

## ALDERSREKORDER LØP 22

<b>ALDERSREKORDER 100 meter</b>			9 år Astri Styrvold	17,5 2007
10 år	Henning Rugsveen	15,3 1983	10 år	
11 år	Jan Eskedal	13,7 1967	11 år	Nina H. Molteberg 14,8 1981
12 år	Jan Eskedal	13,0 1968	år	Torhild Eliassen 14,8 1983
13 år	Jan Eskedal	12,3 1969	12 år	Ina Sletsjøe Svendsen 14,3 1983
14 år	Jan Eskedal	11,5 1970	13 år	Viktoria Berger 13,71 2000
15 år	Jan Eskedal	11,0 1971	år	Anne Meek 13,7 1974
16 år	Jan Eskedal	11,3 1972	14 år	Trude Christine Haug 13,29/12,9 1983
17 år	Odd Robert Torjussen	11,3 1981		Stine Aspevik Bosheim 13,21 2008
18 år	Nils Skoglund	11,3 1979	15 år	Trude Christine Haug 12,72/12,6 1984
19 år	Nils Skoglund	11,2 1980	16 år	Gunn Vasvik Evensen 12,6 1959
20 år	Teddy Dyring	11,1 1936	år	Nina H. Molteberg 12,93 1986
21 år	Nils Skoglund	11,5 1982	17 år	Trude Christine Haug 12,48 1986
år	Odd Robert Torjussen	11,5 1985	år	Nina H. Molteberg 12,4 1987
22 år	Nils Skoglund	11,26 1983	18 år	Ingunn Holden 12,81/12,5 1982
23 år	Jan Birger Holhjem	11,0 1962	19 år	Ingunn Holden 12,7 1983
24 år	Jan Birger Holhjem	10,8 1963	20 år	Randi Nymoen 12,3 1988
25 år	Ragnar Daae	11,3 1934	21 år	Randi Nymoen 12,73 1989
år	Jan Birger Holhjem	11,3 1964	22 år	Torhild Seemann Pettersen 12,8 1969
år	Tor Kittelsen	11,3 1978	23 år	Torhild Seemann Pettersen 13,1 1970
26 år	Ragnar Daae	11,1 1935	24 år	Gunn Vasvik Evensen 13,8 1967
27 år	Erling Mathisen	11,3 1959	25 år	Gunn Vasvik Evensen 13,6 1968
28 år	Bjørn Larsen	11,3 1948	26 år	Ingunn Holden 13,79 1990
29 år	Torleiv Kronen	11,5 1939	27 år	
år	Tor Kittelsen	11,5 1982	28 år	
30 år	Tor Kittelsen	11,8 1983	29 år	
31 år	Tor Kittelsen	11,7 1984	30 år	Cecilie Lund 13,7 1995
32 år	Bjarne Lekven	12,1 1984	31 år	Cecilie Lund 13,7 1996
33 år	Arnfinn Løvaas	11,8 1979	32 år	
34 år	Jostein Myrvang	12,4 1980	33 år	Lisbeth Akerholt 15,0 1992
35 år	Torleiv Kronen	11,6 1945	34 år	
36 år	Torleiv Kronen	11,6 1946	35 år	Karin Hassum Larsen 14,35 1989
37 år	Torleiv Kronen	11,6 1947	36 år	Karin Hassum Larsen 14,6 1990
38 år	Torleiv Kronen	11,4 1948	37 år	Karin Hassum Larsen 14,0 1991
39 år	Torleiv Kronen	12,2 1949	38 år	Lisbeth Akerholt 16,4 1997
40 år	Inge Bergeland	12,4 1989	39 år	Karin Hassum Larsen 14,3 1993
41 år	Jostein Myrvang	13,1 1987	40 år	Randi Aabol 14,7 1992
	Inge Bergeland	13,1 1990	41 år	Ann Mari Skaanes 15,7 1994
42 år	Jostein Myrvang	13,0 1988	42 år	Lisbeth Akerholt 16,39 2001
43 år	Inge Bergeland	12,6 1992	43 år	Ann Mari Skaanes 15,4 1996
44 år	Inge Bergeland	13,40 1993	år	Lisbeth Akerholt 15,4 2002
45 år	Per Lund	13,4 1982	44 år	Karin Hassum Larsen 15,3 1998
46 år	Inge Bergeland	13,2 1995	45 år	Karin Hassum Larsen 15,73 1999
47 år	Inge Bergeland	13,2 1996	år	Ann Mari Skaanes 15,7 1998
48 år	John Romkes	12,91 2010	46 år	Karin Hassum Larsen 15,5 2000

49 år	<b>John Romkes</b>	<b>12,83</b>	<b>2011</b>	47 år	Karin Hassum Larsen	15,4	2001
50 år	Rolf E. Gladsø	14,2	1996	48 år	Karin Hassum Larsen	15,7	2002
51 år				49 år			
52 år	Inge Bergeland	13,7	2001	50 år	Elise Marie Wåle	14,4	1992
53 år	Nils Hellenes	15,0	1986	51 år	Elise Marie Wåle	14,8	1993
54 år	Nils Hellenes	14,6	1987	52 år	Elise Marie Wåle	14,9	1994
55 år				53 år	Elise Marie Wåle	14,9	1995
56 år	Nils Hellenes	14,55	1989	54 år	Elise Marie Wåle	15,07	1996
57 år	Nils Hellenes	14,3	1990	55 år	Elise Marie Wåle	15,34	1997
58 år				56 år	Elise Marie Wåle	16,1	1998
59 år				57 år	Elise Marie Wåle	16,47	1999
60 år	Nils Hellenes	15,39	1993	58 år	Elise Marie Wåle	16,5	2000
61 år	Nils Hellenes	15,1	1994	59 år	Elise Marie Wåle	16,32	2001
62 år	Nils Hellenes	15,1	1995	60 år	Elise Marie Wåle	16,54	2002
63 år	<b>Tor Stein Osland</b>	<b>16,5</b>	<b>2011</b>	61 år	Elise Marie Wåle	17,3	2003
64 år				62 år			
65 år	Kaare Mortensen	15,80	2001	63 år			
66 år							
67 år	Nils Hellenes	16,9	2000				
68 år							
69 år	Nils Hellenes	16,9	2002				
70 år	Nils Hellenes	16,8/17,2	2003				

