

ALDERSREKORDER MANGEKAMP 25

ALDERSREKORDER

5-kamp menn

Seniortabell 2002

	År	Poeng	Lengde	Spyd 800	200 m	Diskos 2	1500 m
16 år Haakon Hellenes	1974		5,54	43,06	26,1	36,98	4,54,7
		2669	490	487	498	603	591
17 år Haakon Hellenes	1975		6,20	38,48	25,0	36,60	4,39,8
		2914	630	420	586	596	682
18 år Haakon Hellenes	1976		6,55	39,84	24,6	37,98	4,39,1
		3079	709	440	620	624	686
19 år Jostein Myrvang	1965		6,55	45,02	24,8	38,95	5,32,8
		2856	709	515	603	643	386
20 år Jostein Myrvang	1966		6,74	47,62	24,3	39,65	5,04,0
		3145	753	553	645	657	537
21 år Jostein Myrvang	1967		6,72	38,14	24,8	40,08	4,56,1
		3014	748	415	603	666	582
22 år Ragnar Skautvedt	1958		6,18	41,77	24,0	39,87	4,36,2
		3132	626	468	672	662	704
23 år Ragnar Skautvedt	1959		6,10	38,33	24	41,55	4,49,2
		3017	608	418	672	696	623
24 år Ragnar Skautvedt	1960		5,86	42,24	23,5	40,25	4,38,9
		3105	556	475	717	670	687
25 år Jørn Aass	1984		5,10	44,01	25,4	25,97	4,32,8
		2418	402	500	553	386	726
26 år Jostein Myrvang	1972		6,28	47,36	24,5	38,34	5,14,8
		2935	648	550	628	631	478
27 år Jostein Myrvang	1973		6,72w	45,40	24,5w	39,32	5,14,5
		3027	748	521	628	651	479
28 år Jostein Myrvang	1974		6,36	46,76	24,4	41,56	5,06,2
		3065	666	541	637	696	525
29 år Jostein Myrvang	1975		6,62	46,38	24,6	39,54	4,56,5
		3115	725	535	620	655	580
30 år Jostein Myrvang	1976		6,34	42,54	25,2	39,86	dnf
		2371	661	479	569	662	0
31 år Jostein Myrvang	1977		6,30	42,78	24,9	39,00	5,17,8
		2835	652	483	594	644	462
32 år Jostein Myrvang	1978		6,30	41,62	24,9	40,32	4,55,7
		2968	652	466	594	671	585
33 år							
34 år							
35 år Jostein Myrvang	1981		6,43	43,02	25,5	40,66	4,56,8
		2969	682	486	545	678	578
36 år							
37 år Jostein Myrvang	1983		6,17	40,40	26,1	36,55	5,47,6
		2482	624	448	498	595	317
38 år Jostein Myrvang	1984		5,91	38,73	26,5	37,90	5,26,0

ALDERSREKORDER**5-kamp kvinner**

Seniortabell 2002

	År	Poeng	100 hekk	Kule 4	Høyde	Lengde	200 m
16 år Marry-Ann Svindal	1975		20,0	10,20	1,45	4,60	30,1
		2305	283	543	566	454	459
17 år Wenche Hellenes Granerud	1975		20,5	10,09	1,40	4,45	31,5
		2074	244	535	512	416	367
*							
22 år Torhild Seemann Pettersen	1969		15,3	7,69	1,48	5,77	27,7
		3166	772	379	599	780	636

ALDERSREKORDER**5-Kamp menn veteraner**

Veterantabell av 2010 (55-59)

	År	Poeng	Lengde	Spyd 800	200 m	Diskos 1,5	1500 m
56 år Nils Hellenes	1989		4,34	37,70	30,1	29,70	5,28,2
		2838	527	595	508	523	685
57 år Nils Hellenes	1990		4,49	36,52	29,8	27,32	5,41,0
		2788	563	572	529	471	653
58 år Nils Hellenes	1991		4,12	35,00	30,9	26,94	5,49,2
		2534	461	542	456	463	612

