrett	4:35.973
2015	4:22.43	Ida Fillingsnes, Herkules Friidrett	4:35.827
2014	4:26.34	Kristine Eikrem Engeset, SK Vidar	4:35.550
2013	4:17.99	Kristine Eikrem Engeset, SK Vidar	4:36.151
2012	4:31.27	Ingeborg Løvnes, SK Vidar	4:40.651
2011	4:17.17	Ingvild Måkestad, IK Tjalve	4:43.944
2010	4:11.0	Ingvild Måkestad, IL Gular	4:41.770
2009	4:08.65	Ingvild Måkestad, IL Gular	4:46.601
2008	4:17.20	Kristine Eikrem Engeset, IL Skjalg	4:47.971
2007	4:16.07	Kristine Eikrem Engeset, Tingvoll FIK	4:50.050
2006	4:29.88	Kristine Eikrem Engeset, Ørsta IL	4:45.867
2005	4:33.09	Alvilde Ossum, SK Vidar	4:53.105
2004	4:17.98	Hanne Lyngstad, IK Tjalve	4:48.890
2003	4:19.55	Lisbeth Pedersen, IK Tjalve	4:42.334
2002	4:30.48	Lisbeth Pedersen, SK Vidar	4:56.174
2001	4:40.46	Jofrid Risa, Undheim IL	4:59.058
2000	4:51.32	Grethe Lise Nygård, Raufoss IL	5:07.004
1999	4:47.76	Grethe Lise Nygård, Raufoss IL	-
1998	4:31.87	Susanne Wigene, Haugesund IL	-
1997	4:45.37	Nina Gressløs, Fredrikstad IF	-
1996	4:28.29	Hanne Lyngstad, FIK Orion	-
1995	4:23.0p	Trine Pilskog, Mørejarl FIK	-
1994	4:33.93	Björg Torsteinsrud, Ås IL	-
1993	4:51.22	Jofrid Risa, Undheim IL	-
1992	4:18.55	Anne Jorunn Rakstad, SK Vidar	-
1991	4:32.3	Anne Jorunn Rakstad, SK Vidar	-
1990	4:27.05	Grethe Fosse, Eidsvåg IL	4:40.283
1989	4:27.10	Grethe Fosse, Eidsvåg IL	4:46.840
1988	4:28.90	Christin Sørum, IL Skjalg	4:35.933
1987	4:17.15	Christin Sørum, IL Skjalg	4:29.100
1986	4:16.6	Ingrid Kristiansen, IL i BUL	4:32.581
1985	4:21.45	Kirsti Voldnes, IK Våg	4:34.607
1984	4:25.14	Marit Risan, Ranheim IL	-
1983	4:23.70	Randi Langoigjeltten Bjørn, FIK Ren-Eng	4:33.990
1982	4:36.7	Tove Lutdal, Ringerike FIK	-
1981	4:45.4	Hedlle Kolltveit, Bergens TF	-

3000 METER

Norsk rekord:	8:44.68	Karoline Bjerkeli Grøvdal, IK Tjalve	Rud	10.02.2019
Rekord U23:	9:01.85	Wilma Torbiörnssen, Ullensaker-Kisa IL	Espoo, FIN	09.02.2025
Rekord U20:	9:01.85	Wilma Torbiörnssen, Ullensaker-Kisa IL	Espoo, FIN	09.02.2025

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	9:07.26	Hanne Mjøen Maridal, Strindheim IL	9:16.551
2025	8:57.39	Kristine Lande Dommersnes, Haugesund IL	9:20.375
2024	9:08.29	Kristine Lande Dommersnes, Haugesund IL	9:48.72
2023	9:11.91	Amalie Sæten, Ullensaker/Kisa IL	9:26.457
2022	9:18.80	Sigrid Jervell Våg, IK Tjalve	9:34.332
2021	9:44.78	Eli Anne Dvergsdal, IL Gneist	-
2020	9:31.37	Ida Meli Narbuvooll, FIK Ren-Eng	9:53.414
2019	8:44.68	Karoline Bjerkeli Grøvdal, IK Tjalve	9:43.810
2018	9:19.76	Maria Sagnes Wågan, Namdal LK	9:51.582
2017	9:30.22	Frida Berge, IL Gular	9:55.290
2016	9:21.48	Kristine Eikrem Engeset, SK Vidar	9:49.215
2015	9:32.53	Karoline Skatteboe, IL Tyrving	10:03.545
2014	9:21.66	Kristine Eikrem Engeset, SK Vidar	9:49.115
2013	9:37.87	Runa Skrove Falch, Steinkjer FIK	10:12.568
2012	9:38.85	Christine Bus Holth, SK Vidar	9:55.014
2011	9:42.33	Runa Skrove Falch, Steinkjer FIK	-
2010	9:56.18	Kristine Eikrem Engeset, IL Skjalg	-
2009	9:47.10	Tone Hjalmarssen, SK Vidar	-
2008	9:12.07	Kristine Eikrem Engeset, IL Skjalg	-
2007	9:29.70	Kristine Eikrem Engeset, Tingvoll FIK	-
2006	9:49.18	Kristine Eikrem Engeset, Ørsta IL	-
2005	10:17.40	Vigdis B. Holst, GTI	-
2004	10:14.74	Kari-Anne Myhre, Verdal FIK	-
2003	9:27.22	Siri Merethe Alfheim, IL Norna-Salhus	-
2002	9:20.57	Siri Merethe Alfheim, IL Norna-Salhus	-
2001	9:29.24	Susanne Wigene, SK Vidar	-
2000	9:34.38	Hanne Lyngstad, FIK Orion	-
1999	9:34.38	Hanne Lyngstad, FIK Orion	-
1998	9:29.15	Susanne Wigene, Haugesund IL	-
1997	9:09.64	Gunhild Halle, IL Runar	-
1996	10:05.60	May Bente Weng, SK Vidar	-
1995	9:50.84	Trine Pilskog, Mørejarl FIK	-
1994	9:38.81	Trine Pilskog, Mørejarl FIK	-
1993	10:49.56	Pernille Ødegaard, IL i BUL	-
1992	9:32.49	Gunhild Halle, IL Runar	-
1991	-		-
1990	9:41.37	Grethe Fosse, Eidsvåg IL	-
1989	9:31.3m	Grethe Fosse, Eidsvåg IL	-
1988	9:28.89	Christin Sørum, IL Skjalg	-
1987	9:18.72	Christin Sørum, IL Skjalg	-
1986	9:37.4	Gina Salberg, Høybråten & Stovner IL	-
1985	8:50.26	Ingrid Kristiansen, IL i BUL	-
1984	8:58.9	Ingrid Kristiansen, IL Skjalg	-
1983	10:03.0	Heidi Jacobsen, IL Skjalg	-
1982	8:55.5	Grete Waitz, SK Vidar	-
1981	9:05.0	Grete Waitz, SK Vidar	-

