

**Norge / Norway: 2004 - Utendørs / Outdoor****Kvinner / Women 60-64 år / years**

pr. 31.12.2004 (oppdatert / updated 07.01.2010)

<b>60m (K60-64)</b>					
10.22	+0,4	(1)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Haukås 03.06.2004
<b>100m (K60-64)</b>					
16.48	-0,8	(1)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Kristiansand 27.06.2004
17.96	-0,8	(2)	Sofie A. Jakobsen, Oslo IL	(43)	Kristiansand 27.06.2004
Medvind / Wind-assisted:					
16.58	+2,5	(1)	Marie Lovise W. Svevad, Veldre IL	(43)	Åkrestrømmen 05.06.2004
Manuelle tider / Handtiming:					
17.7			Sofie A. Jakobsen, Oslo IL	(43)	Oslo/So 23.05.2004
<b>200m (K60-64)</b>					
33.46	+1,1	(1)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Kristiansand 26.06.2004
36.55	+1,1	(2)	Sofie A. Jakobsen, Oslo IL	(43)	Kristiansand 26.06.2004
<b>400m (K60-64)</b>					
77.63		(1)	Marie Lovise W. Svevad, Veldre IL	(43)	Åkrestrømmen 05.06.2004
90.63		(1)	Sofie A. Jakobsen, Oslo IL	(43)	Oslo/Tr 23.08.2004
90.66		(1)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Drammen 28.08.2004
<b>800m (K60-64)</b>					
2:56.98		(1)	Marian Stenbakk, Moss IL	(44)	Kristiansand 26.06.2004
3:06.33		(7)	Eva Carlsen, Ready	(40)	Århus, DEN 31.07.2004
3:06.89		(2)	Sofie A. Jakobsen, Oslo IL	(43)	Kristiansand 26.06.2004
3:40.8		(1)	Wenche Haga, Blaker IL	(43)	Jessheim 20.09.2004
<b>1500m (K60-64)</b>					
5:55.32		(7)V55	Marian Stenbakk, Moss IL	(44)	Århus, DEN 26.07.2004
6:06.47		(5)	Eva Carlsen, Ready	(40)	Århus, DEN 26.07.2004
6:25.34		(2)	Sofie A. Jakobsen, Oslo IL	(43)	Kristiansand 27.06.2004
6:53.6		(1)	Randi Alida Markhus, Mosvik IL	(44)	Stjørdal 18.08.2004
7:43.4		(2)	Wenche Haga, Blaker IL	(43)	Jessheim 10.06.2004
7:58.2		(3)	Ingegerd Tronbøl, IL Mogutten	(40)	Jessheim 10.06.2004
8:17.5		(4)	Magnhild Dølerud, Skogdjerv IL	(41)	Jessheim 10.06.2004
Utenfor NFIF / Club outside NAA:					
7:24.4		(2)	Lovise Karen Størseth, Værnes Flystasjon	(43)	Stjørdal 18.08.2004
<b>3000m (K60-64)</b>					
12:37.02		(1)	Marian Stenbakk, Moss IL	(44)	Kristiansand 25.06.2004
14:24.0		(1)	Randi Alida Markhus, Mosvik IL	(44)	Stjørdal 16.06.2004
16:25.5		(1)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Hatland 18.10.2004
Mangelfull tidtagning / Not exact timing:					
13:42			Jenny Johansen, Innstrandens IL	(44)	Bodø 05.05.2004
Utenfor NFIF / Club outside NAA:					
16:07.2		(2)	Lovise Karen Størseth, Værnes Flystasjon	(43)	Stjørdal 16.06.2004
16:25.5		(1)	Wenche Haga, Norsk Fraktsenter	(43)	Lørenfallet 07.09.2004
<b>5000m (K60-64)</b>					
21:36.96		(1)	Marian Stenbakk, Moss IL	(44)	Kristiansand 27.06.2004
22:35.76		(6)	Eva Carlsen, Ready	(40)	Århus, DEN 28.07.2004
<b>80m hekk / hurdles 68.6 cm (K60-64)</b>					
17.36	+1,6	(5)	Elise Marie Wåle, Larvik T&IF	(42)	Århus, DEN 30.07.2004
<b>300m hekk / hurdles 68.6 cm (K60-64)</b>					
68.37		(4)	Elise Marie Wåle, Larvik T&IF	(42)	Århus, DEN 28.07.2004
<b>Høyde / High Jump (K60-64)</b>					
1.13		(1)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Førde 05.09.2004
1.10		(5)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Knarvik 14.10.2004