59 år

Veterantabell av 2010 (60-64)

	År	Poeng	Lengde	Spyd 600	200 m	Diskos 1	1500 m
60 år Nils Hellenes	1993		4,08	33,74	31,9	29,00	6,14,4
		2607	531	555	464	481	576
61 år							
62 år Nils Hellenes	1995		4,17	35,52	32,1	27,02	6,13,9
		2619	559	592	451	439	578
63 år Nils Hellenes	1996		3,52	38,92	32,3	29,46	6,15,1
		2537	373	663	439	490	572

64 år

Veterantabell av 2010 (65-69)

65 år Nils Hellenes	1998		3,84	32,15	38,3	28,39	7,54,6
		2146	550	592	205	524	275
66 år Nils Hellenes	1999		3,38	28,30	36,04	25,12	7,57,5
		1945	407	503	320	449	266

Veterantabell av 2010 (70-74)

	År	Poeng	Lengde	Spyd 500	200 m	Diskos 1	1500 m
70 år Nils Hellenes	2003		3,39	35,31	38,2	26,69	8,02,4
		2404	498	728	288	546	344
71 år Nils Hellenes	2004		3,35	27,59	39,4	22,63	8,29,9

72 år Nils Hellenes	2005	1958	485	535	235	443	260
		2,88	22,98	41,1	22,44	brutt	
		1362	333	422	168	439	0

ALDERSREKORDER

5-kamp kvinner veteraner

Veterantabell av 2010(50-54)

År	Poeng	80 hekk	Høyde	Kule 3	Lengde	800 m
50 år Elise Marie Wåle	1992	14,70	1,23	8,92	4,35	3,11,29
	3118	700	621	611	686	500
52 år Elise Marie Wåle	1994	14,20	1,20	9,68	dnf	2,56,16
	2681	768	588	674	0	651
54 år Elise Marie Wåle	1996	15,20	1,27	9,79	3,82	3,31,98
	2819	634	678	684	500	323

ALDERSREKORDER

KAST 5-Kamp menn

Seniortabell av 2002

År	Poeng	Slegge 7,26	Kule 7,26	Diskos 2	Spyd 800	Vekt 15,88
27 år Stein Joar Myrvang	2004	36,42	10,38	26,56	36,85	10,74
	2249	454	508	397	397	493

28 år

////

45 år Jostein Myrvang	1991	43,16	11,00	34,94	37,36	13,54
	2728	564	546	562	404	652
46 år Jostein Myrvang	1992	42,74	10,59	36,48	36,44	12,61
	2661	557	521	593	391	599
47 år Jostein Myrvang	1993	43,16	10,84	37,92	38,40	12,80
	2751	564	536	622	419	610
48 år Jostein Myrvang	1994	40,34	10,62	36,48	32,36	13,33
	2607	518	523	593	333	640
49 år Jostein Myrvang	1995	44,66	11,15	38,12	36,76	13,58
	2818	588	555	626	395	654
50 år Jostein Myrvang	1996	41,78	11,16	36,84	38,10	13,90
	2785	541	556	601	415	672

////

////

57 år Jostein Myrvang	2003	38,16	9,64	30,79	25,25	11,82
	2213	482	464	480	233	554
58 år Jostein Myrvang	2004	36,23	9,92	29,86	22,97	11,19
	2115	451	481	462	202	519

ALDERSREKORDER

KAST 5-Kamp veteraner

Veterantabell 2010 (50-54)

År	Poeng	Slegge 6	Kule 6	Diskos 1,5	Spyd 800	Vekt 11,34
50 år Jostein Myrvang	1996	46,98	12,58	42,10	34,76	16,59
	3625	772	774	726	481	872
51 år Jostein Myrvang	1997	44,68	11,51	41,74	32,54	15,82
	3408	726	697	718	441	826
52 år Jostein Myrvang	1998	45,15	12,14	38,66	33,27	16,07
	3426	735	742	654	454	841
53 år Jostein Myrvang	1999	44,45	11,17	38,75	29,96	15,94
	3280	722	673	656	396	833
54 år Jostein Myrvang	2000	43,76	11,01	35,85	28,46	15,99
	3171	708	661	596	369	837

