

**Norge / Norway: 2004 - Utendørs / Outdoor****Menn / Men 40-44 år / years**

pr. 31.12.2004 (oppdatert / updated 07.01.2010)

**60m (M40-44)**

8.04	+1,6	(1)	Jan Inge Pedersen, Ask Friidrett	(63)	Ravnanger	25.08.2004
8.24	-0,8	(1)	Bjørn Fluge, Ask Friidrett	(60)	Fana	28.07.2004

**100m (M40-44)**

12.12	+1,6	(1)MS	Ivar Øystein Larsen, IF Urædd	(64)	Tønsberg	09.10.2004
12.52		(2)	Jørn Jevne, Ullensaker/Kisa IL	(64)	Jessheim	20.09.2004
12.60	+1,3	(1)	Jan Inge Pedersen, Ask Friidrett	(63)	Knarvik	26.09.2004
12.67		(1)	Kåre Strande, Fagernes IL	(61)	Raufoss	21.08.2004
12.88	+0,3	(1)	Bjørn Fluge, Ask Friidrett	(60)	Fana	28.07.2004
13.03	+0,3	(1)	Kjell R. Christoffersen, Ranheim IL	(62)	Stjørdal	05.06.2004
13.04			Tor Magnar Enebakk, Bøler IF	(61)	Stavanger	19.08.2004
13.14	+1,3	(2)	Arvid Bognøy, Ask Friidrett	(64)	Knarvik	26.09.2004
13.19	-0,6	(2)	Rune Holen, Høvik IF	(62)	Asker	06.09.2004
13.42	+1,7	(1)	Arve Hatløy, Dimna IL	(64)	Straumsnes	12.06.2004
			(10)			
13.49	+1,6	(1)	Tommy Jacobsen, Askim IF	(62)	Tønsberg	09.10.2004
13.54	+0,5	(3)	Are Torsvik, Sandnes IL	(62)	Sandnes	21.08.2004
13.70	-1,5	(1)	Jan-Erik Hansen, Søgne IL	(61)	Kristiansand	27.06.2004

## Utenfor NFIF / Club outside NAA:

13.78		(1)	Niels Oskar Grande, Posten Logistikk, Oslo	(63)	Drammen	27.08.2004
-------	--	-----	--	------	---------	------------

## Manuelle tider / Handtiming:

12.4	-0,6	(2)	Jørn Jevne, Ullensaker/Kisa IL	(64)	Jessheim	16.08.2004
13.1		(1)	Keith Redford, Nittedal IL	(60)	Nittedal	11.09.2004
13.3	+1,3		Kjell Rommetveit, Sola FIK	(63)	Sola	13.09.2004
13.4	+2,0	(1)	Tore Bredesen, Snøgg Friidrett	(61)	Tønsberg	12.08.2004

**200m (M40-44)**

24.85	+0,9	(1)MS	Ivar Øystein Larsen, IF Urædd	(64)	Tønsberg	09.10.2004
25.66	+1,0	(1)	Bjørn Fluge, Ask Friidrett	(60)	Fana	28.07.2004
26.06	+0,6	(4)	Jan Inge Pedersen, Ask Friidrett	(63)	Ravnanger	15.09.2004
26.33	-0,9	(5)B	Dag Kåshagen, Moelv IL	(60)	Romedal	19.05.2004
26.72	+1,2	(1)	Roar Svåsand, Laksevåg T&IL	(60)	Knarvik	25.09.2004
26.94	-0,6	(1)	Arvid Bognøy, Ask Friidrett	(64)	Haukås	05.08.2004
27.38	+1,2	(3)	Ole Viken, FIK BFG Fana	(60)	Knarvik	25.09.2004
27.60	+0,9	(1)	Tommy Jacobsen, Askim IF	(62)	Tønsberg	09.10.2004
27.76	+0,3	(1)	Jan-Erik Hansen, Søgne IL	(61)	Kristiansand	26.06.2004
27.95	+0,3	(2)	Are Torsvik, Sandnes IL	(62)	Kristiansand	26.06.2004
			(10)			
28.23	+0,9	(1)	Tore Bredesen, Snøgg Friidrett	(61)	Tønsberg	05.08.2004
28.61	+0,0	(1)	Rolf Birger Karlsen, Stovnerkameratene	(61)	Oslo/Tr	22.09.2004