## ALDERSREKORDER

## 200 meter

10 år	Bendik J. Plesner	33,23	2007	8 år	Wilma J. Plesner	38,09	2007
11 år	Jørn Molteberg	30,8	1978	9 år	Astri Styrvold	39,8	2007
12 år	Bendik J. Plesner	31,5	2009	10 år	Josefine Tomine Eriksen	36,15	2010
13 år	Jan Eskedal	25,5	1969	11 år	<b>Josefine Tomine Eriksen</b>	<b>31,72</b>	<b>2011</b>
14 år	Jan Eskedal	24,5	1970	12 år	<b>Kaja Rolfsen</b>	<b>29,54</b>	<b>2011</b>
15 år	Jan Eskedal	22,9	1971	13 år	Camilla Brastein	28,48	2002
16 år	Jan Eskedal	23,5	1972	14 år	<b>Synne Frydenlund</b>	<b>27,01</b>	<b>2011</b>
17 år	Odd Robert Torjussen	22,7	1981	15 år	Nina H. Molteberg	26,7	1985
18 år	Nils Skoglund	22,5	1979	16 år	Nina H. Molteberg	25,7	1986
19 år	Odd Robert Torjussen	22,4	1983	17 år	Ingunn Holden	25,93/25,5	1981
20 år	Jørgen Hasle Johanssen	22,81	2006	18 år	Ingunn Holden	24,8	1982
21 år	Hans Fr. Christensen	23,2	1933	19 år	Ingunn Holden	25,15	1983
22 år	Ragnae Skautvedt	23,4	1958	20 år	Cecilie Lund	25,6	1985
23 år	Jan Birger Holhjem	22,5	1962	år	Randi Nymo	25,74	1988
24 år	Jan Birger Holhjem	22,2	1963	21 år	Randi Nymo	25,57	1989
25 år	Tor Kittelsen	22,7	1978	22 år	Torhild Seemann Pettersen	26,9	1969
26 år	Tor Kittelsen	22,9	1979	23 år	Wenche Standal	28,2	1985
27 år	Tor Kittelsen	22,7	1980	24 år	Wenche Standal	28,1	1986
28 år	Tor Kittelsen	23,0	1981	25 år	Lisbeth Akerholt	30,7	1984
29 år	Tor Kittelsen	23,3	1982	26 år	Ingunn Holden	28,25	1990
30 år	Tor Kittelsen	23,8	1983	27 år			

31 år	Tor Kittelsen	24,3	1984	28 år		
32 år	Bjarne Lekven	24,5	1984	29 år		
33 år				30 år		
34 år	Tor Stein Osland	25,8	1982	31 år		
35 år	Tor Stein Osland	25,1	1983	32 år		
36 år	Tor Stein Osland	24,9	1984	33 år		
37 år	Tor Stein Osland	24,6	1985	34 år		
	Torleiv Kronen	24,6	1947	35 år	Karin Hassum Larsen	29,68 1989
38 år	Torleiv Kronen	24,7	1948	36 år	Karin Hassum Larsen	30,3 1990
39 år				37 år	Karin Hassum Larsen	29,6 1991
40 år	Bjarne Lekven	26,8	1992	38 år		
41 år	Inge Bergeland	28,2	1990	39 år		
42 år	Inge Bergeland	27,3	1991	40 år	Karin Hassum Larsen	30,7 1994
43 år	Inge Bergeland	27,9	1992	41 år		
44 år				42 år		
45 år	Gerhard Kraft	29,4	1991	43 år		
46 år	Gerhard Kraft	29,2	1992	44 år		
47 år				45 år		
48 år	John Romkes	27,48	2010	46 år		
49 år	<b>John Romkes</b>	<b>27,37</b>	<b>2011</b>	47 år		
////				48 år		
53 år				49 år		
54 år				50 år	Elise Marie Wåle	30,0 1992
55 år				51 år	Elise Marie Wåle	30,9 1993
56 år	Nils Hellenes	30,1	1989	52 år	Elise Marie Wåle	31,71 1994
57 år	Nils Hellenes	29,8	1990	53 år	Elise Marie Wåle	31,67 1995
58 år	Nils Hellenes	30,9	1991	54 år	Elise Marie Wåle	32,47 1996
59 år	Nils Hellenes	31,8	1992	55 år	Elise Marie Wåle	32,30 1997
60 år	Nils Hellenes	31,9	1993	56 år	Elise Marie Wåle	35,96 1998
61 år	Nils Hellenes	31,6	1994	57 år		
62 år	Nils Hellenes	32,1	1995	58 år		
63 år	Nils Hellenes	32,3	1996	59 år		
64 år				60 år		
65 år	Kaare Mortensen	33,02	2001	61 år	Elise Marie Wåle	34,29 2003
66 år	Nils Hellenes	36,04	1999	62 år		
////				63 år		
70 år	Nils Hellenes	36,94	2003	64 år		
71 år	Nils Hellenes	39,4	2004	65 år		