År	Poeng	Slegge 6	Kule 6	Diskos 1,5	Spyd 700	Vekt 11,34
----	-------	----------	--------	------------	----------	------------

54 år Jostein Myrvang	2000	44,90	10,99	38,35	29,62	14,88
	3197	730	660	648	390	769

Veterantabell av 2010 (55-59)

55 år Jostein Myrvang	2001	45,20	11,34	39,22	28,43	16,19
	3653	833	753	737	414	916
56 år Jostein Myrvang	2002	44,81	10,95	36,12	27,41	15,25
	3464	824	723	667	394	856
57 år Jostein Myrvang	2003	42,64	11,21	38,69	28,16	15,53
	3526	777	743	725	408	873
58 år Jostein Myrvang	2004	41,25	10,80	37,83	26,48	14,87
	3369	746	711	705	376	831
59 år Jostein Myrvang	2005	40,28	10,24	35,39	22,22	14,32
	3133	725	668	650	295	795

Veterantabell av 2010 (60-64)

År	Poeng	Slegge 5	Kule 5	Diskos 1	Spyd 600	Vekt 9,08
----	-------	----------	--------	----------	----------	-----------

60 år Jostein Myrvang	2006	41,89	10,87	39,47	23,19	15,79
	3318	756	701	704	339	818
61 år Jostein Myrvang	2007	37,40	10,24	37,04	19,06	13,80
	2922	659	654	652	257	700
62 år Jostein Myrvang	2008	40,18	8,99	dnf	14,29	14,57
	2187	719	559	0	164	745
63 år Jostein Myrvang	2009	37,55	9,72	35,67	17,67	13,60
	2815	662	614	622	229	688
64 år Jostein Myrvang	2010	36,57	9,34	36,89	15,04	12,89
	2697	641	585	648	178	645

Veterantabell av 2010 (65-69)

65 år Jostein Myrvang	2011	39,20	9,53	38,54	17,37	13,27
	3212	800	665	764	259	730

66 år

67 år

68 år

69 år

Veterantabell av 2010 (70-74)

År	Poeng	Slegge 4	Kule 4	Diskos 1	Spyd 500	Vekt 7,26
----	-------	----------	--------	----------	----------	-----------

70 år

71 år Nils Hellenes	2004	16,55	7,96	21,19	30,91	7,52
	2196	271	529	407	617	372
72 år Nils Hellenes	2005	17,56	7,82	24,88	21,48	7,32
	2059	295	518	500	386	360
73 år Nils Hellenes	2006	19,23	7,24	23,95	28,10	8,40
	2259	336	471	476	547	429

Veterantabell av 2010 (85-89)

År	Poeng	Slegge 3	Kule 3	Diskos 1	Spyd 400	Vekt 5,45
----	-------	----------	--------	----------	----------	-----------

85 år Tormod Jensen

2011		17,84	7,13	18,33	16,84	7,18
	2691	523	659	579	457	473

ALDERSREKORDER

KAST 5-kamp kvinner

Seniortabell av 2002

År	Poeng	Slegge 4	Kule 4	Diskos 1	Spyd 600	Vekt 9,072
----	-------	----------	--------	----------	----------	------------

37 år Wenche Hellenes Granerud

1995		22,70	8,58	21,34	23,38	6,29
	1698	337	437	302	352	270

ALDERSREKORDER

KAST 5-Kamp veteran

Veterantabell av 2010 (60-64)

År	Poeng	Slegge 3	Kule 3	Diskos 1	Spyd400	Vekt 5,45
----	-------	----------	--------	----------	---------	-----------

