

Norge / Norway: 2009 - Innendørs / Indoor**Kvinner / Women 50-54 år / years**

pr. 30.06.2009 (oppdatert / updated 02.03.2011)

g - Grop / Pit (for hopp u.t. / Standing Jump Events)
u - Utendørs / Outdoor (for hopp u.t. / Standing Jump Events)**60m (K50-54)**

Manuelle tider / Handtiming:

9.7 (1) Rigmor Jønnum Grimnes, Kongsberg IF (55) Drammen 08.03.2009

200m (K50-54)

29.23 (3) Anny Undheim, IL Framsteg (56) Ancona, ITA 28.03.2009

400m (K50-54)

65.10 (2) Anny Undheim, IL Framsteg (56) Ancona, ITA 26.03.2009

Lengde / Long Jump (K50-54)

4.63 (4) Anny Undheim, IL Framsteg (56) Ancona, ITA 29.03.2009

Lav grop / Low pit:

3.91 (1) Rigmor Jønnum Grimnes, Kongsberg IF (55) Drammen 07.03.2009

Lengde u.t. / Standing Long Jump (K50-54)

1.85 (1) Mette Bøthun, Laksevåg T&IL (57) Laksevåg 27.02.2009

1.77 (1)gu Astrid Synnøve Stamnes, Namsen FIF (57) Namsos 08.09.2008

Tresteg / Triple Jump (K50-54)

9.83 (2) Anny Undheim, IL Framsteg (56) Ancona, ITA 25.03.2009

Tresteg u.t. / Standing Triple Jump (K50-54)

5.81 (1) Mette Bøthun, Laksevåg T&IL (57) Laksevåg 27.03.2009

Kule / Shot Put 3.0 kg (K50-54)

9.31 (1) Janice Terjesen Flaathe, Lillesand IL (59) Drammen 08.03.2009

Kule / Shot Put 4.0 kg (K50-54)

7.97 (2) Janice Terjesen Flaathe, Lillesand IL (59) Kristiansand 25.01.2009