

## Norge / Norway: 2010 - Utendørs / Outdoor

## Menn / Men 40-44 år / years

pr. 31.12.2010 (oppdatert / updated 27.01.2011)

## 60m (M40-44)

7.78	-0,3	(4)MS	Asle Offerdal, Rosendal TL	(66)	Oslo/Bi	27.09.2010
7.87	+1,3	(1)	Petter Tytlandsvik, GTI	(67)	Egersund	06.05.2010
8.33	-0,6	(5)MS	Erling Svenni, Urædd Friidrett	(69)	Porsgrunn/Kj	09.06.2010

## Manuelle tider / Handtiming:

8.8		(1)	Bjørnar Eidsheim, Eikanger IL	(68)	Ostereidet	15.06.2010
8.9	-0,6	(1)	Ragnar André Ellingsgård, Lyngdal IL	(67)	Lyngdal	01.06.2010

## 100m (M40-44)

12.12	+0,7	(3)MSD	Anders Høyer Berg, Oslostudentenes IK	(68)	Oslo/Bi	20.07.2010
12.16	+0,0	(5)MS	Halvard Rise, Rennebu IL	(66)	Trondheim/St	05.06.2010
12.21	+0,0	(1)	Even Hytten, Tønsberg FIK	(67)	Tønsberg	04.09.2010
12.31	+0,3	(8)MSB	Asle Offerdal, Rosendal TL	(66)	Oslo/Bi	19.05.2010
12.38	+1,1	(2)MS	Øyvind Skjefrås Alsaker, Sola FIK	(66)	Sola	07.09.2010
12.69	-0,5	(m)MS	Jon Olav Bjørhusdal, Sandnes IL	(68)	Trondheim/St	11.09.2010
12.73	+0,0	(1)	Petter Tytlandsvik, GTI	(67)	Lye fjell	28.04.2010
12.75	-0,5	(6)MSB	Hans Rune Rønningen, IL Tyrving	(68)	Oslo/Bi	14.08.2010
13.05		(3)	Torgeir André Herstad, IL Tambaraskjelvar	(70)	Florø	13.08.2010
13.18		(4)	Ole Erik Sunde, Måløy IL	(70)	Florø	13.08.2010
			(10)			
13.28	+1,3	(6)MSH1	Frode Thorsås, Urædd Friidrett	(66)	Skien	11.08.2010
13.41	-0,7	(4)MS	Odd Arne Opstad, Midsund IL	(68)	Midsund	24.05.2010
13.73	+0,6	(1)	Arne Svardal, Larvik T&F	(69)	Larvik/Lo	30.06.2010

## 200m (M40-44)

24.23	+1,6	(3)MS	Asle Offerdal, Rosendal TL	(66)	Oslo/Bi	22.09.2010
24.47	+0,3	(4)MSB	Anders Høyer Berg, Oslostudentenes IK	(68)	Oslo/Bi	22.05.2010
26.22	+0,2	(1)	Terje Egeland, Sandnes IL	(68)	Egersund	10.06.2010
26.29	-0,6	(1)	Petter Tytlandsvik, GTI	(67)	Sandnes	08.07.2010
26.43	+0,6	(3)MS	Øyvind Skjefrås Alsaker, Sola FIK	(66)	Sandnes	09.08.2010
26.99	-1,5	(1)	Yngve Endal, FIL AKS-77	(70)	Indre Arna	02.10.2010
28.92	+0,9	(3)	Ole Erik Sunde, Måløy IL	(70)	Florø	14.08.2010

## Medvind / Wind-assisted:

26.62	+4,4	(m)	Jarle Rønnevik, Lyn Friidrett	(66)	Tønsberg	10.07.2010
-------	------	-----	-------------------------------	------	----------	------------

## Manuelle tider / Handtiming:

## Medvind / Wind-assisted:

24.6	+3,0	(1)	Even Hytten, Tønsberg FIK	(67)	Tønsberg	30.10.2010
------	------	-----	---------------------------	------	----------	------------