60 METER HEKK/HURDLES

Norsk rekord:	7.83	Christina Vukicevic, Ski IL	Paris, FRA	04.03.2011
Rekord U23:	7,99	Lovise Skarbøvik Andresen, SK Vidar	Rud	08.02.2026
Rekord U20:	8.25	Lovise Skarbøvik Andresen, Dimna IL	Ulsteinvik	25.11.2023

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	7,95 7,95	Elea Bock, SK Vidar Martine Hjørnevik, IL Norna-Salhus	8,325
2025	8,16	Elea Bock, SK Vidar	8,428
2024	8,10	Lovise Skarbøvik Andresen, Dimna IL	8,495
2023	8,15	Andrea Rooth, Lambertseter IF	8,494
2022	8,21	Andrea Rooth, Lambertseter IF	8,529
2021	8,27	Isabelle Pedersen, IL i BUL	8,473
2020	8,00	Isabelle Pedersen, IL i BUL	8,565
2019	8,24	Isabelle Pedersen, IL i BUL	8,627
2018	7,86	Isabelle Pedersen, IL i BUL	8,581
2017	7,98	Isabelle Pedersen, IL i BUL	8,607
2016	8,38	Kristi Strømmen Kjerpeset, Florø TIF	8,656
2015	7,95	Isabelle Pedersen, IL i BUL	8,668
2014	8,51	Tale Ørving, Romerike FIK	8,686
2013	8,18	Isabelle Pedersen, IL i BUL	8,627
2012	8,43	Tale Ørving, Minerva IS	8,776
2011	7,83	Christina Vukicevic, Ski IL	8,815
2010	7,93	Christina Vukicevic, Ski IL	8,692
2009	8,00	Christina Vukicevic, Ski IL	8,726
2008	8,03	Christina Vukicevic, Ski IL	8,646
2007	8,67	Marie Hagle, Fredrikstad IF	8,902
2006	8,46	Christina Vukicevic, IL Tyrving	8,818
2005	8,44	Christina Vukicevic, IL Tyrving	8,959
2004	8,61	Kamilla Brandt, IL Tyrving	8,852
2003	8,61 8,61	Tania Longe, Fredrikstad IF Kamilla Brandt, IL Tyrving	8,939
2002	8,75 8,75	Anne Beth Hoven, IF Hellas Kamilla Brandt, IF Hellas	8,968
2001	8,82	Rannveig Kvalvik, Moss	9,020
2000	8,73	Tania Longe, Fredrikstad IF	9,070
1999	8,79	Kamilla Brandt, IL Tyrving	9,188
1998	8,57	Tania Longe, Fredrikstad IF	9,178
1997	8,15	Monica Grefstad, IF Minerva	8,988
1996	8,09	Lena Solli Reimann, SK Vidar	8,926
1995	8,09	Monica Grefstad, IF Minerva	8,742
1994	8,06	Monica Grefstad, IF Minerva	8,834
1993	8,35	Lena Solli, IF Herkules	8,785
1992	8,34	Monica Grefstad, SK Vidar	8,698
1991	8,53	Anne Brit Skjæveland, IF Minerva	8,843
1990	8,48	Anne Brit Skjæveland, IF Minerva	8,775
1989	8,60	Rita Rosseland, Bryne IL	8,950
1988	8,66	Anne Brit Skjæveland, GSK Sandnes	9,082
1987	8,37	Anne Beth Espetvedt, IL Gneist	8,973
1986	8,66	Monica Grefstad, Ranheim IL	8,990
1985	8,55	Hilde Fredriksen, Oslo IL	9,080
1984	9,30 8,9m	Cecil Tidemand Hansen, IL i BUL Barbro Syvertsen, IK Tjalve	9,515
1983	9,06	Monica Grefstad, Ranheim IL	-
1982	9,6m	Anne Lise Fjogstad, Sandnes IL	-
1981	9,9m	Anne Kullebund, Bækkelagets SK	-

