

2019:

Årsbestenoteringer, UTENDØRS:

J 9 år: Hanna Rimstad

60m	10,06	Bækkelagt	07.09.	
200m	35,26	Arvika,	28.07.	
600m	2,16.9	Bækkel.	07.09.	kl.rek
Lengde s.s.	3.42	Arvika	27.07.	
Tresteg s.s	7,36m	Årnes	28.08.	kl.rek
Høyde	1,19	Arvika	28.07.	kl.rek
Kule 2 kg	5,89	Årnes	11.09.	kl.rek
Liten b 150gr	17,43	Jessheim	10.08.	
4 -kamp	2953 poeng	Bækkelgt	07.09.	kl.rek

(60m: 10,06,-lengde : 3,54-kule 2 kg :4,59-600m,: 2,16,9)

J 10 år: Elise Mizban-Riiser

60m	10,29	Jessheim.	10.08.	
Lengde s.s.	3,02	Årnes	28.08.	
Kule 2 kg	5,40	Jessheim	10.08.	
Lit. Ball 150gr	18,33m	Jessheim	„	Kl.rek

G 11 år: Jarle Rode-Hæhre Symens

60m	10,4	Årnes,	28.08.	
Lengde s.s	3,00	Årnes	„	
Kule 2 kg	6,47	Årnes	„	

Adalstein (Ally) Mani

60m	9,9	Årnes	„	
Lengde s.s	3,26m	Årnes	«	
Kule 2 kg	5,27m	Årnes	«	

Joakim Hellowell

60m	10,8	Årnes	«	
Lengde s.s	2.53	Årnes	«	
Spyd 400gr	14,15	Årnes	«	

Kim Robin Eriksen

Kule 2 kg	5,07	Årnes	11.09.	
-----------	------	-------	--------	--

J 12 år:	Frida Rimstad				
	60m	8,97sek	Bækkelgt	07.09.	
	100m	14,1	Årnes	28,08.	
	200m	29.60	Stovner	15.09.	Kl.rek
	600m	2.06.7	Bækkelgt	07.09.	
	60m hekk	12,13	Nadderud	16.06.	
	Høyde	1,40m	Stovner	14.09	kl.rek
	Lengde s.s.	4,54m	Kongsving.	18.09	kl.rek
	Tresteg s.s	9,94m	Stovner	13.09.	kl.rek
	Kule 2 kg	9,83	Årnes,	28.08.	kl.rek
	Slegge 2 kg	21,91m	Arvika	27.07	Kl.rek
	Lite. ball 150gr	29,70	Lillestrøm	25.05.	
	4 kamp	3272 poeng	Sports plass	07.09.	Kl.rek
(60m: 8,97(+2,1)-lengde: 4,48-kule 2kg : 9,41-600m: 2,06,7)					

Julie Aak-Johnsen

60m	9,9sek	Årnes,	28.08.
Lengde s,s.	3,18m	Årnes	«
Kule 2 kg	6,74m	Årnes	«

Iben Gagnæs Rode-Hæhre

60m	10,9	Årnes	05.06
lengde s.s.	2.68	Årnes	22.05.
Kule 2 kg	5,50	Årnes	«
Liten ball	20,59	Årnes	05.06

Tiril Helene Thorkildsen Rokvam

60m	11,3	Årnes	22,05
Lengde s.s.	2,86m	Årnes	28.08
kule 2 kg	6,13	Årnes	«

Helene Holtung Drognes

60m	10,0	Årnes	«
Lengde s.s	2,82	Årnes	«
Kule 2 kg	5,20m	Årnes	22.05

G 12 år: Nicholas Reklev

60m	9,93	Lilleham	20.06.
100m	15,3	Årnes	05.06
200m	30,56	Lilleham	20.06.

800m	2,56,7	Jessheim	26.09.	
60m hekk	12,62	Lilleham	21.06.	
lengde s,s,	4,07	Marienlyst	12.05.	
høyde	1,30m	Lilleham	21.06.	
Kule 3 kg	7,82	Lilleham	21.06	
Spyd 400gr	29,50m	Lilleham	20.06.	
Lit. Ball	43,83	Årnes	05.06	
slegge 2 kg	28,14	Stovner	13.09.	kl. rek

David Jensen Larsen

60m	11,2	Årnes	22.05.	
Lengde s.s.	2,52m	Årnes	«	
Kule 3 kg	4,65	Årnes	«	
Spyd 400gr	14,55	Årnes	11.09.	