60 år Elise Marie Wåle

2002		19,60	7,98	16,05	21,53	9,97
	2692	495	660	380	537	620

61 år Elise Marie Wåle

2003		18,76	7,43	0	19,64	8,08
	2033	467	605	0	482	479

62 år

63 år Elise Marie Wåle

2005		20,07	7,41	15,18	17,17	8,71
	2405	511	603	355	410	526

64 år

ALDERSREKORDER

3-kamp kvinner

Seniortabell 2002

År	Poeng	100 m	Diskos	Høyde
----	-------	-------	--------	-------

16 år Marry-Ann Svindal

1975		14,4	30,06	1,48
	1571	508	464	599

17 år Marry-Ann Svindal

1976		14,3	37,84	1,45
	1700	522	612	566

18 år Marry-Ann Svindal

1977		15,1	39,76	1,40
	1573	411	650	512

19 år Marry-Ann Svindal

1978		14,4	36,76	1,50
	1720	508	591	621

ALDERSREKORDER

4-kamp veteraner

Veterantabell av 2010(50-54)

År	Poeng	100 m	Kule 3	Lengde	800 m
50 år Elise Marie Wåle	1992 2642	14,5	8,19	4,09	2,48,2
		762	550	592	738
51 år Elise Marie Wåle	1993 2635	14,8	9,10	4,16	2,53,8
		716	626	617	676
53 år Elise Marie Wåle	1995 2601	14,9	9,55	4,12	2,57,9
		703	663	603	632

////

Veterantabell av 2010(60-64)

60 år Elise Marie Wåle	2002 2577	16,5	7,77	3,81w	3,23,0
		663	639	694	581

ALDERSREKORDER

7-kamp kvinner

Seniortabell 2002

År	Poeng	100 hekk	Høyde	Kule 4	200 m	Lengde	Spyd 600	800 m
14 år Viktoria Berger	2001	17,6	1,40	7,38	27,8	4,77	26,54	2,37,7
		3513	505	512	359	628	498	411
18 år Gunhild Espolin Johnson	1981	17,9	1,55	8,24	29,3	4,83	24,06	2,44,2
		3487	474	678	415	515	514	365
21 år Berit Austefjord	1981	21,6	1,35	7,92	31,7	4,22	22,50	2,44,2
		2596	167	460	394	355	359	335

ALDERSREKORDER

7-kamp kvinner veteraner

Veterantabell av 2010(50-54)

År	Poeng	80 hekk	Høyde	Kule 3	200 m	Lengde	Spyd 400	800 m
51 år Elise Marie Wåle	1993	14,6	1,23	9,45	30,9	4,16	16,16	2,48,7
		4341	680	621	655	724	617	312
53 år Elise Marie Wåle	1995	15,30	1,31	9,33	31,74	4,33	29,42	2,53,79
		4679	622	736	645	681	677	642

////

////

61 år Elise Marie Wåle	2003	16,39	1,12	7,64	35,56	3,53	23,16	3,27,91
		4300	682	666	626	623	581	585

ALDERSREKORDER

10-Kamp menn

Seniortabell av 2002

År	Poeng	100m	Lengde	Kule 7,26	Høyde	400m	110 h	Diskos 2	Stav	Spyd 800	1500m
17 år Haakon Hellenes	1975 5617	12,1	6,25	11,78	1,73	55,1	17,3	37,92	3,30	32,36	4,39,4
		586	641	593	569	589	569	622	431	333	684
18 år Haakon Hellenes	1976 6314	11,8	6,32	12,29	1,83	51,5	16,5	38,00	3,40	48,22	4,36,8