HØYDE/HIGH JUMP

Norsk rekord:	2.00	Hanne Haugland, IF Minerva	Spala, POL	17.02.1995
Rekord U23:	1.96	Hanne Haugland, IL i BUL	Haag, NED	18.02.1989
Rekord U20:	1.84	Inger Lill van der Blom, Flekkefjord IF	Askim	10.02.1991

	1.84	Anne Gerd Eieland, Iveland IL	Stange	04.02.2001
--	-------------	--------------------------------------	---------------	-------------------

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	1,80	Mia Guldteig Lien, Ranheim IL	1,714
2025	1,83	Mia Guldteig Lien, Ranheim IL	1,718
2024	1,78	Telma Kristjansson, IK Tjalve	1,702
2023	1,75	Ida Eikeng, Urædd Friidrett	1,698
2022	1,78	Hedvig Kallåk, IL Tyrving	1,700
2021	1,80	Malin Støyva, IL Norna-Salhus	1,695
2020	1,90	Tonje Angelsen, IK Tjalve	1,751
2019	1,90	Tonje Angelsen, IK Tjalve	1,747
2018	1,89	Tonje Angelsen, IK Tjalve	1,772
2017	1,88	Katarina Mögenburg, IL Tyrving	1,733
2016	1,88	Katarina Mögenburg, IL Tyrving	1,753
2015	1,88	Katarina Mögenburg, IL Tyrving	1,735
2014	1,87	Tonje Angelsen, Trondheim FIK	1,712
2013	1,84	Katarina Mögenburg, IL Tyrving	1,694
2012	1,93	Tonje Angelsen, Trondheim FIK	1,747
2011	1,92	Tonje Angelsen, Trondheim FIK	1,736
2010	1,80	Stine Kufaas, IL i BUL	1,748
2009	1,87	Stine Kufaas, IL i BUL	1,715
2008	1,92	Stine Kufaas, Trondheim FIK	1,710
2007	1,92	Anne Gerd Eieland, Iveland IL	1,736
2006	1,83	Øyunn Grindem, IL Sandvin	1,724
2005	1,83	Øyunn Grindem, IL Sandvin	1,720
2004	1,85	Anne Gerd Eieland, Iveland IL	1,713
2003	1,85	Anne Gerd Eieland, Iveland IL	1,705
2002	1,83	Anne Gerd Eieland, Iveland IL	1,687
2001	1,84	Anne Gerd Eieland, Iveland IL	1,692
2000	1,76	Mona Andreassen, IK Tjalve	1,677
1999	1,93	Hanne Haugland, Minerva Friidrett	1,699
1998	1,92	Hanne Haugland, Minerva Friidrett	1,695
1997	2,00	Hanne Haugland, Minerva Friidrett	1,701
1996	1,96	Hanne Haugland, Minerva Friidrett	1,710
1995	2,00	Hanne Haugland, Minerva Friidrett	1,703
1994	1,98	Hanne Haugland, SK Vidar	1,743
1993	1,90	Hanne Haugland, SK Vidar	1,715
1992	1,91	Hanne Haugland, SK Vidar	1,744
1991	1,96	Hanne Haugland, SK Vidar	1,751
1990	1,92	Hanne Haugland, SK Vidar	1,743
1989	1,96	Hanne Haugland, IL i BUL	1,719
1988	1,90	Hanne Haugland, IL i BUL	1,728
1987	1,91	Hanne Haugland, IL i BUL	1,741
1986	1,81	Hanne Haugland, Haugesund IL	1,706
1985	1,81	Marianne Vikne, Tønsberg FIK	1,737
	1,81	Hanne Haugland, Haugesund IL	
1984	1,84	Astrid Tveit, IL i BUL	1,705
1983	1,76	Kari Karlsen Hedenstad, Oslo IL	1,703
1982	1,80	Grete Bjørdalsbakke, Ørsta IL	1,719
1981	1,84	Astrid Tveit, IL i BUL	1,732

HØYDE UTEN TILLØP/STANDING HIGH JUMP

Norsk rekord:	1.56	Pil Rotabakk, Trondheim Friidrett	Steinkjer	17.02.2024
Rekord U23:	1.56	Pil Rotabakk, Trondheim Friidrett	Steinkjer	17.02.2024

Rekord U20:	1.56	Pil Rotabakk, Trondheim Friidrett	Steinkjer	17.02.2024
--------------------	-------------	--	------------------	-------------------