## Medvind / Wind-assisted:

26.43	+2,1	(2)	Ketil Pettersen, Urædd Friidrett	(60)	Porsgrunn	20.09.2004
-------	------	-----	----------------------------------	------	-----------	------------

## Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:

25.24	+2,1	(1)	Rex Hinchliffe, Lillehammer IF (AUS)	(62)	Lillehammer	25.05.2004
-------	------	-----	--------------------------------------	------	-------------	------------

## Manuelle tider / Handtiming:

28.3	+0,2	(1)	Knut H. Dahlgren, IF Klypetussen	(63)	Frakkagjerd	31.10.2004
------	------	-----	----------------------------------	------	-------------	------------

## Medvind / Wind-assisted:

27.4		(1)	Ståle Stølen, Midsund IL	(60)	Elnesvågen	11.05.2004
------	--	-----	--------------------------	------	------------	------------

**400m (M40-44)**

53.93		(6)	Tor Sommervold, Heimdal IF	(61)	Trondheim/St	20.06.2004
54.97		(3)A	Knut Wilhelm Svendsen, IL i BUL	(63)	Oslo/La	08.07.2004
56.64		(1)	Sven Tore Breilid, Kristiansands IF	(62)	Kristiansand	25.06.2004

## Norge / Norway: 2004 - Utendørs / Outdoor

56.66	(2)	Jørn Jevne, Ullensaker/Kisa IL	(64)	Jessheim	20.09.2004
56.84	(1)	Bjørn Fluge, Ask Friidrett	(60)	Ravnanger	25.08.2004
56.92		Tor Magnar Enebakk, Bøler IF	(61)	Stavanger	19.08.2004
57.82	(2)	Erling Ytrehus, Kristiansands IF	(64)	Kristiansand	25.06.2004
58.89	(3)	Arvid Bognøy, Ask Friidrett	(64)	Kristiansand	25.06.2004
62.04	(1)	Arnt Egeland, Bjerkreim IL	(62)	Sandnes	06.07.2004
62.27	(2)	Are Torsvik, Sandnes IL	(62)	Sandnes	21.08.2004
		(10)			
62.56	(5)	Rolf Birger Karlsen, Stovnerkameratene	(61)	Oslo/Tr	23.08.2004
Manuelle tider / Handtiming:					
59.4	(1)	Geir Åge Noven, Lørenskog FIL	(64)	Lørenskog	21.06.2004
59.7	(1)	Tommy Jacobsen, Askim IF	(62)	Halden	18.09.2004
61.5	(1)	Tore Bredesen, Snøgg Friidrett	(61)	Tønsberg	12.08.2004
61.6	(1)	Rolf Birger Karlsen, Stovnerkameratene	(61)	Oslo/St	14.06.2004
63.3		Rudi Larsen, Lakselv IL	(61)	Lakselv	15.09.2004
<b>600m (M40-44)</b>					
1:34.69	(1)	Harald Dyngen, Sandnes IL	(60)	Egersund	17.06.2004
<b>800m (M40-44)</b>					
2:02.79	(4)	Tor Sommervold, Heimdal IF	(61)	Stjørdal	05.06.2004
2:09.05		Harald Dyngen, Sandnes IL	(60)	Stavanger	08.06.2004
2:12.32	(6)	Håkon Kyllø, IL Dalebrand	(63)	Stjørdal	05.06.2004
2:13.87	(2)	Arvid Bognøy, Ask Friidrett	(64)	Kristiansand	26.06.2004
2:15.90	(3)	Hassan Boujdad, Kristiansands IF	(61)	Kristiansand	26.06.2004
2:17.65	(1)	Tore Bredesen, Snøgg Friidrett	(61)	Tønsberg	05.08.2004
2:19.51	(4)	Runar Bålsrud, Hurdal IL	(62)	Jessheim	14.06.2004
Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:					
1:57.83	(8)A	Rex Hinchliffe, Lillehammer IF (AUS)	(62)	Lillehammer	27.06.2004
<b>1500m (M40-44)</b>					
4:03.71	(5)	Bjarte Bogstad, IL Gular	(63)	Fana	10.07.2004
4:14.29	(1)	Egil Skarpsno, FIK Ren-Eng	(62)	Åkrestrømmen	05.06.2004
4:23.53	(5)	Jørn Erik Schrøder, SK Vidar	(64)	Jessheim	12.07.2004
4:26.0	(1)	Kjetil Wang, Strindheim IL	(60)	Stjørdal	18.08.2004
4:26.7	(2)	Ketil Berg, Vinne IL	(62)	Stjørdal	18.08.2004
4:27.3	(3)	Håkon Kyllø, IL Dalebrand	(63)	Stjørdal	18.08.2004
4:28.2	(4)	Roger Melting, Mosvik IL	(61)	Stjørdal	18.08.2004
4:29.9	(5)	Rolf Hernes, Stjørdal FIK	(63)	Stjørdal	18.08.2004
4:32.5	(6)	Kjell Gunnar Alseth, Stjørdal FIK	(60)	Stjørdal	18.08.2004
4:33.0	(1)	Øyvind Liland, FIK BFG Fana	(60)	Larvik	16.06.2004
		(10)			
4:34.8	(7)	Bjørn Jarle Bellsli Hofsmo, Trønder-Øst FIK	(64)	Stjørdal	18.08.2004
4:35.7	(8)	Knut Brede Liland, IK Rindals-Troll	(61)	Stjørdal	18.08.2004
4:35.75	(2)	Tore Bredesen, Snøgg Friidrett	(61)	Geithus	28.08.2004
4:37.4	(4)	Harald Dyngen, Sandnes IL	(60)	Haugesund	28.07.2004
4:38.69	(1)	Olav Arnfinn Arneberg, Bygland IL	(61)	Kristiansand	27.06.2004
4:38.9	(1)	Trygve Stanger, Ullensaker/Kisa IL	(62)	Jessheim	10.06.2004
4:43.0	(9)	Kjell Alexander Hornslien, Strindheim IL	(63)	Stjørdal	18.08.2004
4:43.1		Svein Eggesvik, Mehamn IL	(64)	Bodø	02.06.2004
4:43.1	(2)	Runar Bålsrud, Hurdal IL	(62)	Jessheim	10.06.2004
4:44.5	(3)	Knut Johan Holter, Løpsklubben 1814	(61)	Jessheim	10.06.2004
		(20)			
4:44.9	(10)	Børge Ivan Flønnes, Klæbu LK	(60)	Stjørdal	18.08.2004
4:48.4	(11)	Ivar Rotvold, Vinne IL	(64)	Stjørdal	18.08.2004
4:48.49	(3)	Arvid Bognøy, Ask Friidrett	(64)	Kristiansand	27.06.2004
Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:					
4:15.94	(1)	Rex Hinchliffe, Lillehammer IF (AUS)	(62)	Lillehammer	11.09.2004
Utenfor NFIF / Club outside NAA:					
4:43.01	(1)	Jan Olaf Uleberg, PIL Kristiansand	(62)	Drammen	27.08.2004
<b>3000m (M40-44)</b>					
9:03.53	(-)	Bjarte Bogstad, IL Gular	(63)	Fana	30.06.2004
9:17.00	(1)	Alemayehu Sitotaw, IL Varegg	(62)	Haukås	03.06.2004
9:22.58	(5)	Svein Arne Reiersen, Ask Friidrett	(60)	Fana	21.07.2004