Lukas Nilsen

60m	9,5	Årnes	22.05.	
100m	15,3	Årnes	05.06.	
Lengde s.s.	3,37	Årnes	22.05.	
Kule 3 kg	6,58	Årnes	05.06	
spyd 400gr	25,93	Årnes	11.09.	
Lit.ball	32,50	Årnes	05.06	

Chris Aulibråten

Kule 3 kg	8,51m	Årnes	28.08.	Kl.rek
Spyd 400gr	23,67	Årnes	«	

Leif Inge Gulstad

Lengde s.s	2,99m	Årnes	22.05	
Kule 3 kg	4,65m	Årnes	«	
Spyd 400gr	11,30	Årnes	«	

Daniel Jensen Larsen

Kule 3 kg	5,52m	Årnes	11.09	
-----------	-------	-------	-------	--

G 14 år: Michael Reklev

60m	8,43	Lilleh	22.06.	
100m	12,66	Lilleham	23.06.	kl.rek
200m	26,15	Lilleham	20,06	kl.rek
800m	2,53,3	Jessheim	26.09	
80m hekk	12,40	Hamar	31.08	kl.rek

300m hekk	50,78	Lillestr	26.05	kl.rek
Høyde	1,73	Hamar	01.09	kl.rek
lengde	4,73	Årnes	22.05	
tresteg	10,04	Årnes	05.06	kl.rek
Kule 4 kg	8,18	Årnes	28.08	
spyd 600gr	28.98	Årnes	«	
Lit, ball	50,52	Årnes	05.06	
Slegge 4 kg	16,90	Stovner	13.09.	Kl.rek

Joachim Lauritsen

60m	8,7	Årnes	22.05	
100m	13,84	Lillestr.	25.05	
200m	27,71	Stovner	15.09.	
Høyde	1,50	Stovner	15.09	
Lengde	4,02	Årnes	28.08.	
tresteg	6,97	Årnes	«	
spyd 600gr	17,19	Årnes	11.09	

Martin Spigseth

10 km l.vgs	36,55	Jessheim	04,10.	
-------------	-------	----------	--------	--

G 18/19 år: Petter Sandbakken -00

100m	12,5	Årnes	05.06.	
110m H(1m)	16.72	Nadderud	16.06	Kl.rek

K 20/23 år: Marte Mæhlum Johansen -97

3000m	9,48,07	Bislett	17.07.	Kl.rek
5000m	17.22.41	Hamar	02.08.	Kl.rek

K 40-44 år: Berit Rimstad -78

60m	11,0	Årnes	28.08.	Kl.rek
800m	3,04,8	Jessheim	26.09.	Kl.rek
Lengde	2,92	Årnes	28.08.	Kl.rek
Kule 4 kg	6,45	Årnes	05.06.	Kl.re k

M 40-44 år: Mads Rimstad -75

200m	30,7	Årnes	25.09.	
Høyde	1,52	Årnes	05,06.	Kl.rek
Lengde	4,29	Årnes	28.08.	
Tresteg	8,79	Årnes	25.09.	

Kule 7 kg	9,11	Årnes	28.08.
Spyd 800gr	29,85	Årnes	"