19 år	Haakon Hellenes	1977	6594	11,94 663	6,49 695	12,26 622	1,78 610	51,91 729	16,30 699	38,20 628	4,10 645	52,26 622	4,39,92 681
20 år	Haakon Hellenes	1978	6106	12,2W 567	5,95 576	11,55 579	1,75 585	53,0 676	16,5 652	39,66 658	3,70 535	49,38 579	4,37,1 699
21 år	Jostein Myrvang	1967	5004	11,7 663	6,64 729	12,57 641	1,70 544	59,3 432	18,4 464	40,26 670	dnf 0	42,64 480	5,33,8 381
22 år	Ragnar Skautvedt	1958	5745	11,6 683	6,03 593	13,42 693	1,64 496	53,9 638	17,9 511	41,56 696	2,57 257	39,23 431	4,36,6 702
23 år	Odd Arne Gulvik	1948	5914	11,9 624	6,48 693	11,87 599	1,71 552	53,8 642	16,5 652	37,14 607	3,00 357	40,40 448	4,30,7 740
24 år	Jostein Myrvang	1970	5962	11,9 624	6,32 657	13,00 667	1,80 627	55,4 577	18,0 501	43,02 726	3,30 431	45,54 523	4,48,3 629
25 år	Jostein Myrvang	1971	5479	11,8 643	6,32 657	13,23 681	1,76 593	58,4 464	17,6 540	41,52 696	3,00 357	46,02 530	5,47,4 318
26 år	Jostein Myrvang	1972	5208	12,2 567	6,07 602	12,9 661	1,80 627	59,7 419	18,6 447	41,20 689	3,10 381	42,98 485	5,44,7 330
27 år	Jostein Myrvang	1973	5560	12,1 586	6,30 652	12,62 644	1,70 544	56,6 531	17,9 511	41,50 695	3,00 357	47,92 558	5,14,0 482
28 år	Jostein Myrvang	1974	5375	12,1 586	6,28 648	12,5 637	1,83 653	59,6 422	18,0 501	40,52 675	2,80 309	47,00 544	5,29,9 400
29 år	Jostein Myrvang	1975	4926	12,2 567	6,48 693	11,9 600	1,73 569	58,3 468	18,00 501	40,26 670	3,30 431	38,94 427	dnf 0
30 år	Jostein Myrvang	1976	5470	11,9 624	6,37 668	11,73 590	1,70 544	56,9 519	17,6 540	40,76 680	3,20 406	42,84 483	5,26,6 416
31 år	Bjarne Lekven	1983	5558	12,0 605	6,05 597	12,03 608	1,79 619	54,8 601	17,1w 589	32,8 520	2,90 333	51,58 612	5,15,5 474
32 år	Jostein Myrvang	1978	5765	11,8W 643	6,54 707	12,42 632	1,75 585	56,3 542	17,6 540	38,08 626	3,50 482	41,54 464	5,02,8 544
33 år													
34 år	Jostein Myrvang	1980	5089	12,6 495	6,17 624	11,61 583	1,81 636	58,4 464	18,4 464	38,52 635	3,30 431	31,83 325	5,23,4 432
35 år	Jostein Myrvang	1981	4826	12,3 549	6,12 613	11,64 585	1,75 585	59,8 415	17,8 520	39,08 646	3,30 431	42,72 482	dnf 0
36 år													
37 år	Tor Stein Osland	1985	4780	12,1 586	5,97 580	9,26 441	1,60 464	53,9 638	20,4 300	24,98 367	2,90 333	34,78 367	4,36,2 704
38 år	Tor Stein Osland	1986	4342	12,3 549	5,34 449	8,76 411	1,55 426	55,9 558	20,3 308	24,50 357	2,80 309	36,65 394	4,56,4 581

ALDERSREKORDER 10 KAMP

VETERANER

Veterantabell av 2010 (55-59)

År	Poeng	100m	Lengde	Kule 6	Høyde	400m	100m h	Disk 1,5	Stav	Spyd800	1500m	
56 år	Nils Hellenes	1989	14,8	4,26	8,62	1,24	69,9	23,1	29,20	2,20	37,34	5,38,1

4606 382 498 543 404 440 237 512 333 588 669

Veterantabell av 2010 (70-74)

År	Poeng	100m	Lengde	Kule 4	Høyde	400m	80m h	Disk 1	Stav	Spyd600	1500m
2003		17,2	3,30	9,03	1,06	87,25	21,2	24,58	dnf	32,56	8,04,69
	3814	318	467	616	441	256	229	492	0	658	337

70 år Nils Hellenes