## Norge / Norway: 2004 - Utendørs / Outdoor

9:26.55	(9)A	Børre Tollefsen, Bøler IF	(64)	Oslo/St	16.08.2004
9:28.47	(10)A	Trond Olav Berg, Bøler IF	(60)	Oslo/St	16.08.2004
9:32.8	(1)	Roger Melting, Mosvik IL	(61)	Stjørdal	16.06.2004
9:38.5	(1)	Bernt Axel Stigum, Ogdal IL	(61)	Steinkjer	15.05.2004
9:41.31	(10)	Ole Tom Anderdahl, Minerva IS	(63)	Oslo/La	08.07.2004
9:43.0	(2)	Bjørn Jarle Bellsli Hofsmo, Trønder-Øst FIK	(64)	Stjørdal	16.06.2004
9:44.7	(3)	Rolf Hernes, Stjørdal FIK	(63)	Stjørdal	16.06.2004
		(10)			
9:49.8	(4)	Håkon Kyllø, IL Dalebrand	(63)	Stjørdal	16.06.2004
9:53.5	(5)	Kjetil Wang, Strindheim IL	(60)	Stjørdal	16.06.2004
9:54.92	(1)	Øystein Hanstveit, Mjøsdalen IL	(63)	Fana	24.08.2004
9:55.63	(4)B	Tore Bredesen, Snøgg Friidrett	(61)	Oslo/St	16.08.2004
9:56.6	(1)	Sven Svensson, Free Runners	(62)	Lørenfallet	07.09.2004
9:59.2	(6)	Kjell Gunnar Alseth, Stjørdal FIK	(60)	Stjørdal	16.06.2004
9:59.45	(4)	Rune Fredriksen, Mandal og Halse IL	(60)	Kristiansand	15.05.2004
10:04.74	(8)B	Heming Leira, IL i BUL	(60)	Oslo/La	13.05.2004
10:09.97	(6)B	Dennis Jakobsen, Rustad IL	(63)	Oslo/St	16.08.2004
10:18.2	(7)	Ivar Rotvold, Vinne IL	(64)	Stjørdal	16.06.2004
		(20)			
10:22.6	(8)	Børge Ivan Flønes, Klæbu LK	(60)	Stjørdal	16.06.2004
10:23.2	(2)	Jan Kristian Bredesen, Sørums IL	(62)	Lørenfallet	07.09.2004
10:26.6	(1)	Ole A. Schlytter, Lørenskog FIL	(60)	Lørenskog	02.09.2004
10:27.5	(9)	Gunnar Melting, Mosvik IL	(62)	Stjørdal	16.06.2004
10:27.88	(17)	Steinar Lien, Oppegård IL	(64)	Oslo/La	08.07.2004

Utenfor NFIF / Club outside NAA:

9:47.65	(11)	Ole Kjell Langmyren, Gjensidige NOR BIL	(61)	Oslo/La	08.07.2004
---------	------	---	------	---------	------------

**5000m (M40-44)**

15:13.53	(1)	Bjarte Bogstad, IL Gular	(63)	Fana	30.06.2004
15:47.93	(6)	Alemayehu Sitotaw, IL Varegg	(62)	Haukås	27.04.2004
16:14.95	(3)	Børre Tollefsen, Bøler IF	(64)	Oslo/Tr	23.08.2004
16:23.76	(9)	Herman Bruun, Bøler IF	(63)	Oslo/La	25.05.2004
16:37.45	(2)	Roger Melting, Mosvik IL	(61)	Levanger	18.07.2004
16:37.77	(1)	Dag Haugland, IL Varegg	(60)	Haukås	27.04.2004
16:41.85	(4)	Svein Arne Reiersen, Ask Friidrett	(60)	Fana	04.09.2004
16:45.4	(1)	Øyvind Liland, FIK BFG Fana	(60)	Larvik	17.06.2004
16:50.90	(1)	Rune Fredriksen, Mandal og Halse IL	(60)	Kristiansand	25.06.2004
16:53.5		Håkon Kyllø, IL Dalebrand	(63)	Levanger	28.08.2004
		(10)			
17:03.40	(11)	Heming Leira, IL i BUL	(60)	Oslo/La	25.05.2004
17:21.70	(1)	Odd Joar Rognebakke, IL Tambarskjelvar	(63)	Førde	05.09.2004
17:30.7	(1)	Tore Bredesen, Snøgg Friidrett	(61)	Bø	23.09.2004
17:49.16	(2)	Frode Monsen, Oppegård IL	(61)	Sofiemyr	27.05.2004
17:50.9	(2)	Roy Arne Benan, Oslo Politis IL	(64)	Larvik/Lo	17.06.2004
17:51.30	(1)	Rudi Larsen, Lakselv IL	(61)	Lakselv	28.08.2004
17:51.57	(5)	Steinar Lien, Oppegård IL	(64)	Oslo/Tr	23.08.2004
17:53.97	(5)	Øystein Hanstveit, Mjøsdalen IL	(63)	Fana	04.09.2004
18:03.2	(2)	Geir Wenstøp, IL Express	(64)	Fevik	08.05.2004
18:11.87	(1)	Sjur M. Krog Martinsen, Asker SK	(61)	Asker	06.09.2004
		(20)			
18:15.39	(1)	Gunnar Svåsand, Laksevåg T&IL	(62)	Knarvik	25.09.2004

Utenfor NFIF / Club outside NAA:

17:49.10	(1)	Gaute Løge Pedersen, DnB NOR BIL	(64)	Sofiemyr	27.05.2004
18:04.56	(1)	Jan Olaf Uleberg, PIL Kristiansand	(62)	Drammen	28.08.2004