K 45-49 år: Monica Sannerud Hoelsengen

10km landvg.	51,52	Haga	02.02.
--------------	-------	------	--------

M 45-49: Per Ivar Hoelsengen

5 km landvl.	23,31	Lørensk	09.03.
--------------	-------	---------	--------

10km l.vgsl.	49,15	Haga	02.02.
--------------	-------	------	--------

½ maraton	1,42,28,0	Lørensk	26.10
-----------	-----------	---------	-------

K 50-54 år: Britt Karin Sandbakken -68

60m	10,3	Årnes	25.09.	Kl.rek
-----	------	-------	--------	--------

800m	3.35.7	Årnes	"	Kl.rek
------	--------	-------	---	--------

Kule 3 kg	5,80	Årnes	11.09.	Kl.rek
-----------	------	-------	--------	--------

M 65-69 år: Hans Østvold -53

60m	11,3	Årnes	28.08.
-----	------	-------	--------

100m	18,5	Årnes	25.09.
------	------	-------	--------

Lengde	2,92	Årnes	"
--------	------	-------	---

Høyde	1,20	Årnes	"
-------	------	-------	---

Kule 5kg	8,10	Årnes	05.06.
----------	------	-------	--------

M 70-74 år: Widar Rognerud -47

800m	3.38.5	Jessheim	26.09.
------	--------	----------	--------

1500m	7,29,66	Jessheim	06.06.
-------	---------	----------	--------

5 km l.vgsl.	27,41	Lørenskog	09.03
--------------	-------	-----------	-------

10km l.vgsl.	1,00,27	Haga	02.02
--------------	---------	------	-------

Harald Ødegård -46

200m	38,3	Årnes	25.09
------	------	-------	-------

800m	3.20.3	Jessheim	26.09.
------	--------	----------	--------

Spyd 500gr	13,38m	Årnes	11.09
------------	--------	-------	-------

Jon Romundgard -48

200m	37,7	Årnes	25.09.
------	------	-------	--------

800m	3,33,4	Årnes	"
------	--------	-------	---

M 75-79 år: Sverre Rimstad -44

Kule 4 kg	6,76	Årnes	28.08
-----------	------	-------	-------

Arne Egil Arnesen -44

Kule 4 kg	6,35	Årnes	«
-----------	------	-------	---

Rolf Barbakken -42

60m	12,4	Årnes	25.09.
100m	20,9	Årnes	«
Lengde	2,10	Årnes	«
Tresteg	5,03	Årnes	«
Kule 4 kg	5,57	Årnes	28.08.
spyd 500gr	12,24	Årnes	11.09.

NB: landevegsløpnoteringer , kun i kontrollmålte løyper

ÅRSBESTENOTERINGER INNENDØRS:

J 9 år:

Hanna Rimstad

60m	9,98	Friidr. Hus, Gøteb	14.12.	kl.rek
200m	33,72	Karlstad	10.11	kl.rek
Lengde s.s.	3,75	Friidr. Hus, Gøteb	14.12.	kl.rek
Lengde u/t	2,01	Nes Arena	17.12.	kl.rek
Høyde	1,24	Friidr. Hus, Gøteb	15.12.	kl.rek
Høyde u/t	0,86	Nes Arena	09.04.	kl.rek
Tresteg u/t	5,24	«	17.12.	kl.rek
Tresteg	7,16	«	30.04.	kl.rek
Kule 2 kg	6,25	Friidr. Hus. Gøteb	15.12.	kl.rek

J 10 år:

Elise Mizban-Riiser

Høyde u/t	0,77	Nes Arena	09.04.
Lengde u/t	1,66	«	09.04.
Tresteg u/t	4,91	«	09.04.

G 11 år:

Jarle Rode-Hæhre Symens

Lengde u/t	1,7	Nes Arena	09.04
Lengde	2,94	«	30.04
Høyde	0,90	«	«

Kim Robin Eriksen

60m	10,96	Nes Arena	07,12.
60m hekk	14,80	«	07.12

J 12 år:

Julie Aak-Johnsen

60m	9,84	Nes Arena	26.01
60m hekk	11,93	Nes Arena	26.01.

Høyde	1,05	Nes Arena	«
Høyde u/t	0,90	Nes Arena	09.04
Lenge u/t	1,91	Nes Arena	09.04
Tresteg u/t	5,43	Nes Arena	«

Iben Gagnæs Rode-Hæhre

60m	10,95	Nes Arena	26.01
Høyde	1,05	«	«
Lengde	2,76	«	30.04

Tiril Thorkildsen Rokvam

60m	10,97	Nes Arena	26.01.
Høyde	1,00	«	«
Lengde	2,85	«	30.04
Lengde u/t	1,63	«	09.04

Helene Holtung Drognes

60m	9,98	Nes Arena	26.01
60m hekk	13,87	Nes Arena	«
Lengde u/t	1,74	«	09.04.
Lengde	3,13	«	26.01.