## ALDERSREKORDER

## 400 meter

10 år	Ole Georg Ruud	89,3	2004	10 år	Josefine Tomine Eriksen	86,9 2010
11 år	Jan Roger Nalum	75,0	1975	11 år	Andrine Fremstad	92,64 2011
12 år	Dag Thorstensen	73,4	1981	12 år	Astri Styrvold	82,4 2010
13 år	Bendik J. Plesner	67,3	2010	13 år	Anne Elly Bærug	68,1 1968

14 år	Jan Eskedal	55,4	1970	14 år	Anne Meek	62,5	1975
15 år	Jan Eskedal	52,9	1971	15 år	Ingunn Holden	58,4	1979
16 år	Erik Kristiansen	53,1	1985	16 år	Ingunn Holden	58,04	1980
17 år	Odd Robert Torjussen	50,3	1981	17 år	Ingunn Holden	56,3	1981
	år Jørgen H. Johansen	50,49	2003				
18 år	Jørgen H. Johansen	49,61	2004	18 år	Ingunn Holden	55,9	1982
19 år	Jørgen H. Johansen	49,05	2005	19 år	Ingunn Holden	55,81	1983
20 år	Jørgen H. Johansen	48,87	2006	20 år	Randi Nymoen	55,49	1988
21 år	Christen Bugge	50,1	1981	21 år	Randi Nymoen	56,15	1989
22 år	Reidar Larsen	50,0	1955	22 år	Lisbeth Akerholt	65,7	1981
23 år	Reidar Larsen	50,5	1956	23 år	Wenche Standal	62,5	1985
24 år	Jan Birger Holhjem	50,3	1963	24 år	Wenche Standal	63,12	1986
25 år	Tor Kittelsen	49,2	1978	25 år	Lisbeth Akerholt	68,0	1984
26 år	Tor Kittelsen	50,0	1979	26 år	Ingunn Holden	59,91	1990
27 år	Tor Kittelsen	49,9	1980	27 år			
28 år	Tor Kittelsen	49,9	1981	28 år			
29 år	Tor Kittelsen	51,4	1982	29 år			
30 år	Tor Kittelsen	51,4	1983	30 år			
31 år	Per Lund	52,7	1968	31 år			
32 år	Per Lund	53,0	1969	32 år			
33 år	Bjarne Lekven	53,0	1985	33 år			
34 år	Tor Stein Osland	54,8	1982	34 år			
35 år	Tor Stein Osland	54,4	1983	35 år	Karin Hassum Larsen	64,5	1989
36 år	Tor Stein Osland	53,7	1984	36 år			
37 år	Tor Stein Osland	53,0	1985	37 år	Karin Hassum Larsen	63,92	1991
38 år	Torleiv Kronen	55,3	1948	38 år			
	år Tor Stein Osland	55,36	1986	39 år			
39 år				40 år			
40 år	Jostein Myrvang	64,0	1986	41 år			
41 år				42 år			
42 år	<b>Arne Svardal</b>	<b>60,59</b>	<b>2011</b>	43 år			
43 år				44 år			
44 år				45 år			
45 år	Per Lund	58,1	1982	46 år			
46 år				47 år			
47 år				48 år	<b>Ragnhild Gulvik</b>	<b>80,76</b>	<b>2011</b>
48 år	Knut Wedeld Hovde	66,5	2000	49 år			
49 år				50 år			
50 år				51 år			
51 år				52 år			
52 år	Thor Gunnar Holt	62,86	2005	53 år			
53 år	Tor Stein Osland	67,0	2001	54 år			
54 år				55 år			
55 år				56 år	Anne Hasle Johansen	88,40	2009

56 år	Nils Hellenes	69,9	1989	57 år
57 år				58 år
				59 år

////

62 år			
63 år	Kaare Mortensen	70,19	1999
64 år			
65 år	Kaare Mortensen	70,5	2001
66 år			
67 år			
68 år			
69 år			
70 år	Nils Hellenes	87,25	2003