**10000m (M40-44)**

32:12.98	(1)	Bjarte Bogstad, IL Gular	(63)	Fana	27.07.2004
34:37.77	(3)	Svein Arne Reiersen, Ask Friidrett	(60)	Fana	27.07.2004
35:09.41	(1)	Rune Fredriksen, Mandal og Halse IL	(60)	Kristiansand	27.06.2004
35:49.43	(2)	Heming Leira, IL i BUL	(60)	Kristiansand	27.06.2004
36:41.14	(1)	Tore Bredesen, Snøgg Friidrett	(61)	Tønsberg	25.09.2004
37:49.5	(1)	Jon Olav Hanstad, IL Express	(63)	Fevik	21.08.2004
37:58.0	(2)	Geir Wenstøp, IL Express	(64)	Fevik	21.08.2004
40:42.22	(5)	Arvid Hauge, Eikanger IL	(60)	Knarvik	18.08.2004

Mangelfull tidtagning / Not exact timing:

34:00	(2)	Rex Hinchliffe, Lillehammer IF (AUS)	(62)	Brumunddal	30.09.2004
38:10		Torbjørn Bonkerud, Veldre IL	(63)	Brumunddal	30.09.2004

**400m hekk / hurdles 91.4 cm (M40-44)**

74.48	(1)	Are Torsvik, Sandnes IL	(62)	Kristiansand	27.06.2004
-------	-----	-------------------------	------	--------------	------------