## 300m (M40-44)

38.63		(2)MSC	Asle Offerdal, Rosendal TL	(66)	Oslo/Bi	19.05.2010
-------	--	--------	----------------------------	------	---------	------------

## 400m (M40-44)

53.00		(1)	Asle Offerdal, Rosendal TL	(66)	Köln, GER	04.08.2010
56.43		(3)MS	Terje Egeland, Sandnes IL	(68)	Sandnes	27.06.2010
58.99		(m)MS	Jon Olav Bjørhusdal, Sandnes IL	(68)	Trondheim/St	11.09.2010
60.97		(1)MS	Gunnar Solvang, Ås IL	(67)	Ås	03.05.2010

## 600m (M40-44)

1:38.5		(10)MS	Erik Finborud, IL Tyrving	(68)	Nadderud	03.05.2010
1:45.16		(1)MS	Tore Bratvold, Ringerike FIK	(69)	Hønefoss	19.05.2010

## 800m (M40-44)

2:04.89		(1)	Tor Morten Klinge, Namdal LK	(68)	Steinkjer	15.05.2010
2:05.53		(6)h2	Terje Egeland, Sandnes IL	(68)	Nyiregyhaza, HUN	22.07.2010
2:10.36		(10)MSC	Kimme Arnesen, IL Heming	(68)	Nadderud	12.06.2010
2:14.33		(9)MSC	Ronny Opaker, Ullensaker/Kisa IL	(66)	Lillestrøm	29.05.2010
2:15.9		(1)MS	Håvard Stenvoll, FIK Ren-Eng	(70)	Åkrestrømmen	25.05.2010
2:17.21		(2)MS	Arne Andreas Pedersen Døske, Haugesund IL	(70)	Haugesund	27.09.2010
2:18.41		(1)MS	Bjarte Vik, Osterøy IL	(69)	Strandebarm	03.07.2010
2:21.02		(2)MS	Audun Eide, Kristiansands IF	(68)	Kristiansand	01.09.2010
2:21.1		(1)	Lasse Bakken, Lillehammer IF	(68)	Lørenfallet	01.06.2010
2:21.84		(1)	Erik Iden, IL Fri	(69)	Hatland	14.09.2010

(10)

## Norge / Norway: 2010 - Utendørs / Outdoor

Utenfor NFIF / Club outside NAA:

2:24.4	(1)	Børre Gaarder, RTV BIL	(68)	Jessheim	18.09.2010	
<b>1500m (M40-44)</b>						
4:13.87	(1)	Bjarte Vik, Osterøy IL	(69)	Florø	15.08.2010	
4:28.92	(1)	Håkon Helge Hjemly, Tønsberg FIK	(70)	Tønsberg	09.10.2010	
4:30.18	(1)	Terje Egeland, Sandnes IL	(68)	Sandnes	25.09.2010	
4:39.21	(1)	Carlos Silva de Brito, Ogdal IL	(69)	Steinkjer	23.09.2010	
4:39.24	(1)	Tord Thorshov, Ås IL	(68)	Ås	03.05.2010	
4:42.07	(5)MS	Kjetil Larsen, Åkra IL	(69)	Leirvik	15.08.2010	
4:42.40	(1)MS	Ole Petter Hjelle, SK Vidar	(70)	Tønsberg	07.07.2010	
4:43.1	(1)	Kjell Vidar Norheim, Hitra FIK	(69)	Stjørdal	18.08.2010	
4:43.82	(2)	Per Henning Bjerva, Ås IL	(68)	Ås	03.05.2010	
4:47.2	(1)	Glør Gløersen, Tønsberg FIK	(66)	Tønsberg	30.10.2010	
		(10)				
4:48.39	(1)	Erik Iden, IL Fri	(69)	Indre Arna	03.10.2010	
<b>2000m (M40-44)</b>						
6:34.04	(1)	Øystein Ramfjord Johansen, Halden IL	(66)	Halden	01.07.2010	
<b>3000m (M40-44)</b>						
8:55.71	(3)MS	Bjarte Vik, Osterøy IL	(69)	Fana	06.06.2010	
9:33.27	(1)MS	Knut Lium, Land FIK	(69)	Lillehammer	31.08.2010	
9:39.46	(1)	Trygve B. Reitan, IK Rindals-Troll	(69)	Trondheim/St	01.09.2010	
9:41.5	(1)	Håkon Helge Hjemly, Tønsberg FIK	(70)	Tønsberg	23.10.2010	
9:52.66	(1)	Roar Brøndbo, Namdal LK	(69)	Overhalla	03.05.2010	
9:58.0	(1)	Reidar Skrunes, Haugesund IL	(66)	Frakkagjerd	08.06.2010	
9:58.05	(6)MS	Rune Lie, Stegaberget IL	(69)	Haugesund	04.08.2010	
10:05.3	(2)	Glør Gløersen, Tønsberg FIK	(66)	Tønsberg	23.10.2010	
10:12.8	(2)	Kjetil Larsen, Åkra IL	(69)	Frakkagjerd	08.06.2010	
10:14.79	(2)MS	Audun Eide, Kristiansands IF	(68)	Kristiansand	23.08.2010	
		(10)				
10:15.33	(4)MS	Gisle Johnsen, Urædd Friidrett	(68)	Porsgrunn/Kj	05.05.2010	
10:20.0	(1)	Kjell Vidar Norheim, Hitra FIK	(69)	Stjørdal	16.06.2010	
10:27.75	(5)MS	Frode Johansen, FIK BFG Fana	(69)	Fana	11.05.2010	
10:28.5	(1)	Øystein Ramfjord Johansen, Halden IL	(66)	Halden	18.09.2010	
<b>5000m (M40-44)</b>						
15:16.47	(2)MS	Bjarte Vik, Osterøy IL	(69)	Fana	26.06.2010	
16:52.02	(2)MS	Reidar Skrunes, Haugesund IL	(66)	Fana	30.06.2010	
16:55.6	(4)MS	Svein Glomnes, FIL AKS-77	(67)	Ostereidet	26.09.2010	
17:12.78	(1)	Stig Atle Eide, IL Varegg	(69)	Fana	03.08.2010	
17:23.80	(1)	Erik Iden, IL Fri	(69)	Indre Arna	02.10.2010	
17:28.7	(1)	Einar Bergsholm, Ås IL	(66)	Ås	06.10.2010	
17:35.89	(4)MS	Frode Melby, IF Herkules	(70)	Skien	29.05.2010	
17:48.9	(1)MS	Kjetil Larsen, Åkra IL	(69)	Haugesund	27.09.2010	
17:55.05	(6)MS	Gisle Johnsen, Urædd Friidrett	(68)	Skien	29.05.2010	
17:59.82	(3)MS	Audun Eide, Kristiansands IF	(68)	Kristiansand	01.09.2010	
		(10)				
18:28.21	(1)	Lars Elverum, Stokke IL	(67)	Tønsberg	30.06.2010	
<b>10000m (M40-44)</b>						
31:36.08	(7)MS	Terje Olsen, Heimdal IF	(67)	Trondheim/St	06.06.2010	
31:49.45	(12)MS	Bjarte Vik, Osterøy IL	(69)	Sandnes	22.08.2010	
35:51.4	(1)MS	Eiof Røed, Fredrikstad IF	(69)	Lisleby	17.09.2010	
39:13.9	(1)MS	Ørjar Evensen, Sømna IL	(69)	Vik i Helgeland	09.09.2010	
39:20.27	(1)	Svein Oskar Nedregård, Spjelkavik og Omegn FIK	(68)	Florø	15.08.2010	
39:29.50	(6)MS	Erik Tvedt, Veldre Friidrett	(70)	Brumunddal	05.08.2010	
Utenfor NFIF / Club outside NAA:						
36:11.4	(1)	Rune Skinnerlien, Arendal Triathlon	(67)	Fevik	14.08.2010	
<b>110m hekk / hurdles 99.1 cm (M40-44)</b>						
18.37	-0,8	(1)	Anders Høyer Berg, Oslostudentenes IK	(68)	Florø	15.08.2010
<b>110m hekk / hurdles 106.7 cm (M40-44)</b>						
18.99	+0,0	(m)MS	Jon Olav Bjørhusdal, Sandnes IL	(68)	Trondheim/St	12.09.2010
Utenfor NFIF / Club outside NAA:						
25.36	-1,1	(m)MS	Geir Mjelstad, Mjelstad & Stokke BIL	(66)	Hatland	01.10.2010
<b>200m hekk / hurdles 76.2 cm (M40-44)</b>						
28.84	+0,4	(6)MS	Asle Offerdal, Rosendal TL	(66)	Oslo/Be	20.09.2010
Utenfor NFIF / Club outside NAA:						
39.80	-3,3	(m)MS	Geir Mjelstad, Mjelstad & Stokke BIL	(66)	Hatland	02.10.2010