### ALDERSREKORDER 800 meter

10 år	Bendik J. Plesner	2,58,81	2007	8 år	Wilma J. Plesner	3,19,37	2007
11 år	Tor Martin Lund	2,32,2	1982	9 år			
12 år	Tor Martin Lund	2,26,4	1983	10 år	Josefine Tomine Eriksen	3,07,41	2010
13 år	Thorbjørn Elvsåshagen	2,14,47	1992	11 år	Mette Helen Lien	2,32,1	1983
14 år	Erik Kristiansen	2,05,6	1983	12 år	Mette Helen Lien	2,26,0	1984
15 år	Lasse Hagen	2,01,58	1983	13 år	Mette Helen Lien	2,22,3	1985
16 år	Tor Martin Lund	1,59,8	1987	14 år	Mette Helen Lien	2,18,95	1986
17 år	Jørgen H. Johansen	1,54,54	2003	15 år	Ingunn Holden	2,13,7	1979
18 år	Jørgen H. Johansen	1,52,74	2004	16 år	Ingunn Holden	2,14,7	1980
19 år	Jørgen H. Johansen	1,52,13	2005	17 år	Ingunn Holden	2,12,12	1981
20 år	Arvid Hansen	1,51,83	1982	18 år	Ingunn Holden	2,09,65	1982
21 år	Lars Martin Kaupang	1,51,8	1973	19 år	Ingunn Holden	2,07,25	1983
22 år	Lars Martin Kaupang	1,51,8	1974	20 år	Lise Johansen	2,09,36	1986
23 år	Lars Martin Kaupang	1,50,6	1975	21 år	Lise Johansen	2,08,93	1987
24 år	Lars Martin Kaupang	1,49,8	1976	22 år	Lise Johansen	2,10,38	1988
25 år	Arild Haugene	1,53,2	1984	23 år	Lise Johansen	2,09,42	1989
26 år	Lars Martin Kaupang	1,53,0	1978	24 år	Anne Gro Reppesgård Hansen	2,21,6	1985
27 år	Lars Martin Kaupang	1,55,1	1979	25 år	Wenche Standal	2,17,5	1987
28 år	Lars Martin Kaupang	1,52,3	1980	26 år	Ingunn Holden	2,09,83	1990
29 år	Lars Martin Kaupang	1,52,98	1981	27 år			
30 år	Terje Kronen	1,57,4	1981	28 år			
31 år	Terje Kronen	1,59,4	1982	29 år			
32 år	Terje Kronen	1,57,9	1983	30 år			
33 år				31 år	Mia Larsen	2,32,5	1984
34 år	Tor Stein Osland	2,10,6	1982	32 år			
35 år	Kai Heier	2,13,7	1992	33 år	Mia Larsen	2,32,4	1986
36 år	Tor Stein Osland	2,05,7	1984	34 år	Karin Hassum Larsen	2,44,8	1988
37 år	Tor Stein Osland	2,03,1	1985	35 år	Karin Hassum Larsen	2,30,06	1989
38 år	Tor Stein Osland	2,12,1	1986	36 år	Ann Mari Skaanes	2,31,09	1989

39 år			37 år Karin Hassum Larsen	2,23,84	1991
40 år Svein Bronebakk	2,15,2	1992	38 år Karin Hassum Larsen	2,24,26	1992
41 år Tor Lund	2,04,6	1981	39 år Karin Hassum Larsen	2,27,0	1993
42 år			40 år Randi Aabol	2,24,26	1992
43 år			41 år Karin Hassum Larsen	2,52,0	1995
44 år			42 år Karin Hassum Larsen	2,35,56	1996
45 år Per Lund	2,18,5	1982	43 år Ann Mari Skaanes	2,47,2	1996
46 år Roar Eikenes	2,29,6	1996	44 år		
47 år			45 år Karin Hassum Larsen	2,57,08	1999
48 år			46 år		
49 år <b>John Romkes</b>	<b>2,09,48</b>	<b>2011</b>	47 år Karin Hassum Larsen	2,57,4	2001
50 år Rolf Gladsø	2,29,6	1996	48 år		
51 år Rolf Gladsø	2,24,5	1997	49 år		
52 år Rolf Gladsø	2,27,1	1998	50 år Elise Marie Wåle	2,48,2	1992
53 år Tor Stein Osland	2,38,07	2001	51 år Elise Marie Wåle	2,48,7	1993
54 år			52 år Elise Marie Wåle	2,56,16	1994
55 år			53 år Elise Marie Wåle	2,53,79	1995
56 år Kaare Mortensen	2,19,27	1992	54 år		
57 år Kaare Mortensen	2,19,79	1993	55 år		
58 år Kaare Mortensen	2,21,0	1994	56 år		
59 år Kaare Mortensen	2,23,5	1995	57 år		
60 år Kaare Mortensen	2,28,40	1996	58 år		
61 år Kaare Mortensen	2,30,0	1997	59 år		
62 år Kaare Mortensen	2,33,34	1998	60 år Elise Marie Wåle	3,23,0	2002
63 år Kaare Mortensen	2,30,40	1999	61 år Elise Marie Wåle	3,27,91	2003
64 år			62 år		
65 år Kaare Mortensen	2,40,79	2001	63 år		
66 år Kaare Mortensen	2,37,8	2002			
67 år Kaare Mortensen	2,44,03	2003			
68 år Kaare Mortensen	2,32,15	2004			
69 år Kaare Mortensen	2,48,4	2005			
70 år					
71 år					
72 år Kaare Mortensen	2,53,04	2008			
73 år					

## ALDERSREKORDER

## 1500 meter

10 år Bendik J. Plesner	6,06,62	2007			
11 år Børge Styrvold	6,51,10	2007	11 år Mette Helen Lien	5,25,3	1983
12 år			12 år Catrine Lund	5,21,7	1979
13 år Tor Martin Lund	4,47,1	1984	13 år Catrine Lund	5,25,8	1980
14 år Jan Roger Nalum	4,33,4	1978	14 år Marie Styrvold	5,34,00	2007
15 år Arild Haugene	4,13,0	1974	15 år Catrine Lund	4,53,1	1982
16 år Arild Haugene	4,02,6	1975	16 år Kari Anne Hellenes	4,51,4	1982
17 år Hans Geir Guren	4,05,5	1971	17 år Anne Gro Styrvold	4,58,0	1981