**2000m hinder / steeplechase 91.4 cm (M40-44)**

7:10.66	(4)	Tore Bredesen, Snøgg Friidrett	(61)	Nadderud	13.06.2004	
<b>3000m hinder / steeplechase 91.4 cm (M40-44)</b>						
11:15.11	(1)	Tore Bredesen, Snøgg Friidrett	(61)	Kristiansand	26.06.2004	
11:51.22	(2)	Harald Dyngen, Sandnes IL	(60)	Kristiansand	26.06.2004	
<b>Høyde / High Jump (M40-44)</b>						
1.85	(1)	Rune Grimsby, Lista IL	(64)	Øyestad	03.07.2004	
1.80	(2)	Trond Knaplund, Brandbu IF	(60)	Brandbu	25.09.2004	
1.78	(2)	Arne Simonsen, Kristiansands IF	(61)	Kristiansand	26.06.2004	
1.75	(3)	Per Olaf Nicolaisen, Horten FIK	(61)	Strömstad, SWE	10.07.2004	
1.74	(3)	Trond Inge Carlsen, Rustad IL	(63)	Kristiansand	26.06.2004	
1.67	(1)	Jan Inge Pedersen, Ask Friidrett	(63)	Knarvik	25.09.2004	
1.65		Inge Vennatrø, Länke IL	(60)	Levanger	28.08.2004	
1.62	(2)	Jan Erik Berntzen, Asker SK	(63)	Asker	22.08.2004	
1.60	(1)	Bjørn Morten Moss, Tønsberg FIK	(60)	Tønsberg	09.10.2004	
1.50	(1)	Terje Solvi, Odda IL	(64)	Odda	24.08.2004	
		(10)				
1.46	(2)	Ole Viken, FIK BFG Fana	(60)	Knarvik	25.09.2004	
1.45	(1)	Rune Wiker, Nittedal IL	(63)	Nittedal	11.09.2004	
1.40	(1)	Knut Helge Aalien, Sigdal FIK	(62)	Prestfoss	02.09.2004	
1.40	(2)	Svein Oftedal, Nittedal IL	(64)	Nittedal	11.09.2004	
Utenfor NFIF / Club outside NAA:						
1.40	(1)	Odd Arne Skjerve, Bærumsposten	(62)	Drammen	28.08.2004	
<b>Stav / Pole Vault (M40-44)</b>						
3.80	(6)	Bjørn Morten Moss, Tønsberg FIK	(60)	Århus, DEN	01.08.2004	
3.40	(2)	Ivar Øystein Larsen, IF Urædd	(64)	Tønsberg	08.07.2004	
Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:						
4.20	(4)	Anker Thomsen, IL i BUL (DEN)	(61)	Århus, DEN	01.08.2004	
<b>Lengde / Long Jump (M40-44)</b>						
5.55	+0,6	(1)	Jan Erik Berntzen, Asker SK	(63)	Asker	10.05.2004
5.28	+1,4	(1)	Arve Hatløy, Dimna IL	(64)	Elnesvågen	18.09.2004
5.23	+0,8	(1)	Rune Grimsby, Lista IL	(64)	Egersund	11.09.2004
5.07	+1,7	(-)	Jan Inge Pedersen, Ask Friidrett	(63)	Ravnanger	15.09.2004
5.00	+1,5	(1)	Ole Viken, FIK BFG Fana	(60)	Knarvik	25.09.2004
4.88		(1)	Matti Ilmonen, Oтра IL	(63)	Drammen	27.08.2004
4.87		(1)	Knut H. Dahlgren, IF Klypetussen	(63)	Frakkagjerd	31.10.2004
4.84	+0,4	(1)	Ole Johannes Mjøs, Mjøsdaalen IL	(63)	Hatland	25.10.2004
4.59	+1,9	(-)	Olav Samland, IF Klypetussen	(63)	Etne	01.06.2004