**Lengde / Long Jump (K60-64)**

3.48	+0,2	(7)	Elise Marie Wåle, Larvik T&IF	(42)	Århus, DEN	24.07.2004
3.40	+1,6	(1)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Kristiansand	25.06.2004
3.02	+1,5	(-)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Kristiansand	25.06.2004

## Medvind / Wind-assisted:

3.12	+2,4	(2)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Kristiansand	25.06.2004
3.11	+2,5	(-)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Kristiansand	25.06.2004
3.06	+2,2	(-)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Kristiansand	25.06.2004
3.04	+2,8	(-)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Kristiansand	25.06.2004

**Tresteg / Triple Jump (K60-64)**

8.13			Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Sogndal	12.08.2004
7.34	-0,8	(2)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Kristiansand	27.06.2004

**Kule / Shot Put 3.0 kg (K60-64)**

8.42		(1)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Rygg	24.07.2004
8.39		(m)	Inger Nilsen, Sem IF	(44)	Tønsberg	17.08.2004
7.23		(16)	Elise Marie Wåle, Larvik T&IF	(42)	Århus, DEN	24.07.2004
6.95		(m)	Edith Aasenhuus, Oslo IL	(44)	Oslo/So	08.05.2004
6.90		(1)	Sofie A. Jakobsen, Oslo IL	(43)	Oslo/St	14.06.2004
5.84		(1)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Bergen/Sk	09.10.2004

**Diskos / Discus Throw 1.0 kg (K60-64)**

25.20		(1)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Rygg	24.07.2004
21.93		(m)	Inger Nilsen, Sem IF	(44)	Tønsberg	17.08.2004
16.17		(2)	Sofie A. Jakobsen, Oslo IL	(43)	Kristiansand	27.06.2004
16.12		(m)	Edith Aasenhuus, Oslo IL	(44)	Oslo/So	08.05.2004
11.75		(1)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Bergen/Sk	09.10.2004

**Slegge / Hammer Throw 3.0 kg (K60-64)**

26.35		(1)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Byrkjelo	02.06.2004
23.60		(m)	Inger Nilsen, Sem IF	(44)	Tønsberg	17.08.2004
19.64		(m)	Edith Aasenhuus, Oslo IL	(44)	Oslo/So	08.05.2004
14.99		(m)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Bergen/Sk	09.10.2004

**Spyd / Javelin Throw 400 g (K60-64)**

21.77		(m)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Glostrup, DEN	18.09.2004
20.29		(2)	Elise Marie Wåle, Larvik T&IF	(42)	Kristiansand	25.06.2004
16.76		(m)	Edith Aasenhuus, Oslo IL	(44)	Oslo/So	08.05.2004
13.28		(m)	Inger Nilsen, Sem IF	(44)	Tønsberg	17.08.2004
12.52		(1)	Sofie A. Jakobsen, Oslo IL	(43)	Oslo/St	14.06.2004
8.51		(m)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Bergen/Sk	09.10.2004

**Vekt / Weight Throw 5.45 kg (K60-64)**

12.24		(m)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Oslo/So	08.05.2004
11.61		(m)	Inger Nilsen, Sem IF	(44)	Tønsberg	17.08.2004
8.50		(m)	Edith Aasenhuus, Oslo IL	(44)	Oslo/So	08.05.2004
6.61		(1)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL	(42)	Bergen/Sk	09.10.2004

**Kast-5-kamp / Weight Pentathlon (K60-64)**

3484		(1)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF (25.71-8.06-23.53-20.44-12.24)	(42)	Oslo/So	08.05.2004
3114			Inger Nilsen, Sem IF (23.60-8.39-21.93-13.28-11.61)	(44)	Tønsberg	17.08.2004
2523		(2)	Edith Aasenhuus, Oslo IL (19.64-6.95-16.12-16.76-8.50)	(44)	Oslo/So	08.05.2004
1615		(1)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdalen IL (14.99-5.31-11.43-8.51-6.36)	(42)	Bergen/Sk	09.10.2004

**4x100m (K60-69)**

## Sammensatte lag / Combined Teams:

67.18		(3)	Norge / Norway (Herborg Ninni Blakstad(42)-Eva Carlsen(40)-Elise Marie Wåle(42)-Åse Nyland(33))		Århus, DEN	01.08.2004
-------	--	-----	--	--	------------	------------