18 år	Roar Eikenes	3,59,2	1968	18 år	Anne Gro Styrvold	4,50,6	1982
19 år	Arvid Hansen	3,51,7	1979	19 år	Lise Johansen	4,24,83	1985
20 år	Lars Martin Kaupang	3,51,0	1972	20 år	Lise Johansen	4,21,21	1986
21 år	Lars Martin Kaupang	3,45,1	1973	21 år	Lise Johansen	4,19,53	1987
22 år	Lars Martin Kaupang	3,41,6	1974	22 år	Lise Johansen	4,30,50	1988
23 år	Lars Martin Kaupang	3,41,1	1975	23 år	Lise Johansen	4,18,90	1989
24 år	Lars Martin Kaupang	3,37,4	1976	24 år	Anne Gro Reppesgård Hansen	4,36,8	1985
25 år	Arild Haugene	3,47,2	1984	25 år			
26 år	Lars Martin Kaupang	3,45,1	1978	26 år	Ingunn Holden	4,33,65	1990
27 år	Bjarne Sletten	3,53,3	1965	27 år			
28 år	Lars Martin Kaupang	3,50,1	1980	28 år			
29 år	Lars Martin Kaupang	3,51,0	1981	29 år			
30 år	Terje Kronen	3,56,8	1981	30 år			
31 år	Terje Kronen	4,07,2	1982	31 år	Mia Larsen	5,17,2	1984
32 år	Terje Kronen	3,58,29	1983	32 år	Mia Larsen	5,10,5	1985
33 år	Terje Kronen	4,00,04	1984	33 år	Mia Larsen	5,29,2	1986
34 år	Terje Kronen	4,02,1	1985	34 år			
35 år	Terje Kronen	4,10,2	1986	35 år	Ann Mari Skaanes	5,20,5	1988
36 år				36 år	Ann Mari Skaanes	5,15,47	1989
37 år	Tor Stein Osland	4,27,6	1985	37 år	Karin Hassum Larsen	4,58,4	1991
38 år	Kjell Aadnevik	4,28,0	1984	38 år	Karin Hassum Larsen	5,03,01	1992
39 år				39 år	Karin Hassum Larsen	5,07,11	1993
40 år	Svein Bronebakk	4,35,6	1992	40 år	Randi Aabol	4,59,92	1992
41 år				41 år	Karin Hassum Larsen	5,46,90	1995
///				42 år	Karin Hassum Larsen	5,22,5	1996
44 år				43 år	Ann Mari Skaanes	5,27,5	1996
45 år	Gerhard Kraft	5,10,9	1991	44 år	Karin Hassum Larsen	5,32,9	1998
46 år	Gerhard Kraft	5,10,6	1992	45 år	Ann Mari Skaanes	5,59,5	1998
47 år	John Romkes	4,53,62	2009	46 år	Karin Hassum Larsen	6,10,2	2000
48 år	John Romkes	4,49,82	2010	47 år	Karin Hassum Larsen	5,57,92	2001
49 år				48 år	Karin Hassum Larsen	6,30,5	2002
50 år	Rolf E. Gladsø	4,41,48	1996	49 år			
51 år				50 år			
52 år	Rolf E. Gladsø	4,51,19	1998	51 år			
53 år	Tor Stein Osland	5,29,4	2001	52 år			
54 år				53 år			
55 år				54 år			
56 år	Kaare Mortensen	4,40,97	1992	55 år			
57 år	Kaare Mortensen	4,46,6	1993				
58 år	Kaare Mortensen	4,52,80	1994				
59 år							
60 år	Kaare Mortensen	5,03,07	1996				
61 år							
62 år	Kaare Mortensen	5,17,53	1998				

63 år	Kaare Mortensen	5,13,15	1999
64 år			
65 år	Kaare Mortensen	5,35,7	2001
66 år	Nils Hellenes	7,57,50	1999
67 år			
68 år	Kaare Mortensen	5,20,92	2004
69 år			
70 år	Nils Hellenes	8,02,4	2003
71 år	Kaare Mortensen	5,54,72	2007
72 år	Kaare Mortensen	5,54,0	2008
73 år			

### **ALDERSREKORDER 3000 meter**

13 år	<b>Vebjørn Hegdal</b>	<b>10,25,14</b>	<b>2011</b>		
14 år	<b>Emil Gusland Jensen</b>	<b>10,50,51</b>	<b>2011</b>		
15 år	Arild Haugene	9,13,6	1974	15 år	<b>Vendla Gulvik</b>
16 år	Arild Haugene	8,38,6	1975	16 år	<b>13,02,23 2011</b>
17 år	Arild Haugene	8,40,0	1976	17 år	
18 år	Arild Haugene	8,36,8	1977	18 år	Anne Gro Styrvold
19 år	Arild Haugene	8,27,4	1978	19 år	Anne Gro Styrvold
20 år	Lars Martin Kaupang	8,23,0	1972	20 år	Anne Gro Reppesgård Hansen
21 år	Lars Martin Kaupang	8,14,4	1973	21 år	Anne Gro Reppesgård Hansen
22 år	Lars Martin Kaupang	8,18,8	1974	22 år	Lise Johansen
23 år	Lars Martin Kaupang	8,01,0	1975	23 år	Anne Gro Reppesgård Hansen
24 år	Arild Haugene	8,22,0	1983	24 år	Anne Gro Reppesgård Hansen
25 år	Arild Haugene	8,09,34	1984	25 år	
26 år	Bjarne Sletten	8,28,4	1964	26 år	
27 år	Bjarne Sletten	8,19,8	1965	27 år	
28 år	Lars Martin Kaupang	8,35,8	1980	28 år	
29 år	Bjarne Sletten	8,17,6	1967	29 år	
30 år	Bjarne Sletten	8,17,8	1968	30 år	
31 år	Terje Kronen	8,49,52	1982	31 år	Mia Larsen
32 år	Terje Kronen	8,31,2	1983	32 år	Mia Larsen
33 år	Terje Kronen	8,30,62	1984	33 år	
34 år	Terje Kronen	8,34,6	1985	34 år	
35 år	Terje Kronen	8,38,8	1986	35 år	Mia Larsen
36 år				36 år	Karin Hassum Larsen
37 år	Terje Kronen	8,53,61	1988	37 år	Karin Hassum Larsen
38 år				38 år	Ann Mari Skaanes
39 år				39 år	Karin Hassum Larsen
40 år	Svein Bronebakk	10,15,1	1992	40 år	Ann Mari Skaanes
41 år				41 år	Ann Mari Skaanes
42 år				42 år	
43 år				43 år	Ann Mari Skaanes
44 år				44 år	