Utenfor NFIF / Club outside NAA:						
4.67		(2)	Jan Olaf Uleberg, PIL Kristiansand	(62)	Drammen	27.08.2004
4.65		(3)	Niels Oskar Grande, Posten Logistikk, Oslo	(63)	Drammen	27.08.2004
Manglende informasjon om vind / Wind-data missing:						
4.61			Øyvind Vadla, IL Ulvungen	(61)	Ålvundeid	08.06.2004
Medvind / Wind-assisted:						
5.15	+2,4	(1)	Jan Inge Pedersen, Ask Friidrett	(63)	Ravnanger	15.09.2004
4.62	+3,3	(1)	Olav Samland, IF Klypetussen	(63)	Etne	01.06.2004
<b>Tresteg / Triple Jump (M40-44)</b>						
12.22	+1,5	(1)	Oddvar Viulsrød, Tønsberg FIK	(64)	Kristiansand	27.06.2004
12.09	+1,3	(1)	Jan Erik Berntzen, Asker SK	(63)	Asker	21.08.2004
11.34	+1,1	(1)	Jan Inge Pedersen, Ask Friidrett	(63)	Haukås	02.09.2004
11.28	+0,7	(1)	Rune Grimsby, Lista IL	(64)	Øyestad	03.07.2004
10.87	-1,1	(1)	Steinar Halvorsen, Horten FIK	(64)	Tønsberg	16.10.2004
Medvind / Wind-assisted:						
12.34		(1)	Jan Erik Berntzen, Asker SK	(63)	Oslo/St	14.06.2004
10.30			Inge Vennatrø, Länke IL	(60)	Levanger	28.08.2004
<b>Kule / Shot Put 7.26 kg (M40-44)</b>						
15.92		(1)	Trond Ulleberg, IK Tjalve	(62)	Vejle, DEN	19.07.2004
14.50		(1)	Georg A. Andersen, IF Urædd	(63)	Sandefjord	14.06.2004
14.35		(8)	Olav Jenssen, IF Urædd	(62)	Florø	08.08.2004

Norge / Norway: 2004 - Utendørs / Outdoor

13.74	(1)	Terje Buch, Tønsberg FIK	(64)	Tønsberg	25.08.2004
12.88	(1)	Aage Indrebø, Gloppen FIL	(61)	Byrkjelo	09.09.2004
12.50	(1)	Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Lillehammer	11.05.2004
12.49	(m)	Geir Sommerseth, Moss IL	(61)	Vågsbygd	08.09.2004
12.46	(1)	Svenn Erik Bolle, Vestby IL	(64)	Bjørkelangen	06.06.2004
12.31	(2)	Knut Olav Bjorvatn, Tvedestrand T&IF	(61)	Kristiansand	25.06.2004
11.89	(1)	Pål Ivar Holm, FIK BFG Fana	(60)	Fana	08.09.2004
		(10)			
11.34	(5)	Egil Ravnestad, Gloppen FIL	(63)	Hyen	19.06.2004
11.11	(1)	Agnar Aadland, Laksevåg T&IL	(60)	Bergen/Sk	27.04.2004
10.58	(1)	Jan Hegland, IL Skjalg	(61)	Stavanger	25.05.2004
10.57	(1)	Bjørn Flem, Ski IL	(64)	Asker	21.08.2004
10.34	(1)	Terje Solvi, Odda IL	(64)	Odda	04.05.2004
10.34	(2)	Roar Svåsand, Laksevåg T&IL	(60)	Knarvik	26.09.2004
9.92		John Solem, Hegra IL	(60)	Levanger	28.08.2004
9.89	(3)	Frank Brissach, Trondheim Friidrett	(63)	Trondheim/St	31.08.2004
9.62	(1)	Atle Helland, IL Trio	(60)	Husnes	08.08.2004