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	1,36	Brita Mehl Lode, IL Gneist	1,301
2025	1,36	Emilia Tveitå, Otra IL	1,319
	1,36	Maria Thelle Vegsund, IK Tjalve	
2024	1,56	Pil Rotabakk, Trondheim Friidrett	1.314
2023	1,55	Pil Rotabakk, Trondheim Friidrett	1,349
2022	1,41	Lillian Washington, IF Hellas	1,301
2021	1,41	Hedvig Kallåk, IL Tyrving	1,303
2020	1,50	Katarina Mögenburg, IL Tyrving	1,362
2019	1,45	Katarina Mögenburg, IL Tyrving	1,361
2018	1,44	Katarina Mögenburg, IL Tyrving	1,357
2017	1,45	Katarina Mögenburg, IL Tyrving	1,338
2016	1,45	Katarina Mögenburg, IL Tyrving	1,331
2015	1,50	Katarina Mögenburg, IL Tyrving	1,318
2014	1,46	Katarina Mögenburg, IL Tyrving	1.324
2013	1,45	Katarina Mögenburg, IL Tyrving	1.309
2012	1,47	Inger Anne Frøysedal, IK Tjalve	1.311
2011	1,39	Marianne Benserud, FIK BFG Fana	1.292
2010	1,47	Tonje Angelsen, Trondheim FIK	1.287
2009	1,53	Stine Kufaas, Trondheim Friidrett	1.336
2008	1,50	Stine Kufaas, Trondheim Friidrett	1.351
2007	1,50	Stine Kufaas, Trondheim Friidrett	1.342
2006	1,45	Stine Kufaas, Trondheim Friidrett	1.318
2005	1,50	Stine Kufaas, Trondheim Friidrett	1.304
2004	1,46	Stine Kufaas, Trondheim Friidrett	1.301
2003	1,43	Synne Husby Rostad, Steinkjer FIK	1.322
2002	1,44	Stine Kufaas, Trondheim Friidrett	1.349
2001	1,38	Cecilie Bjørnemo, Egersunds IK	1.294
2000	1,38	Synne Husby Rostad, Steinkjer FIK	1.265
1999	1,45	Synne Husby Rostad, Steinkjer FIK	1.338
1998	1,44	Mimi Storm-Hansen, IK Tjalve	1.331
1997	1,40	Mimi Storm-Hansen, IK Tjalve	1.311
1996	1,50	Ingvild Larsen, Laksevåg TIL	1.341
1995	1,41	Anita Halleraker, Bremnes IL	1.330
1994	1,45	Ingvild Larsen, Laksevåg TIL	1.355
1993	1,45	Ingvild Larsen, Laksevåg TIL	1.338
1992	1,48	Ingvild Larsen, Laksevåg TIL	1.354
1991	1,43	Jorunn Bjerklien, Romedal IL	1.362
1990	1,40	Tove Olsen, IL Norna-Salhus	1.367
1989	1,40	Nina Skrede, IL Jotun	1.363
1988	1,41	Randi Nilsen, IL Fenring	1.373
1987	1,41	Kjersti Janne Knutsen, Herøysund IL	1.378
	1,41	Eva Furseth, Valldal IL	
1986	1,43	Grete Bjørdalsbakke, Ørsta IL	1.384
1985	1,50	Grete Bjørdalsbakke, Ørsta IL	1.407
1984	1,52	Grete Bjørdalsbakke, Ørsta IL	1.386
1983	1,49	Grete Bjørdalsbakke, Ørsta IL	1.384
1982	1,51	Grete Bjørdalsbakke, Ørsta IL	1.398
1981	1,45	Grete Bjørdalsbakke, Ørsta IL	1.397
1980	1,50	Grete Bjørdalsbakke, Ørsta IL	1.418
1979	1,45	Grete Bjørdalsbakke, Ørsta IL	1.387
1978	1,47	Anne Beth Strømstad, Egersund IK	1.411

STAV/POLE VAULT

Norsk rekord:	4.60	Kitty Friele Faye, Fana IL	Bergen/Hø	08.05.2026
Rekord U23:	4.40	Kitty Friele Faye, Fana IL	Kirchberg, LUX	21.01.2024
Rekord U20:	4.15	Lene Retzius, Moelven IL	Steinkjer	07.02.2015

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	4,60	Kitty Friele Faye, Fana IL	3,814
2025	4,55	Kitty Friele Faye, Fana IL	3,807
2024	4,55	Lene Retzius, IL i BUL	3,741
2023	4,45	Lene Retzius, IL i BUL	3,728
2022	4,32	Lene Retzius, IL i BUL	3,620
2021	3,86	Kitty Friele Faye, Fana IL	2,931
2020	4,51	Lene Retzius, IL i BUL	3,656
2019	4,10	Lene Retzius, IL i BUL	3,576
2018	4,15	Lene Retzius, IL i BUL	3,551
2017	4,10	Lene Retzius, IL i BUL	3,486
2016	4,30	Lene Retzius, IL i BUL	3,665
2015	4,15	Lene Retzius, IL i BUL	3,547
2014	4,30	Cathrine Larsåsen, IL i BUL	3,643
2013	4,31	Cathrine Larsåsen, IL i BUL	3,647
2012	4,41	Cathrine Larsåsen, IL i BUL	3,273
2011	4,35	Cathrine Larsåsen, IL i BUL	3,332
2010	4,31	Cathrine Larsåsen, IL i BUL	3,208
2009	4,16	Cathrine Larsåsen, IL i BUL	3,274
2008	4,12	Cathrine Larsåsen, IL i BUL	3,295
2007	4,10	Cathrine Larsåsen, IL i BUL	3,298
2006	3,90	Cathrine Larsåsen, IL i BUL	3,186
2005	3,31	Katrine Haarklau, Bergens TF	2,865
2004	3,25	Cathrine Larsåsen, IL i BUL	2,887
2003	3,25	Monica Tvedt Sæbø, Osterøy IL	2,796
2002	3,62	Christine Gulbrandsen, SK Vidar	3,098
2001	3,70	Monica Bjørnskau Grimsrud, IL i BUL	3,055
2000	3,67	Christine Gulbrandsen Kurth, IL Gular	3,032
1999	3,51	Christine Gulbrandsen Kurth, IL Gular	2,967
1998	3,40	Elin Dølør, SK Vidar	2,845
1997	3,70	Anita Tomulevski, SK Vidar	2,766
1996	3,85	Anita Tomulevski, SK Vidar	2,655
1995	2,32	Line Hansen Kamhaug, IF Torodd	-
1994	2,40	Nina Johannessen, IF Minerva	-
1993	2,50	Kristin Urnes, Ullensaker/Kisa IL	-
1992	-		-
1991	-		-