45 år				45 år		
46 år				46 år	Karin Hassum Larsen	12,44,2 2000
47 år				47 år	Karin Hassum Larsen	12,39,5 2001
48 år				48 år		
49 år				49 år		
50 år	Rolf E. Gladsø	10,46,6	1996	50 år		
51 år				51 år		
52 år				52 år		
53 år				53 år		
54 år						
55 år						
56 år	Kaare Mortensen	10,30,2	1992			
57 år						
58 år						
59 år						
60 år	Kaare Mortensen	12,01,9	1996			
61 år						
62 år	Kaare Mortensen	11,38,5	1998			
63 år	Kaare Mortensen	11,13,3	1999			
64 år						
65 år	Kaare Mortensen	12,12,63	2001			
66 år						
67 år						
68 år	Kaare Mortensen	12,07,84	2004			
69 år						
70 år						
71 år						
72 år	Kaare Mortensen	13,05,8	2008			

## ALDERSREKORDER 5000 meter

16 år						
17 år	Arild Haugene	15,25,6	1976			
18 år	Arild Haugene	15,15,7	1977			
19 år	Arild Haugene	15,05,3	1978			
20 år	Stig Rusti	15,06,06	1983	20 år		* i løp med menn
21 år	Lars Martin Kaupang	14,26,4	1973	21 år	Anne Gro Reppesgård Hansen	17,59,7 * 1982
22 år	Arvid Hansen	14,25,5	1982	22 år	Anne Gro Reppesgård Hansen	17,37,6 1983
23 år	Lars Martin Kaupang	13,56,0	1975	23 år	Anne Gro Reppesgård Hansen	17,09,31 1984
24 år	Arvid Hansen	14,00,32	1984	24 år	Anne Gro Reppesgård Hansen	16,51,4 1985
25 år	Arild Haugene	14,17,84	1984	25 år		
26 år	Bjarne Sletten	14,54,6	1964	26 år		
27 år	Bjarne Sletten	14,27,6	1965	27 år		
28 år	Terje Kronen	15,40,7	1979	28 år		

29 år	Bjarne Sletten	14,15,6	1967	29 år		
30 år	Bjarne Sletten	14,44,6	1968	30 år		
31 år	Bjarne Sletten	14,48,4	1969	31 år		
32 år	Terje Kronen	15,40,9	1983	32 år	Mia Larsen	20,30,5 1985
33 år	Bjarne Sletten	15,04,6	1971	33 år		
34 år	Bjarne Sletten	14,57,6	1972	34 år		
35 år	Thorolf Schrøder Nilsen	15,53,7	1983	35 år	Mia Larsen	21,03,8 1988
36 år				36 år	Mia Larsen	21,25,0 1989
37 år	Terje Kronen	15,28,30	1988	37 år	Karin Hassum Larsen	19,18,83 1991
38 år	Kjell Aadnevik	16,48,2	1984	38 år		
39 år						
40 år						
41 år						
42 år						
43 år						
44 år						
45 år	Gerhard Kraft	19,33,6	1991			
46 år	Gerhard Kraft	19,30,6	1992			
47 år						
48 år						
49 år	Gerhard Kraft	19,12,2	1995			
50 år						
51 år						
52 år						
53 år						
54 år						
55 år						
56 år	Kaare Mortensen	18,02,10	1992			
57 år	Kaare Mortensen	18,32,10	1993			
58 år	Kaare Mortensen	19,08,67	1994			
59 år	Kaare Mortensen	19,20,1	1995			
60 år						
61 år						
62 år						
63 år	Kaare Mortensen	19,38,06	1999			
64 år						

### **ALDERSREKORDER 10000 meter**

18 år	Stig Rusti	33,50,2	1981			
19 år						
20 år	Vidar Eikenes	33,27,6	1972			
21 år	Stig Rusti	32,36,0	1984			
22 år	Arvid Hansen	29,58,8	1982			
23 år	Arvid Hansen	30,06,3	1983	23 år		
24 år	Arvid Hansen	31,04,2	1984	24 år	Anne Gro Reppesgård Hansen	37,59,0 1985

25 år	Bjarne Sletten	31,07,0	1963	25 år
26 år	Bjarne Sletten	30,41,4	1964	26 år
27 år	Bjarne Sletten	30,32,8	1965	
28 år	Terje Karlsen	34,24,1	1985	
29 år	Bjarne Sletten	29,50,8	1967	
30 år	Bjarne Sletten	30,25,4	1968	
31 år	Bjarne Sletten	30,38,4	1969	
32 år	Terje Karlsen	33,45,82	1989	
33 år	Terje Kronen	32,52,1	1984	
34 år	Bjarne Sletten	30,04,6	1972	
35 år	Terje Kronen	33,50,3	1986	
36 år	Vidar Haugen	32,54,02	1991	
37 år	Vidar Haugen	32,42,00	1992	
38 år	Kjell Aadnevik	34,47,4	1984	
39 år	Bjørn Pettersen	37,56,3	1985	
40 år				