Utenfor NFIF / Club outside NAA:

10.62	(1)	Amadou M. B. Lowe, Pakkepost	(60)	Drammen	28.08.2004
9.93	(2)	Finn Rødby, PIL Drammen	(62)	Drammen	28.08.2004
9.51	(3)	Odd Arne Skjerve, Bærumsposten	(62)	Drammen	28.08.2004

**Diskos / Discus Throw 2.0 kg (M40-44)**

55.38	(3)	Olav Jenssen, IF Urædd	(62)	Oslo/So	29.08.2004
46.03	(1)	Georg A. Andersen, IF Urædd	(63)	Tønsberg	02.10.2004
45.46		Terje Buch, Tønsberg FIK	(64)	Tønsberg	16.09.2004
42.34	(1)	Aage Indrebø, Gloppen FIL	(61)	Byrkjelo	09.09.2004
40.59	(m)	Geir Sommerseth, Moss IL	(61)	Vågsbygd	08.09.2004
37.47	(3)	Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Geithus	04.09.2004
35.00	(4)	Egil Ravnestad, Gloppen FIL	(63)	Hyen	19.06.2004
33.71	(2)	Trond Knaplund, Brandbu IF	(60)	Brandbu	25.09.2004
32.21	(1)	Pål Ivar Holm, FIK BFG Fana	(60)	Knarvik	25.09.2004
30.98	(m)	Frank Brissach, Trondheim Friidrett	(63)	Trondheim/St	18.09.2004
		(10)			
29.42	(1)	Ivar Øystein Larsen, IF Urædd	(64)	Porsgrunn	02.08.2004
29.37	(1)	Atle Helland, IL Trio	(60)	Husnes	04.08.2004

Utenfor NFIF / Club outside NAA:

27.20	(1)	John Rødby, PIL Drammen	(63)	Drammen	27.08.2004
-------	-----	-------------------------	------	---------	------------

**Slegge / Hammer Throw 7.26 kg (M40-44)**

58.38	(1)	Kåre Sagedal, IK Tjalve	(60)	Løten	22.07.2004
55.28	(1)	Karl K. Marthinussen, SK Vidar	(60)	Bergen/Sk	02.08.2004
46.91	(3)	Olav Jenssen, IF Urædd	(62)	Oslo/So	19.09.2004
43.29	(9)	Torrey Enoksen, Lyngdal IL	(63)	Århus, DEN	26.07.2004
43.02	(m)	Geir Sommerseth, Moss IL	(61)	Heggedal/Gj	05.06.2004
40.31	(1)	Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Løten	06.05.2004
39.76	(1)	Terje Buch, Tønsberg FIK	(64)	Tønsberg	25.09.2004
26.77	(2)	Ivar Øystein Larsen, IF Urædd	(64)	Tønsberg	01.07.2004
25.71	(2)	Rune Grimsby, Lista IL	(64)	Lyngdal	18.05.2004
25.42	(1)	Arvid Hauge, Eikanger IL	(60)	Ostereidet	24.08.2004
		(10)			
25.10	(2)	Frank Brissach, Trondheim Friidrett	(63)	Trondheim/St	13.09.2004
24.30	(1)	Roar Svåsand, Laksevåg T&IL	(60)	Knarvik	25.09.2004

**Spyd / Javelin Throw 800 g (M40-44)**

57.18	(1)	John Solem, Hegra IL	(60)	Levanger	18.07.2004
57.00	(1)	Knut Føleide, Måløy IL	(61)	Byrkjelo	03.07.2004
55.77	(1)	Øystein Havang, IL Runar	(64)	Sandefjord	14.06.2004