LENGDE/LONG JUMP

Norsk rekord:	6.58	Ida Breigan, IK Tjalve	Birmingham, USA	23.02.2024
Rekord U23:	6.58	Ida Breigan, IK Tjalve	Birmingham, USA	23.02.2024
Rekord U20:	6.35	Ingvild Larsen, Laksevåg TIL	Stange	20.02.1993

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	6,52	Ida Breigan, IK Tjalve	6,099
	6,52	Miranda Lauvstad, IL Tyrving	
2025	6,53	Ida Breigan, IK Tjalve	6,077

2024	6,58	Ida Breigan, IK Tjålve	6,021
2023	6,29	Ida Breigan, Fredrikstad IF	5,954
2022	6,20	Mia Guldteig Lien, Ranheim IL	5,925
2021	6,24	Henriette Jæger, Aremark IF	5,874
2020	6,23	Mia Guldteig Lien, Ranheim IL	5,892
2019	6,27	Oda Utsi Onstad, IL Norna-Salhus	5,984
2018	6,06	Hanne Berit Irgens, Sandnes IL	5,706
2017	6,03	Nadia Akpana Assa, IL i BUL	5,850
2016	6,37	Nadia Akpana Assa, IL i BUL	5,833
2015	6,36	Nadia Akpana Assa, IL i BUL	5,732
2014	6,21	Nadia Akpana Assa, IL i BUL	5,698
2013	6,26	Ida Marcussen, IK Våg	5,641
2012	6,09	Ida Marcussen, IK Våg	5,672
2011	6,33	Oda Utsi Onstad, Fagernes IL	5,768
2010	5,92	Ida Marcussen, IK Våg	5,681
2009	6,08	Ida Marcussen, IK Våg	5,778
2008	6,21	Ida Marcussen, IK Våg	5,839
2007	6,16	Margrethe Renstrøm, Søgne IL	5,761
2006	6,34	Oda Utsi Onstad, Fagernes IL	5,656
2005	5,94	Margrethe Renstrøm, Søgne IL	5,693
2004	5,89	Thale Glomsrød, Fredrikstad IF	5,638
2003	6,12	Margrethe Renstrøm, Søgne IL	5,701
2002	5,98	Margrethe Renstrøm, Søgne IL	5,628
2001	5,85	Margrethe Renstrøm, Søgne IL	5,652
2000	5,97	Cecilie Rise, Gloppen FIL	5,700
1999	6,05	Lene Espegren, IK Tjålve	5,643
1998	6,09	Tania Longe, Fredrikstad IF	5,688
1997	6,11	Tania Longe, Fredrikstad IF	5,553
1996	5,85	Cecilie Rise, Gloppen FIL	5,552
1995	5,98	Erina Hammer, Fredrikstad IF	5,618
1994	6,12	Ingvild Larsen, Laksevåg TIL	5,751
1993	6,35	Ingvild Larsen, Laksevåg TIL	5,780
1992	6,07	Ingvild Larsen, Laksevåg TIL	5,733
1991	5,92	Anne Brit Skjæveland, IF Minerva	5,658
1990	6,09	Anne Brit Skjæveland, IF Minerva	5,765
1989	6,04	Rita Rosseland, Bryne IL	5,605
1988	5,83	Anne Brit Skjæveland, GSK Sandnes	5,623
1987	5,97	Hanne Haugland, IL i BUL	5,683
1986	6,18	Hilde Fredriksen, IK Tjålve	5,766
1985	6,07	Anne Beth Espetvedt, IL Gneist	5,677
1984	5,80	Marianne Drivdal, IK Våg	5,688
1983	5,88	Tove Svendby, Tveita IL	5,644
1982	6,06	Kristin Gullhav, Mosjøen FIK	5,787
1981	5,89	Kristin Gussgard, Halden IL	5,654

Merk at alle snitt for 2009 inkluderer resultater i lav grop og derfor ikke er 100% sammenlignbare

LENGDE UTEN TILLØP/STANDING LONG JUMP

Norsk rekord:	3,03	Oda Utsi Onstad, IL Norna-Salhus	Rud	02.02.2020
Rekord U23:	2.92	Annelin Mannes, Åkra IL	Flisa	07.03.1981
Rekord U20:	2.92	Annelin Mannes, Åkra IL	Flisa	07.03.1981

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	2,76	June Engeset, Gloppen FIL	2,687