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

62.05	(1)MS	Asle Offerdal, Rosendal TL	(66)	Oslo/Bi	22.09.2010
67.65	(1)	Anders Høyner Berg, Oslostudentenes IK	(68)	Florø	14.08.2010

**3000m hinder / steeplechase 91.4 cm (M40-44)**

12:03.64	(1)	Svein Oskar Nedregård, Spjelkavik og Omegn FIK	(68)	Florø	14.08.2010
----------	-----	--	------	-------	------------

**Høyde / High Jump (M40-44)**

1.90	(2)MS	Jon Olav Bjørhusdal, Sandnes IL	(68)	Stavanger/St	22.07.2010
1.75	(2)MS	Endre Raa, FIK BFG Fana	(67)	Strandebarm	03.07.2010
1.65	(1)	Petter Tytlandsvik, GTI	(67)	Sandnes	08.07.2010
1.60	(1)	Even Hytten, Tønsberg FIK	(67)	Tønsberg	29.09.2010
1.54	(1)	Anders Høyner Berg, Oslostudentenes IK	(68)	Florø	14.08.2010
1.50	(1)	Morten Trane, IL i BUL-Tromsø	(66)	Finnfjordbotn	06.06.2010
1.50	(1)	Bård Hjulstad, Frol IL	(68)	Levanger	26.06.2010
1.45	(1)	Jan Magne Sørensen, Halden IL	(66)	Halden	18.09.2010
1.40	(3)MS	Jostein Saghaug, IL Trio	(66)	Husnes	24.07.2010

**Stav / Pole Vault (M40-44)**

3.40	(1)	Even Hytten, Tønsberg FIK	(67)	Tønsberg	07.07.2010
3.30	(1)	Håvard Lunde, IL Trio	(70)	Husnes	09.10.2010
3.00	(m)MS	Jon Olav Bjørhusdal, Sandnes IL	(68)	Trondheim/St	12.09.2010

