

NM Mangekamp 2010 - Greveskogen idrettspark			Lengde		Spyd		200 m		Diskos		1500 m		Total		
			Resultat	Poeng	Resultat	Poeng	Resultat	Poeng	Resultat	Poeng	Resultat	Poeng			
Klasse M35 - 39															
1	Richard Smitt-Ingebretsen	-71 Bøler IF	4,88	-0,7	388	30,33	313	27,15	4,4	469	28,58	444	DNF	0	1614
Klasse M40 - 44															
1	Jarle Rønvik	-66 Lyn Friidrett	5,13	0,8	500	31,99	356	26,62	4,4	573	26,31	444	4 : 54,70	677	2550
2	Serge Van Nes	-69 Tønsberg friidrettsklubb	4,19	-0,4	301	36,14	428	31,18	4,4	266	29,10	505	7 : 46,12	28	1528
Klasse M45 - 49															
1	Oddvar Viulsrød	-64 Tønsberg friidrettsklubb	6,43	2,2	915	43,45	589	25,93	4,4	698	27,22	520	5 : 29,66	555	3277
			(6,27	0,3)											
2	Thomas Rønvik	-63 Tønsberg friidrettsklubb	5,49	1,6	661	38,34	500	27,36	4,4	583	28,60	553	6 : 3,90	389	2686
3	Are Torsvik	-62 Sandnes IL	4,32	0,0	380	28,72	342	27,31	4,4	587	24,01	443	5 : 29,86	554	2306
Klasse M50 - 54															
1	Ståle Jan Frøynes	-56 Tønsberg friidrettsklubb	4,00	2,3	365	38,71	544	30,84	3,3	407	26,06	398	5 : 20,24	683	2397
Klasse M65 - 69															
1	Kjell Jønnum	-45 Steinkjer friidrettsklubb	4,03	0,3	610	31,07	544	DNF	3,3	0	30,50	574	6 : 55,42	488	2216
Klasse M70 - 74															
1	Knut Henrik Skramstad	-37 Kongsberg IF	4,20	0,0	795	37,41	753	32,12	3,3	645	31,52	670	7 : 5,93	551	3414
2	Kjartan Sølvsberg	-36 STIF	4,19	0,6	790	31,94	618	32,47	3,3	621	34,12	738	DNF	0	2767
Klasse M75 - 79															
1	Arne Ueland	-34 Tønsberg friidrettsklubb	3,60	1,4	693	18,96	356	30,89	3,3	854	23,55	539	7 : 38,71	555	2997
Klasse M80 - 84															
1	Harald Aanerud	-27 Lørenskog friidrett	2,46	0,0	360	17,67	370	45,54	3,3	224	14,45	343	9 : 2,65	444	1741