	2,76	Maja Medic, Lyngdal IL	
2025	2,71	Mathilde Klokseth, IK Tjalve	2,648
2024	2,72	Mathilde Klokseth, IK Tjalve	2,543
2023	2,84	Oda Utsi Onstad, IL Norna-Salhus	2,712
2022	2,79	Lillian Washington, IF Hellas	2,652
2021	2,80	Ezinne Okparaebo, IL i BUL	2,636
2020	3,03	Oda Utsi Onstad, IL Norna-Salhus	2,706
2019	2,93	Oda Utsi Onstad, IL Norna-Salhus	2,707
2018	2,93	Oda Utsi Onstad, IL Norna-Salhus	2,697
2017	2,91	Oda Utsi Onstad, IL Norna-Salhus	2,630
2016	2,82	Oda Utsi Onstad, Fagernes IL	2,616
2015	2,67	Lene Marie Hansen, Nittedal IL	2,608
2014	2,85	Oda Utsi Onstad, Fagernes IL	2,611
2013	2,75	Oda Utsi Onstad, Fagernes IL	2,599
2012	2,81	Oda Utsi Onstad, Fagernes IL	2,554
2011	2,84	Oda Utsi Onstad, Fagernes IL	2,606
2010	2,76	Oda Utsi Onstad, Fagernes IL	2,565
2009	2,91	Stine Kufaas, IL i BUL	2,649
2008	2,77	Oda Utsi Onstad, Fagernes IL	2,648
2007	2,82	Oda Utsi Onstad, Fagernes IL	2,642
2006	2,85	Oda Utsi Onstad, Fagernes IL	2,635
2005	2,74	Rannveig Kvalvik, Moss IL	2,637
2004	2,68	Rannveig Kvalvik, Moss IL	2,627
2003	2,76	Rannveig Kvalvik, Moss IL	2,647
2002	2,71	Åshild Rygg Tonning, IL Norna-Salhus	2,643
2001	2,74	Rannveig Kvalvik, Moss IL	2,607
2000	2,72	Åshild Rygg, IL Norna-Salhus	2,643
1999	2,69	Synne Husby Rostad, Steinkjer FIK	2,628
1998	2,76	Mimi Storm-Hansen, IK Tjalve	2,637
1997	2,84	Monica Grefstad, Minerva Friidrett	2,684
1996	2,71	Inger Blikra, Rana FIK	2,624
1995	2,70	Irene Kjerstad, Mørejarl FIK	2,649
1994	2,75	Ingvild Larsen, Laksevåg TIL	2,660
1993	2,73	Ingvild Larsen, Laksevåg TIL	2,618
1992	2,73	Eli Føleide, Florø TIF	2,622
1991	2,76	Eli Føleide, Florø TIF	2,649
1990	2,72	Eli Føleide, Florø TIF	2,654
1989	2,75	Lillian Bjørnseth, Florø TIF	2,676
1988	2,85	Lillian Bjørnseth, Florø TIF	2,696
1987	2,82	Lillian Bjørnseth, Florø TIF	2,665
1986	2,86	Lillian Bjørnseth, Florø TIF	2,673
1985	2,79	Grete Bjørdalsbakke, Ørsta IL	2,695
1984	2,79	Grete Bjørdalsbakke, Ørsta IL	2,676
1983	2,74	Grete Bjørdalsbakke, Ørsta IL	2,659
1982	2,84	Grete Bjørdalsbakke, Ørsta IL	2,676
1981	2,92	Annelin Mannes, Åkra IL	2,704
1980	2,83	Grete Bjørdalsbakke, Ørsta IL	2,688
1979	2,82	Grete Bjørdalsbakke, Ørsta IL	2,697
1978	2,80	Grete Bjørdalsbakke, Ørsta IL	2,692

TRESTEG/TRIPLE JUMP

Norsk rekord:	13.65	Oda Utsi Onstad, IL Norna-Salhus	Haugesund	02.02.2019
Rekord U23:	13.57	Inger Anne Frøysedal, IK Tjalve	Malmö, SWE	29.01.2011
Rekord U20:	13.14	Mia Haave, IL Tyrving	Bratislava, SVK	29.01.2006

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	12,69	Rachel Ombeni, SK Vidar	12,400
2025	12,81	Hedda Kronstad Kvalvåg, IK Tjalve	12,197
2024	12,82	Rachel Ombeni, IL Norna-Salhus	12,085
2023	13,28	Rachel Ombeni, IL Norna-Salhus	12,167
2022	13,15	Hedda Kronstad Kvalvåg, IK Tjalve	12,070
2021	13,10	Hedda Kronstad Kvalvåg, IK Tjalve	11,964
2020	13,50	Oda Utsi Onstad, IL Norna-Salhus	12,320
2019	13,65	Oda Utsi Onstad, IL Norna-Salhus	12,388
2018	13,47	Oda Utsi Onstad, IL Norna-Salhus	12,159
2017	12,99	Oda Utsi Onstad, IL Norna-Salhus	12,356
2016	13,20	Oda Utsi Onstad, Fagernes IL	12,122
2015	12,67	Chiamaka Okparaebo, IL i BUL	11,976
2014	13,12	Chiamaka Okparaebo, IL i BUL	12,242
2013	13,00	Inger Anne Frøysedal, IK Tjalve	11,898
2012	13,37	Inger Anne Frøysedal, IK Tjalve	11,996
2011	13,57	Inger Anne Frøysedal, IK Tjalve	11,804
2010	13,35	Inger Anne Frøysedal, IK Tjalve	11,846
2009	13,05	Mia Haave, IL Tyrving	11,663
2008	13,09	Mia Haave, IL Tyrving	11,964
2007	12,69	Mia Haave, IL Tyrving	11,635
2006	13,14	Mia Haave, IL Tyrving	11,982
2005	12,71	Margrethe Renstrøm, IK Tjalve	11,861
2004	12,63	Nina Johannessen, IK Tjalve	11,670
2003	12,89	Nina Johannessen, IK Tjalve	11,836
2002	12,92	Nina Johannessen, IK Tjalve	12,100
2001	12,64	Nina Johannessen, IK Tjalve	11,811
2000	13,50	Lene Espegren, IK Tjalve	12,232
1999	13,51	Lene Espegren, IK Tjalve	12,114
1998	12,97	Lene Espegren, IK Tjalve	12,360
1997	12,59	Christine Gulbrandsen, IL Gular	11,731
1996	12,76	Nina Johannessen, IK Tjalve	11,568
1995	13,28	Lene Espegren, IK Tjalve	11,819
1994	12,44	Christine Gulbrandsen, Kristiansands IF	-
1993	13,17	Lene Espegren, Lillesand IL	11,649
1992	12,34	Lene Espegren, Lillesand IL	11,351
1991	10,67	Randi Enger, IL i BUL	

Merk at alle snitt før 2009 inkluderer resultater i lav grop og derfor ikke er 100 % sammenlignbare.