## Norge / Norway: 2004 - Utendørs / Outdoor

53.75	(2)	Georg A. Andersen, IF Urædd	(63)	Sandefjord	14.06.2004
53.71	(1)	Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Geithus	04.09.2004
53.06	(8)	Henning Knutsen, Hamar IL	(61)	Århus, DEN	30.07.2004
47.45	(1)	Trond Knaplund, Brandbu IF	(60)	Brandbu	25.09.2004
45.87	(1)	Pål Ivar Holm, FIK BFG Fana	(60)	Knarvik	26.09.2004
44.41	(m)	Geir Sommerseth, Moss IL	(61)	Heggedal/Gj	21.08.2004
42.02	(2)	Knut Olav Bjorvatn, Tvedestrand T&IF (10)	(61)	Kristiansand	27.06.2004
41.16	(1)	Rune Wiker, Nittedal IL	(63)	Nittedal	11.09.2004
38.74	(2)	Roar Svåsand, Laksevåg T&IL	(60)	Knarvik	26.09.2004
37.58	(m)	Frank Brissach, Trondheim Friidrett	(63)	Trondheim/St	18.09.2004
36.53	(3)	Matti Ilmonen, Oтра IL	(63)	Kristiansand	27.06.2004
36.13	(1)	Agnar Aadland, Laksevåg T&IL	(60)	Bergen/Sk	27.04.2004
35.75	(m)	Olav Jenssen, IF Urædd	(62)	Drammen	25.09.2004

## Utenfor NFIF / Club outside NAA:

38.58	(1)	Amadou M. B. Lowe, Pakkepost	(60)	Drammen	28.08.2004
-------	-----	------------------------------	------	---------	------------

**Vekt / Weight Throw 15.88 kg (M40-44)**

14.24	(m)	Olav Jenssen, IF Urædd	(62)	Drammen	25.09.2004
13.73	(1)	Geir Sommerseth, Moss IL	(61)	Aremark	25.09.2004
11.73	(2)	Torrey Enoksen, Lyngdal IL	(63)	Kristiansand	27.06.2004
8.61	(1)	Roar Svåsand, Laksevåg T&IL	(60)	Knarvik	26.09.2004
8.00	(1)	Geir Akse, IL Norna-Salhus	(64)	Bergen/Sk	20.07.2004
7.74	(3)	Roy Fjellsøy, IF Hellas	(64)	Kristiansand	27.06.2004
7.66	(2)	Kjell Berland, FIL AKS-77	(64)	Knarvik	26.09.2004
7.14	(2)	Sveinung Tangstad, IL Norna-Salhus	(61)	Bergen/Sk	20.07.2004
6.55	(1)	Agnar Aadland, Laksevåg T&IL	(60)	Bergen/Sk	27.04.2004

**5-kamp / Pentathlon (M40-44)**

1851	(1)	Jan Inge Pedersen, Ask Friidrett (4.88-24.14-26.81-16.64-5:47.02) / -0,7 / -2,1	(63)	Ravnanger	07.07.2004
------	-----	--	------	-----------	------------

**Kast-5-kamp / Weight Pentathlon (M40-44)**

3492	(3)MS	Olav Jenssen, IF Urædd (45.04-14.08-49.78-35.75-14.24)	(62)	Drammen	25.09.2004
3088	(1)	Geir Sommerseth, Moss IL (42.66-11.28-38.80-44.41-12.59)	(61)	Heggedal/Gj	21.08.2004
2083	(1)	Torrey Enoksen, Lyngdal IL (39.52-8.04-24.83-18.46-11.70)	(63)	Lyngdal	18.09.2004
1454	(3)	Roy Fjellsøy, IF Hellas (20.08-7.23-22.17-24.05-7.15)	(64)	Heggedal/Gj	21.08.2004

**4x100m stafett (M40-49)**

51.17	(1)	Ask Friidrett (Jan Inge Pedersen(63)-Arvid Bognøy(64)-Bjørn Fluge(60)-Kjell-Eirik Mikkelsen(56))		Ravnanger	25.08.2004
-------	-----	---	--	-----------	------------

**1000m stafett / Swedish Relay (M40-49)**

2:23.31	(1)	Ask Friidrett (Kjell-Eirik Mikkelsen(56)-Jan Inge Pedersen(63)-Stig Morten Villanger(63)-Arvid Bognøy(64))		Knarvik	26.09.2004
2:25.76	(1)	Kristiansands IF (Gunnar Bech(63)-Svend Tore Breilid(62)-Erling Ytrehus(64)-Hassan Boujdad(61))		Kristiansand	26.06.2004
2:50.42	(1)	Florø T&IF ( )		Førde	05.09.2004