**Lengde / Long Jump (M40-44)**

5.88	+0,0	(1)	Even Hytten, Tønsberg FIK	(67)	Tønsberg	29.09.2010
5.79	+0,1	(2)MS	Anders Høyner Berg, Oslostudentenes IK	(68)	Oslo/St	04.08.2010
5.78	+0,0	(m)MS	Jon Olav Bjørhusdal, Sandnes IL	(68)	Trondheim/St	11.09.2010
5.72	+1,2	(1)MS	Geir Arne Kjørstad, NTNUI	(69)	Trondheim/St	19.09.2010
5.38	+0,3	(1)	Petter Tytlandsvik, GTI	(67)	Egersund	06.05.2010
5.13	+0,8	(m)	Jarle Rønvik, Lyn Friidrett	(66)	Tønsberg	10.07.2010
4.86	+0,3	(3)	Ole Erik Sunde, Måløy IL	(70)	Florø	13.08.2010
4.79	+1,9	(-)MS	Øyvind Skjefrås Alsaker, Sola FIK	(66)	Stavanger/St	20.05.2010
4.79		(1)	Bjørnar Eidsheim, Eikanger IL	(68)	Ostereidet	15.06.2010
4.59	+1,4	(1)	Eystein Markmanrud, Osterøy IL	(69)	Hatland	29.06.2010
			(10)			
4.56		(2)MS	Jostein Saghaug, IL Trio	(66)	Husnes	24.07.2010

**Medvind / Wind-assisted:**

5.73	+3,6	(2)MS	Geir Arne Kjørstad, NTNUI	(69)	Sona	11.07.2010
4.85	+2,2	(1)MS	Øyvind Skjefrås Alsaker, Sola FIK	(66)	Stavanger/St	20.05.2010

**Tresteg / Triple Jump (M40-44)**

11.17	-1,5	(1)MS	Petter Tytlandsvik, GTI	(67)	Bryne	04.05.2010
10.42	+0,3	(3)	Bjørn Jensen, Oslostudentenes IK	(68)	Köln, GER	04.08.2010

**Kule / Shot Put 7.26 kg (M40-44)**

14.99		(m)	Iver Hytten, Tønsberg FIK	(66)	Heggedal/Ka	28.08.2010
14.01		(1)MS	Dag Inge Hansen, Herkules Friidrett	(69)	Skien	27.09.2010
13.55		(1)	Lars Martin Jæger, Halden IL	(68)	Lisleby	09.05.2010
13.13		(1)	Thomas Rosvold, IK Tjalve	(67)	Sande	10.10.2010
12.59		(2)MS	Roar Uglem, Snøgg Friidrett	(66)	Notodden	31.05.2010
12.29		(1)MS	Bjørn Egil Rishovd, Modum FIK	(68)	Geithus	30.06.2010
11.76		(1)MS	Stein Fossen, IL Fri	(68)	Knarvik	27.04.2010
11.72		(2)	Jan Magne Sørensen, Halden IL	(66)	Halden	18.09.2010
11.35		(2)MS	Petter Leon Fauske, Ålesund FIK	(69)	Ålesund	06.09.2010
11.23		(m)MS	Jon Olav Bjørhusdal, Sandnes IL	(68)	Trondheim/St	11.09.2010
			(10)			
10.23		(1)MS	Tor Øvind Ødegård, Fredrikstad IF	(69)	Lisleby	23.07.2010
10.18		(2)MS	Morten Trane, IL i BUL-Tromsø	(66)	Alta	29.05.2010
10.15		(m)	Bjørn Arne Kristiansen, Brandbu IF	(68)	Oslo/La	08.05.2010
9.77		(m)MS	Espen Jahren, Asker SK	(66)	Heggedal/Ka	26.09.2010
9.67		(2)MS	Håvard Lunde, IL Trio	(70)	Husnes	25.07.2010
9.38		(1)	Arne Torget, IL Trio	(66)	Husnes	28.06.2010
9.38		(1)	Haakon L. Aarø, IL Norna-Salhus	(69)	Fana	03.08.2010
9.32		(1)MS	Erling Svenni, Urædd Friidrett	(69)	Porsgrunn/Kj	26.05.2010
9.21		(1)MS	Gunnar Ensrud, Ski IL	(70)	Ski	02.10.2010
9.17		(1)	Gunnar Studsrød, Gloppen FIL	(68)	Hyen	22.07.2010
			(20)			
9.04		(3)MS	Stein Ivar Olsen, Sømna IL	(67)	Vik i Helgeland	30.09.2010