KULE/SHOT

Norsk rekord:	17.25	Katarina Sederholm, Stjørdal FIK	Stange	07.02.1998
Rekord U23:	15.35	Cecil Tidemand-Hansen, IL i BUL	Oklahoma City, USA	11.02.1978
Rekord U20:	14.60	Wenche Kristensen, GT International	Stange	01.02.1992

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	14,00	Mariell Morken, Ullensaker/Kisa IL	13,014
2025	14,24	Mariell Morken, Ullensaker/Kisa IL	12,857
2024	14,72	Elisabeth Thon Rosvold, IK Tjalve	13,364
2023	14,28	Ida Eikeng, Urædd Friidrett	13,141
2022	14,53	Mona Ekrol Jaidy, IL Norna-Salhus	13,139
2021	13,29	Ida Eikeng, Urædd Friidrett	11,594
2020	15,13	Mona Ekrol Jaidy, IL Norna-Salhus	13,482

2019	14,52	Mathilde Roe, IL Fri	12,820
2018	14,54	Charlotte Lund Abrahamsen, IL Sandvin	12,672
2017	14,30	Charlotte Lund Abrahamsen, IL Sandvin	12,714
2016	14,91	Kristin Sundsteigen, IL Tyrving	12,768
2015	14,19	Kristin Sundsteigen, IL Tyrving	12,886
2014	15,21	Kristin Sundsteigen, IL Tyrving	12,646
2013	15,15	Kristin Sundsteigen, IL Tyrving	13,036
2012	15,52	Kristin Sundsteigen, IL Tyrving	12,559
2011	14,08	Silje Disserud, IL Sandvin	11,946
2010	14,46	Charlotte Lund Abrahamsen, IL Sandvin	12,100
2009	14,52	Kristin Sundsteigen, Stord IL	12,348
2008	15,16	Charlotte Lund Abrahamsen, IL Sandvin	12,305
2007	14,56	Charlotte Lund Abrahamsen, IL Sandvin	11,921
2006	13,52	Charlotte Lund Abrahamsen, IL Sandvin	11,527
2005	13,32	Elin Isane, Gloppen FIL	11,928
2004	14,21	Elin Isane, Gloppen FIL	11,822
2003	14,40	Tania Longe, Fredrikstad IF	11,766
2002	14,44	Tania Longe, Fredrikstad IF	12,547
2001	12,98	Elin Isane, Gloppen FIL	11,967
2000	14,24	Tania Longe, Fredrikstad IF	12,292
1999	16,67	Katarina Sederholm, Stjørdal FIK	12,714
1998	17,25	Katarina Sederholm, Stjørdal FIK	12,382
1997	14,98	Gunn Torhild Johannessen, FIL AKS-77	12,426
1996	14,41	Gunn Torhild Johannessen, FIL AKS-77	12,584
1995	14,58	Janne Antonsen, Spydeberg IL	12,566
1994	14,59	Janne Antonsen, Spydeberg IL	12,641
1993	14,40	Grete Gjermshus, Grue IL	13,066
1992	15,28	Aslaug Snøås, IF Herkules	13,074
1991	13,76	Grete Gjermshus, Grue IL	12,261
1990	14,85	Grete Gjermshus, Grue IL	13,035
1989	14,83	Grete Gjermshus, Grue IL	12,352
1988	14,51	Grete Gjermshus, Grue IL	12,642
1987	15,16	Stine Lerdal, IF Minerva	13,207
1986	14,40	Mona Holtvedt, IK Tjalve	12,487
1985	15,43	Stine Lerdal, IF Minerva	13,528
1984	15,06	Stine Lerdal, IF Minerva	13,806
1983	15,17	Cecil Tidemand Hansen, IL i BUL	12,927
1982	15,22	Stine Lerdal, IF Minerva	12,684
1981	16,42	Cecil Tidemand Hansen, IL i BUL	13,017

5-KAMP/PENTATHLON

Norsk rekord:	4471	Henriette Jæger, Aremark IF	Rud	21.02.2021
Rekord U23:	4471	Henriette Jæger, Aremark IF	Rud	21.02.2021
Rekord U20:	4471	Henriette Jæger, Aremark IF	Rud	21.02.2021

År	Beste resultat	Utøver	Snitt 10 beste
2026	4348	Miranda Lauvstad, IL Tyrving	3769,9
2025	4194	Mia Guldteig Lien, Ranheim IL	3706,8
2024	4042	Elise Hoel Ulseth, IL Norodd	-
2023	4266	Ida Eikeng, Urædd Friidrett	3726,7
2022	4096	Andrea Rooth, Lambertseter IF	-
2021	4471	Henriette Jæger, Aremark IF	-
2020	4062	Amanda Grefstad Frøynes, Sem IF	3482,1
2019	4203	Emilie Berge, Iveland IL	3556,4
2018	4199	Amanda Grefstad Frøynes, Sem IF	3627,8

