

**Norge / Norway: 2006 - Utendørs / Outdoor****Kvinner / Women 45-49 år / years**

pr. 31.12.2006 (oppdatert / updated 07.01.2010)

**60m (K45-49)**

10.21	+0,2	(1)	Mette Bøthun, Laksevåg T&IL	(57)	Fana	18.07.2006
10.63		(1)	Siri Moland Solberg, Vegårshei IL	(61)	Vegårshei	10.09.2006

## Manuelle tider / Handtiming:

10.2		(1)	Helga Marit Færø, Eikanger IL	(60)	Ostereidet	13.06.2006
------	--	-----	-------------------------------	------	------------	------------

## Medvind / Wind-assisted:

10.2		(1)	Marit Åsheim, Skånevik IL	(61)	Skånevik	23.08.2006
------	--	-----	---------------------------	------	----------	------------

**100m (K45-49)**

15.26	+0,6	(1)	Kate Moane Alnes, Stovnerkameratene	(61)	Oslo/St	09.08.2006
15.54	+0,3	(1)	Bente Rosvold Midtun, Osterøy IL	(58)	Hatland	13.09.2006
16.14	+1,9	(1)	Mette Bøthun, Laksevåg T&IL	(57)	Hatland	28.05.2006

## Manuelle tider / Handtiming:

17.2	+0,1	(1)	Liv Goderstad Moland, IK Grane	(61)	Fevik	17.08.2006
------	------	-----	--------------------------------	------	-------	------------

## Manglende informasjon om vind / Wind-data missing:

14.7		(m)	Kate Moane Alnes, Stovnerkameratene	(61)	Oslo/Bi	10.06.2006
------	--	-----	-------------------------------------	------	---------	------------

**200m (K45-49)**

33.49	+0,0	(1)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Bagsværd, DEN	18.06.2006
-------	------	-----	------------------------------	------	---------------	------------

**400m (K45-49)**

67.82		(1)	Bente Rosvold Midtun, Osterøy IL	(58)	Hatland	13.09.2006
-------	--	-----	----------------------------------	------	---------	------------

## Manuelle tider / Handtiming:

99.9		(1)	Liv Goderstad Moland, IK Grane	(61)	Fevik	17.08.2006
------	--	-----	--------------------------------	------	-------	------------

**800m (K45-49)**

2:32.12		(1)	Bente Rosvold Midtun, Osterøy IL	(58)	Hatland	27.05.2006
2:49.8		(1)	Unn Helen Grønvold, Ullensaker/Kisa IL	(61)	Jessheim	23.09.2006
3:07.7		(1)	Hildegun Andresen, Blaker IL	(60)	Lørenfallet	06.06.2006
3:09.7		(m)	Kate Moane Alnes, Stovnerkameratene	(61)	Oslo/Bi	10.06.2006

**1500m (K45-49)**

5:09.23		(1)	Bente Rosvold Midtun, Osterøy IL	(58)	Hatland	28.05.2006
5:25.6		(1)	Oddveig Dybdahl Fagervold, Selbu IL	(61)	Stjørdal	09.08.2006
6:23.9		(1)	Anne-Brit Strandset, Romerike Runners Team	(59)	Jessheim	15.06.2006

**3000m (K45-49)**

11:49.4		(1)	Oddveig Dybdahl Fagervold, Selbu IL	(61)	Stjørdal	14.06.2006
13:51.5		(1)	Hildegun Andresen, Blaker IL	(60)	Lørenfallet	05.09.2006

**5000m (K45-49)**

19:48.85		(1)	Bente Rosvold Midtun, Osterøy IL	(58)	Fana	04.10.2006
21:09.2		(1)	Anne Goderstad Norlund, Froland IL	(61)	Fevik	13.05.2006

## Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:

18:38.74		(7)	Sharon Lynn Broadwell, SK Vidar (USA)	(61)	Oslo/Bi	13.07.2006
----------	--	-----	---------------------------------------	------	---------	------------

**10000m (K45-49)**

43:46.1		(1)	Anne Goderstad Norlund, Froland IL	(61)	Fevik	19.08.2006
---------	--	-----	------------------------------------	------	-------	------------

## Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:

37:58.97		(6)	Sharon Lynn Broadwell, SK Vidar (USA)	(61)	Oslo/Bi	28.07.2006
----------	--	-----	---------------------------------------	------	---------	------------

**3000m hinder / steeplechase 76.2 cm (K45-49)**

12:10.3		(1)	Bente Rosvold Midtun, Osterøy IL	(58)	Hatland	28.10.2006
---------	--	-----	----------------------------------	------	---------	------------

**Høyde / High Jump (K45-49)**

1.20		(1)	Kate Moane Alnes, Stovnerkameratene	(61)	Oslo/Bi	22.09.2006
1.15		(1)	Liv Goderstad Moland, IK Grane	(61)	Fevik	17.08.2006
1.05		(2)	Grethe Mosbergli, IK Grane	(59)	Fevik	17.08.2006