### **ALDERSREKORDER 1/2MARATON**

22 år	Rune Harald Raugland	1,10,3	1982		
////					
////				23 år	Anne Gro Reppesgård Hansen
31 år	Arvid Hansen	1,07,19	1991	24 år	1,16,43 1984
////				25 år	
////					
47 år	Arnfinn Sletten	1,34,50	1986		
48 år	John Romkes	1,23,52	2010		
////					
53 år	Tor Stein Osland	1,38,20	2001		

### **ALDERSREKORDER MARATON**

22 år	Arild Haugene	2,40,23	1981		
23 år				23 år	Anne Gro Reppesgård Hansen
24 år				24 år	2,48,02 1984
25 år				24 år	Anne Gro Reppesgård Hansen
26 år	Frank Pettersen	2,44,37	1991	25 år	2,39,30 1985
27 år	Frank Pettersen	2,37,45	1992	26 år	Anne Gro Reppesgård Hansen
28 år				27 år	2,42,45 1986
29 år				28 år	
30 år	Bjarne Sletten	2,29,20,4	1968	29 år	
31 år	Bjarne Sletten	2,22,26	1969		
32 år	Roar Eikenes	2,50,37	1982		
33 år	Bjarne Sletten	2,17,42	1971		
34 år	Bjarne Sletten	2,22,08	1972		
35 år					

36 år			
37 år	Vidar Haugen	2,35,17	1991
38 år			
39 år			
40 år			
41 år			
42 år			
43 år	Arnfinn Sletten	2,56,07	1982
44 år			

### ALDERSREKORDER

#### 110 hekk(106,7) menn

16 år	Haakon Hellenes	18,5	1974
17 år	Haakon Hellenes	17,3	1975
18 år	Haakon Hellenes	16,4	1976
19 år	Haakon Hellenes	16,0	1977
20 år	Thor Gunnar Holt	16,4	1973
21 år	Jørn Aas	17,8	1980
22 år	Reidar Larsen	17,3	1955
	år Haakon Hellenes	17,3	1980
23 år	Odd Arne Gulvik	16,3	1948
24 år	Odd Arne Gulvik	15,8	1949
25 år	Jostein Myrvang	17,6	1971
26 år	Per Lund	15,8	1963
27 år	Thor Gunnar Holt	16,2	1980
28 år	Per Lund	16,2	1965
29 år	Thor Gunnar Holt	16,6	1982
30 år	Jostein Myrvang	17,4	1976
31 år	Per Lund	16,5	1968
32 år	Per Lund	16,4	1969
33 år	Bjarne Lekven	17,5	1985
34 år	Jostein Myrvang	18,1	1980
35 år	Jostein Myrvang	17,4	1981
36 år	Jostein Myrvang	18,9	1982
37 år	Jostein Myrvang	17,6	1983
38 år	Torleiv Kronen	18,5	1948
39 år	Jostein Myrvang	18,5	1985
40 år			
41 år	Torleiv Kronen	19,0	1951
42 år			
43 år	Jostein Myrvang	20,29	1989
44 år			

### ALDERSREKORDER

#### 100 hekk (91,0) menn veteran

### ALDERSREKORDER

#### 200 hekk (76,2) menn

14 år	Jan Roger Nalum	31,7	1978
15 år			
16 år			
17 år	Haakon Hellenes	27,9	1975
18 år	Haakon Hellenes	28,1	1976
19 år			
20 år	Idar Larsen	29,9	1979
	år Arild Haugene	29,9	1979
21 år			
22 år			
23 år			
24 år			
25 år			
26 år			
27 år	Thor Gunnar Holt	26,78	1980
28 år	Jostein Myrvang	29,0	1974
29 år	Jostein Myrvang	28,7	1975
30 år	Jostein Myrvang	27,9	1976
31 år	Jostein Myrvang	27,8	1977
32 år	Jostein Myrvang	28,3	1978
33 år	Jostein Myrvang	28,6	1979
34 år	Jostein Myrvang	28,7	1980
35 år			
36 år	Jostein Myrvang	28,4	1982
37 år	Jostein Myrvang	29,2	1983
38 år	Jostein Myrvang	29,5	1984
39 år	Jostein Myrvang	30,0	1985