2017	3947	Emilie Berge, Iveland IL	3621,9
2016	4425	Amalie Iuel, IL Tyrving	-
2015	4108	Ida Marcussen, IK Våg	-
2014	4176	Ida Marcussen, IK Våg	-
2013	4078	Ida Marcussen, IK Våg	-
2012	4316	Ida Marcussen, IK Våg	-
2011	4283	Ida Marcussen, IK Våg	-
2010	4143	Ida Marcussen, IK Våg	-
2009	4086	Ida Marcussen, IK Våg	-
2008	4214	Ida Marcussen, IK Våg	-
2007	4017	Ida Marcussen, IK Våg	-
2006	-		-
2005	3654	Camilla Gullhav Hatlen, Mosjøen FIK	-
2004	3018	Ingvild Carstens, Trondheim Friidrett	-
2003	3320	Camilla Gullhav Hatlen, Mosjøen FIK	-
2002	-		-
2001	3586	Eli Therese Sommerfeldt, IF Hellas	-
2000	3659	Eli Therese Sommerfeldt, IF Hellas	
1999	3891	Rannveig Kvalvik, Moss IL	
1998	3807	Tania Longe, Fredrikstad IF	
1997	4118	Tania Longe, Fredrikstad IF	
1996	4109	Tania Longe, Fredrikstad IF	
1995	3733	Rannveig Kvalvik, Moss IL	
1994	3678	Rannveig Kvalvik, Moss IL	
1993	3654	Tania Longe, Fredrikstad IF	
1992	3689	Monica Penne, Bryne IL	
1991	4194	Anne Bri Skjæveland, IF Minerva	
1990	4054	Rita Rosseland, Bryne IL	
1989	3873	Rita Rosseland, Bryne IL	
1988	-		
1987	3658	Alfhild Storhaug, Sandnes IL	
1986	3424 (100 m hekk)	Kristine Flaathen, IF Hellas	
1985	3830 (100 m hekk)	Kristin Lunner, Aurskog-Høland FIL	
1984	3737 3882 (100 m hekk)	Marianne Vikne, Tønsberg FIK Karin Sandsund, Steinkjer FIK	
1983	-		
1982	-		
1981	-		

4 x 200 METER STAFETT/RELAY

Norsk rekord:	1:35.60	Norge (Ezinne Okeparaebo-Astrid Cederqvist-Emily Norum-Tonje Kristiansen)	Växjö, SWE	13.02.2016
	1:37.96	Sandnes IL (Astrid Cederqvist-Agathe Holtan Wathne-Liv Storhaug-Vilde Aasmo)	Rud	04.02.2018
	1:37.96	IK Tjalve (Kaiteisi Ertzgaard-Marte Pettersen-Laura Veen-Line Al-Saidi)	Bergen/Gn	01.03.2026
Rekord U23:	1:39.82	Fredrikstad IF (Dina Rosenvinge Aasen-Jamila Isman-Freia Skaset-Ida Breigan)	Ulsteinvik	05.03.2023
Rekord U20:	1:39.82	Fredrikstad IF (Dina Rosenvinge Aasen-Jamila Isman-Freia Skaset-Ida Breigan)	Ulsteinvik	05.03.2023

År	Beste resultat	Klubb
2026	1:37.96	IK Tjalve
2025	1:40.94	IL i BUL
2024	1:40.68	IK Tjalve

2023	1:38.30	IL Norna-Salhus
2022	1:38.83	IK Tjalve
2021	-	
2020	1:39.09	IK Tjalve
2019	1:41.26	IK Tjalve
2018	1:37.96	Sandnes IL
2017	1:38.47	Sandnes IL
2016	1:38.91	IL Tyrving
2015	1:40.12	SK Vidar
2014	1:42.91	IK Tjalve
2013	1:39.14	SK Vidar
2012	1:44.36	Ranheim IL
2011	1:40.03	SK Vidar
2010	1:43.78	SK Vidar
2009	1:45.26	FIK Orion
2008	1:44.08	Trondheim Friidrett
2007	1:43.45	Trondheim Friidrett
2006	1:41.63	SK Vidar
2005	1:40.79	Trondheim Friidrett
2004	1:40.99	IL Skjalg
2003	1:48.28	Trondheim Friidrett
2002	1:45.17	Trondheim Friidrett
2001	1:42.27	IK Tjalve
2000	1:44.07	SK Vidar
1999	1:41.88	IK Tjalve
1998	1:44.59	IK Tjalve
1997	-	
1996	1:41.06	Lillehammer IF
1995	1:42.58	Lillehammer IF
1994	1:42.16	IL i BUL
1993	1:46.53	IL i BUL
1992	1:40.91	Raufoss IL
1991	1:42.24	Lillehammer IF
1990	1:42.33	Lillehammer IF
1989	1:41.29	Raufoss IL
1988	1:42.86	IL Gular
1987	1:43.56	IL Gular
1986	1:41.39	Fossum IF
1985	1:44.1	IK Tjalve
1984	1:47.2	IL i BUL
1983	1:48.4	Fossum IF
1982	1:44.4	Tønsberg FIK
1981	1:43.6	IL i BUL