Frida Rimstad

60m	8,87	Friidr hus	15.12.	Kl.rek
200m	29,21	Nes Arena	07.12.	kl.rek
600m	2,13,58	Karlstad	10.11.	kl.rek
60m h(68)	10,77	«	10,11	kl.rek
60m H(76)	11,14	Nes Arena	07.12.	Kl.rek
Høyde	1,45	Nes Arena	07.12.	kl.rek
Høyde u/t	1,10	Nes Arena	09.04	
Lengde s.s.	4,86	Nes Arena	07.12..	Kl.rek
Lengde u/t	2,15	Nes Arena	17.12	
Tresteg u/t	6,15	Nes Arena	17.12.	Kl.rek
Tresteg s.s.	9,99	Friidr. Hus	15.12	Kl.rek
Kule 2 kg	11,09	Nes Arena	07.12.	Kl.rek

G 12 år: Nicholas Reklev

200m	30.76	Nes Arena	07,12.	
600m	2.04.66	Stangehall	23.03.	Kl.rek
Høyde	1,40	Nes Arena	07,12 .	Kl.rek

	Høyde u/t	1,13	«	17.12	
	Lengde s.s.	3,70	Stangeh.	23.03.	
	Lengde u/t	1,97	Nes Arena	17.12.	
	Tresteg u/t	5,77	«	17.12.	
	Kule 3 kg	8,19	Nes Arena	07.12	Kl.rek
Lukas Nilsen					
	Høyde u/t	0,92	Nes Arena	17.12.	
	Lengde u/t	1,87	«	17.12.	
David Jensen Larsen					
	Lengde u/t	1,52	Nes Arena	09.04	
	Lengde s.s.	2,04	«	30.04.	
	Høyde	0,85	«	30.04.	
J 14 år:	Pernille Burås Bekkhus				
	Høyde	1,05	Nes Arena	26.01	kl.rek
Erica Seeman					
	60m	9,59	Nes Arena	«	
	Lengde	3,50	Nes Arena	«	
G 14 år:	Joachim Lauritsen				
	60m	8,37	Nes Arena	07.12.	
	200m	30.09	«	26.01.	
	Høyde u/t	1,22	«	17.12.	
	Høyde	1,63	«	07.12.	
	Lengde u/t	2,36	«	17.12.	
	Lengde	3,35	«	30.04.	
	Tresteg u/t	6,23	«	09.04.	
Michael Reklev					
	60m	8,54	Nes Arena	26.01.	
	200m	26,92	Nes Arena	07.12.	Kl.rek.
	60m hekk	9,81	Stangehall	22.03.	
	Høyde u/t	1,28	Nes Arena	17.12.	
	Høyde	1,66	Nes Arena	07.12.	kl.rek
	Lengde	4,52	Nes Arena	30.04.	
	Lengde u/t	2,59	«	17.12	
	Tresteg	9,32	Nes Arena	30.04	kl.rek
	Tresteg u/t	7,37	«	17.12.	Kl.rek

G 18/19 år: Petter Sandbakken

60m	7,73	Nes Arena	26.01
Lengde u/t	2,86	Nes Arena	09.04.
Lengde	5,49	Nes Arena	26.01,

K 40-44 år: Berit Rimstad -78

Høyde u/t	0,83	Nes Arena	09.04.	kl.rek
Lengde u/t	1,86	«	«	kl.rek

M 40-44 år : Mads Rimstad -75

Høyde u/t	1,15	Nes Arena	09.04.	
Lengde u/t	2,45	«	«	
Tresteg u/t	6,85	Nes Arena	09.04.	Kl.rek

K 50-54 år: Britt Karin Sandbakken -68

Lengde u/t	1,75	Nes Arena	09.04	kl.rek
------------	------	-----------	-------	--------

M 60-64 år: Rune Reklev -57

Høyde u/t	1,00	Nes Arena	17.12.
Lengde u/t	2,06	Nes Arena	17.12.

M 75-79 år: Rolf Barbakken -42

Lengde u/t	1,55	Nes Arena	09.04.
Tresteg u/t	4,61	«	«
Tresteg	5,27	«	10.03.