### ALDERSREKORDER

#### 200 hekk (76,2) kvinner

56 år Nils Hellenes 23,1 1989 13 år Vigdis Nalum 36,4 1978

### **ALDERSREKORDER**

#### **100 hekk (84) menn veteraner**

60 år Nils Hellenes 24,81 1993 16 år Unni Arvesen 30,1 1983

### **ALDERSREKORDER**

#### **80 hekk (76,2) menn veteran**

70 år Nils Hellenes 21,2 2003 19 år  
20 år Wenche Standal 34,0 1982

### **ALDERSREKORDER**

#### **100 hekk (84,0) kvinner**

14 år Victoria Berger 17,6 2001 50 år Elise Marie Wåle 54,06 1992  
15 år Kirsti Espeseth 18,1 1974 51 år Elise Marie Wåle 57,26 1993  
16 år Unni Arvesen 15,6 1983 52 år Elise Marie Wåle 53,42 1994  
17 år Unni Arvesen 15,8 1984 53 år Elise Marie Wåle 53,69 1995  
18 år Unni Arvesen 15,00 1985 54 år  
19 år Unni Arvesen 15,80 1986 55 år Elise Marie Wåle 58,41 1997  
20 år Randi Nymoen 15,8 1988 56 år  
21 år Berit Austefjord 21,3 1981 57 år  
22 år Torhild Seemann Pettersen 15,1 1969 58 år  
23 år Torhild Seemann Pettersen 15,7 1970 59 år  
24 år Torhild Seemann Pettersen 16,3 1971 60 år Elise Marie Wåle 65,28 2002  
25 år 61 år Elise Marie Wåle 63,35 2003  
26 år 62 år Elise Marie Wåle 68,37 2004  
27 år 63 år  
28 år 64 år  
29 år 65 år

### **ALDERSREKORDER**

#### **80 hekk (76,2) kvinner veteran**

50 år Elise Marie Wåle 14,6 1992 15 år  
51 år Elise Marie Wåle 14,6 1993 16 år  
52 år Elise Marie Wåle 14,2 1994 17 år Randi Nymoen 66,6 1985  
53 år Elise Marie Wåle 14,66 1995 18 år Unni Arvesen 65,3 1985  
54 år Elise Marie Wåle 15,54 1996 19 år Ingunn Holden 67,1 1983  
55 år Elise Marie Wåle 15,59 1997 20 år  
56 år 21 år  
57 år 22 år  
58 år  
59 år  
60 år  
61 år Elise Marie Wåle 16,04 2003  
62 år Elise Marie Wåle 17,63 2004  
63 år

### **ALDERSREKORDER**

#### **300 hekk (76,2) kvinner veteran**

50 år Elise Marie Wåle 54,06 1992  
51 år Elise Marie Wåle 57,26 1993  
52 år Elise Marie Wåle 53,42 1994  
53 år Elise Marie Wåle 53,69 1995  
54 år  
55 år Elise Marie Wåle 58,41 1997  
56 år  
57 år  
58 år  
59 år  
60 år Elise Marie Wåle 65,28 2002  
61 år Elise Marie Wåle 63,35 2003  
62 år Elise Marie Wåle 68,37 2004  
63 år  
64 år  
65 år

### **ALDERSREKORDER**

#### **400 hekk (76,2) kvinner**

15 år  
16 år  
17 år Randi Nymoen 66,6 1985  
18 år Unni Arvesen 65,3 1985  
19 år Ingunn Holden 67,1 1983  
20 år  
21 år  
22 år

### **ALDERSREKORDER**

64 år

## ALDERSREKORDER

### 400 hekk (91,4) menn

15 år	Haakon Hellenes	68,0	1973
16 år	Haakon Hellenes	61,0	1974
17 år	Haakon Hellenes	61,0	1975
18 år	Knut Skøyen	61,5	1966
19 år	Thor Gunnar Holt	56,4	1972
20 år	Thor Gunnar Holt	56,9	1973
21 år	Reidar Larsen	58,8	1954
22 år	Jørn Aas	59,4	1981
23 år	Jørn Aas	57,95	1982
24 år	Jørn Aas	59,15	1983
25 år	Thor Gunnar Holt	55,7	1978
26 år	Per Lund	55,1	1963
27 år	Thor Gunnar Holt	56,3	1980
28 år	Thor Gunnar Holt	55,4	1981
29 år	Thor Gunnar Holt	55,2	1982
30 år			
31 år	Per Lund	57,2	1968
32 år	Per Lund	57,8	1969
33 år	Per Lund	57,7	1970
34 år			
35 år			
36 år	Tor Stein Osland	63,1	1984
37 år	Torleiv Kronen	61,8	1947
38 år	Tor Stein Osland	67,1	1986
39 år			

## ALDERSREKORDER

### 2000 hinder menn

17 år	Stig Rusti	6,45,4	1980
18 år	Stig Rusti	6,16,5	1981
19 år	Stig Rusti	6,04,96	1982
20 år	Rune Harald Raugland	5,55,1	1980
21 år	Rune Harald Raugland	6,06,2	1981
22 år	Rune Harald Raugland	5,56,4	1982

### 2000 hinder veteraner

68 år	Kaare Mortensen	8,28,83	2004
-------	-----------------	---------	------

### 3000 hinder menn

17 år	Olav Norrud	11,14,4	1980
18 år	Rune Harald Raugland	9,40,7	1978
19 år	Rune Harald Raugland	9,24,5	1979
20 år	Rune Harald Raugland	9,16,4	1980
21 år	Stig Rusti	9,24,28	1984
22 år	Rune Harald Raugland	9,10,84	1982
23 år	Rune Harald Raugland	9,11,45	1983
24 år	Arild Haugene	9,22,60	1983
25 år	Arild Haugene	9,06,11	1984
26 år	Bjarne Sletten	9,14,0	1964
27 år	Bjarne Sletten	9,13,2	1965
28 år			
29 år	Bjarne Sletten	9,35,2	1967
30 år			
31 år			
32 år			
33 år			
34 år			
35 år			
36 år			
37 år			
38 år			
39 år			
40 år	Tor Lund	10,23,2	1980
41 år			
42 år			
43 år			
44 år			
45 år			
46 år			
47 år			
48 år			
49 år			
50 år			
51 år			
52 år			
53 år			
54 år			
55 år			
56 år	Kaare Mortensen	11,30,18	1992