**Lengde / Long Jump (K45-49)**

4.21	+0,3	(1)	Kate Moane Alnes, Stovnerkameratene	(61)	Oslo/Bi	23.09.2006
3.50			Mette Karin Ninive, FIK Orion	(59)	Åkrestrømmen	10.06.2006
3.35		(1)	Helga Marit Færø, Eikanger IL	(60)	Ostereidet	13.06.2006
3.30		(1)	Siri Moland Solberg, Vegårshei IL	(61)	Vegårshei	10.09.2006
3.28		(1)	Liv Goderstad Moland, IK Grane	(61)	Fevik	17.08.2006
3.16		(1)	Grethe Mosbergli, IK Grane	(59)	Tvedestrand	26.08.2006

**Tresteg / Triple Jump (K45-49)**

8.94	+0,3	(1)	Kate Moane Alnes, Stovnerkameratene	(61)	Oslo/St	09.08.2006
------	------	-----	-------------------------------------	------	---------	------------

**Kule / Shot Put 4.0 kg (K45-49)**

10.44		(5)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Tårnby, DEN	12.05.2006
8.84		(1)	Heidi Benserud, FIK BFG Fana	(58)	Fana	27.09.2006
8.82		(1)	Janice Terjesen Flaathe, Lillesand IL	(59)	Fevik	17.08.2006
8.76		(2)	Margit Aaby Flatin, Sigdal FIK	(60)	Geithus	24.09.2006
7.48		(1)	Kate Moane Alnes, Stovnerkameratene	(61)	Oslo/St	09.08.2006
7.04		(3)	Grethe Mosbergli, IK Grane	(59)	Øyestad	11.06.2006
6.95		(2)	Reidun Fagervik, IL Tjalg	(61)	Vik i Helgeland	02.09.2006
6.77		(1)	Solgun Ellingsen, Ask Friidrett	(60)	Ravnanger	23.08.2006
6.60		(1)	Bjørng Tingstad, Jøa IL	(59)	Jøa	06.05.2006
6.53		(2)	Margreet Sloom, Jøa IL	(60)	Jøa	06.05.2006
			(10)			
6.53		(2)	Liv Goderstad Moland, IK Grane	(61)	Fevik	17.08.2006

**Diskos / Discus Throw 1.0 kg (K45-49)**

42.80		(1)	Jorunn Tangen Hole, IL ROS	(61)	Spikkestad	08.08.2006
39.01		(2)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Tårnby, DEN	12.05.2006
31.99		(1)	Janice Terjesen Flaathe, Lillesand IL	(59)	Vågsbygd	19.07.2006
31.95		(1)	Live Båsen Eriksen, Modum FIK	(58)	Geithus	02.07.2006
22.19		(2)	Margit Aaby Flatin, Sigdal FIK	(60)	Geithus	24.09.2006
21.27		(3)	Kate Moane Alnes, Stovnerkameratene	(61)	Geithus	02.07.2006
16.98		(1)	Grethe Mosbergli, IK Grane	(59)	Arendal	08.06.2006
14.26		(1)	Tone Simensen, IL Sandvin	(61)	Sande	08.10.2006

**Slegge / Hammer Throw 4.0 kg (K45-49)**

32.30		(m)	Janice Terjesen Flaathe, Lillesand IL	(59)	Tønsberg	29.04.2006
31.44		(1)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Bagsværd, DEN	18.06.2006
30.60		(1)	Live Båsen Eriksen, Modum FIK	(58)	Geithus	30.06.2006
22.86		(1)	Kate Moane Alnes, Stovnerkameratene	(61)	Lørenskog	06.09.2006

**Spyd / Javelin Throw 600 g (K45-49)**

28.66		(m)	Janice Terjesen Flaathe, Lillesand IL	(59)	Huddinge, SWE	09.09.2006
28.02		(1)	Margit Aaby Flatin, Sigdal FIK	(60)	Geithus	24.09.2006
22.92		(m)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Hillerød, DEN	12.08.2006
19.92		(2)	Kate Moane Alnes, Stovnerkameratene	(61)	Geithus	30.06.2006
18.89		(1)	Tone Harby, FIK Orion	(59)	Romedal	08.05.2006

**Vekt / Weight Throw 9.08 kg (K45-49)**

10.78		(1)	Janice Terjesen Flaathe, Lillesand IL	(59)	Vågsbygd	19.07.2006
10.71		(m)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Hillerød, DEN	12.08.2006
9.33		(m)	Kate Moane Alnes, Stovnerkameratene	(61)	Oslo/La	06.05.2006

**4-kamp / Tetrathlon (K45-49)**

Manglende informasjon om vind / Wind-data missing:

2081		(1)	Kate Moane Alnes, Stovnerkameratene (14.7-7.12-4.09-3:09.7) / /	(61)	Oslo/Bi	10.06.2006
------	--	-----	--	------	---------	------------

**Kast-5-kamp / Weight Pentathlon (K45-49)**

3615		(1)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL (30.16-9.91-35.08-22.92-10.71)	(57)	Hillerød, DEN	12.08.2006
3476		(1)	Janice Terjesen Flaathe, Lillesand IL (32.30-8.21-29.10-27.43-10.59)	(59)	Tønsberg	29.04.2006
2415		(1)	Kate Moane Alnes, Stovnerkameratene (21.11-7.12-19.32-19.42-8.49)	(61)	Heggedal/Gj	27.05.2006