

# Norske rekorder for Kvinner U23

**Pr. 27.08.2026**

## Statistikk- og Rekordutvalget

|                 |          |                                                                                                               |                     |            |      |
|-----------------|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|------------|------|
| 100 m           | 11.23    | Ezinne Okparaebo, IL i BUL                                                                                    | Barcelona, ESP      | 29.07.2010 | +1,0 |
|                 | 11.23    | Ezinne Okparaebo, IL i BUL                                                                                    | Barcelona, ESP      | 29.07.2010 | -0,6 |
| 200 m           | 22,58    | Henriette Jæger, Aremark IF                                                                                   | Malmö, SWE          | 19.05.2024 | +1,8 |
| 400 m           | 49,49    | Henriette Jæger, Aremark IF                                                                                   | Zürich, SUI         | 28.08.2025 |      |
| 800 m           | 2:01.15  | Malin Hoelsveen, Raufoss IL                                                                                   | Oslo/Bi             | 18.06.2024 |      |
| 1000 m          | 2:38.08  | Malin Hoelsveen, Raufoss IL                                                                                   | Göteborg, SWE       | 24.08.2026 |      |
| 1500 m          | 4:05.21  | Grete Andersen, SK Vidar                                                                                      | Roma, ITA           | 08.09.1974 |      |
| 1 mile (1609 m) | 4:36.0   | Gunvor Hilde, Elnesvågen IL                                                                                   | London, GBR         | 14.09.1979 |      |
| 3000 m          | 8:46.6   | Grete Waitz, SK Vidar                                                                                         | Oslo/Bi             | 24.06.1975 |      |
| 5000 m          | 15:19.19 | Anna Marie Sirevåg, SK Vidar                                                                                  | Braga, POR          | 11.07.2026 |      |
| 10000 m         | 31:52.53 | Anna Marie Sirevåg, SK Vidar                                                                                  | Stadtallendorf, GER | 06.06.2026 |      |
| 100 m hekk      | 12.74    | Christina Vukicevic, Ski IL                                                                                   | Hengelo, NED        | 01.06.2009 | +1,2 |
| 200 m hekk      | 26.68    | Andrea Rooth, Lambertseter IF                                                                                 | Oslo/La             | 07.05.2021 | +1,5 |
| 400 m hekk      | 55.74    | Andrea Rooth, Lambertseter IF                                                                                 | Jessheim            | 12.08.2023 |      |
| 3000 m hinder   | 9:33.19  | Karoline Bjerkeli Grøvdal, Isfjorden IL                                                                       | Neerpelt, BEL       | 02.06.2007 |      |
|                 | 9:33.19  | Andrea Nygård Vie, IL Norna-Salhus                                                                            | Heusden, BEL        | 18.07.2026 |      |
| Høyde           | 1.97     | Tonje Angelsen, Trondheim Friidrett                                                                           | Helsinki, FIN       | 28.06.2012 |      |
| Stav            | 4.50     | Lene Retzius, IL i BUL                                                                                        | Oslo/La             | 30.05.2018 |      |
| Lengde          | 6.65     | Ida Breigan, IK Tjalve                                                                                        | Lillehammer         | 21.06.2025 | +1,1 |
| Tresteg         | 13.63    | Inger Anne Frøysedal, IK Tjalve                                                                               | Bergen/Fa           | 19.06.2010 | +0,3 |
| Kule            | 15.47    | Janne Antonsen, Spydeberg IL                                                                                  | Tønsberg            | 23.05.1994 |      |
| Diskos          | 59.11    | Lotta Flatum, Brandbu IF                                                                                      | Malmö, SWE          | 17.07.2022 |      |
| Slegge          | 71.43    | Beatrice Nedberge Llano, Laksevåg TIL                                                                         | Tempe, USA          | 22.03.2019 |      |
| Spyd            | 63.28    | Sigrid Borge, Osterøy IL                                                                                      | Nadderud            | 17.06.2017 |      |
| Spyd (Gammelt)  | 68.94    | Trine Solberg Hattestad, Ski IL                                                                               | Oslo/Bi             | 16.07.1985 |      |
| 7-kamp          | 6226p    | Ida Marcussen, IK Våg<br>(14.16(-0,8)-1.68-13.00-24.59(-0,2)/<br>6,47(+0,3)-51.02-2:13.69)                    | Osaka, JPN          | 26.08.2007 |      |
| 4x100 m         | 44.71    | Landslag<br>(Ingvild Meinseth-Marte Pettersen-Tonje Fjellet Kristiansen-Helene Rønningen)                     | Paris, FRA          | 24.08.2019 |      |
|                 | 46.16    | SK Vidar<br>(Astrid Mangen Cederkvist-Folake Akinyemi-Tine Teigene Dalen-Line Kloster)                        | Jessheim            | 20.05.2012 |      |
| 4x200 m         | 1:39.36  | IL Skjalg<br>(Christine Næsheim Bjørkvik-Henriette Thorvaldsen-Karoline Tjelta Larsen-Elisabeth Slettum)      | Stavanger           | 18.09.2003 |      |
| 4x400 m         | 3:36.13  | Landslag<br>(Sigrid Kongssund Amlie-Nora Haugen-Andrea Rooth-Lakeri Ertzgaard)                                | Tallinn, EST        | 18.07.2021 |      |
|                 | 3:44.06  | IL Gular<br>(Agnes Christine Gundersen-Ann Marit Kleive Holmøy-Mona Karin Riisnes Riise-Sølvi Olsen Meinseth) | Fredrikstad/Li      | 11.09.1988 |      |

|                |         |                                                                                                               |             |            |
|----------------|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------|
| 4x800 m        | 8:44.0  | IF Eiker-Kvikk<br>(Mari Warlo-Trine Nebell-Hege<br>Jørgensen-Heidi Kjeldsen)                                  | Lillehammer | 28.08.1982 |
| 1000 m stafett | 2:08.46 | IL Gular<br>(Agnes Christine Gunderse-Ann Marit<br>Kleive Holmøy-Sølvi Olsen Meinseth-<br>Mona Karin Riisnes) | Byrkjelo    | 14.08.1988 |

## Bestenoteringer

|                      |         |                                         |              |            |      |
|----------------------|---------|-----------------------------------------|--------------|------------|------|
| 150 m                | 17.31   | Ezinne Okparaebo, IL i BUL              | Oslo/Bi      | 19.05.2010 | +0,2 |
| 300 m                | 35.46   | Henriette Jæger, Aremark IF             | Bergen/Fa    | 22.05.2024 |      |
| 600 m                | 1:28.31 | Line Al-Saiddi, IK                      | Oslo/Bi      | 02.05.2026 |      |
| 2000 m               | 5:58.87 | Gunhild Halle, IL Runar                 | Stjørdal     | 24.07.1993 |      |
| 300 m hekk           | 40.96   | Vilde Svortevik, IL Gular               | Bergen/Fa    | 20.08.2013 |      |
| 2000 m hinder        | 6:21.39 | Karoline Bjerkeli Grøvdal, Isfjorden IL | Stavanger/St | 10.08.2008 |      |
| Vektkast<br>(9,08kg) | 20.78   | Helene Ingvaldsen, IL Norna-Salhus      | Knarvik      | 22.12.2018 |      |