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

48.88	(5)MS	Thomas Rosvold, IK Tjalve	(67)	Helsingborg, SWE	13.07.2010
48.52	(m)	Iver Hytten, Tønsberg FIK	(66)	Sem	03.06.2010
40.87	(1)	Even Hytten, Tønsberg FIK	(67)	Tønsberg	04.09.2010
40.55	(1)	Thor Kristensen, Askim IF	(66)	Halden	18.09.2010
39.50	(1)MS	Dag Inge Hansen, Herkules Friidrett	(69)	Skien	11.08.2010
37.78	(1)	Lars Martin Jæger, Halden IL	(68)	Lisleby	09.05.2010
37.12	(1)	Ståle Sunde, Oppstryn IL	(70)	Oppstryn	25.09.2010
35.86	(3)MS	Bjørn Arne Kristiansen, Brandbu IF	(68)	Oslo/Bi	27.05.2010
35.45	(1)MS	Roar Uglem, Snøgg Friidrett	(66)	Notodden	31.05.2010
34.75	(m)MS	Espen Jahren, Asker SK	(66)	Heggedal/Ka	26.09.2010
		(10)			
34.21	(1)MS	Jon Olav Bjørhusdal, Sandnes IL	(68)	Steinkjer	20.07.2010
34.04	(1)MS	Bjørn Egil Rishovd, Modum FIK	(68)	Geithus	12.09.2010
32.06	(1)MS	Stein Fossen, IL Fri	(68)	Knarvik	24.06.2010
30.80	(1)	Morten Trane, IL i BUL-Tromsø	(66)	Finnfjordbotn	05.06.2010
29.99	(2)MS	Jens Magne Gjøl, Tingvoll FIK	(68)	Straumnsnes	14.08.2010
29.33	(m)	Serge van Nes, Tønsberg FIK	(69)	Tønsberg	24.04.2010
29.10	(4)MS	Frode Thorsås, Urædd Friidrett	(66)	Skien	11.08.2010
28.52	(1)	Arne Torget, IL Trio	(66)	Husnes	28.06.2010
27.53	(2)	Håvard Lunde, IL Trio	(70)	Husnes	09.10.2010
27.24	(m)	Halvard Erlend Skjauff, Tønsberg FIK	(69)	Sem	03.06.2010
		(20)			
26.48	(1)	Heine Helland, IL Trio	(70)	Husnes	23.06.2010
26.31	(m)	Jarle Rønvik, Lyn Friidrett	(66)	Tønsberg	10.07.2010

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

48.07	(1)	Lars Martin Jæger, Halden IL	(68)	Aremark	18.09.2010
48.01	(m)	Iver Hytten, Tønsberg FIK	(66)	Sem	03.06.2010
46.25	(m)MS	Thomas Rosvold, IK Tjalve	(67)	Oslo/So	18.09.2010
38.21	(1)MS	Stein Fossen, IL Fri	(68)	Bergen/Sk	01.06.2010
38.00	(1)MS	Dag Inge Hansen, Herkules Friidrett	(69)	Skien	07.09.2010
30.57	(m)	Bjørn Arne Kristiansen, Brandbu IF	(68)	Oslo/La	08.05.2010
27.41	(2)MS	Roar Uglem, Snøgg Friidrett	(66)	Notodden	02.10.2010
26.62	(m)	Halvard Erlend Skjauff, Tønsberg FIK	(69)	Sem	03.06.2010
26.11	(1)MS	Jon Olav Bjørhusdal, Sandnes IL	(68)	Trondheim/St	16.06.2010
26.09	(m)MS	Espen Jahren, Asker SK	(66)	Heggedal/Ka	26.09.2010
		(10)			
25.29	(2)MS	Arne Torget, IL Trio	(66)	Husnes	24.07.2010

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

56.71	(1)MS	Dag Inge Hansen, Herkules Friidrett	(69)	Skien	27.07.2010
55.81	(m)	Iver Hytten, Tønsberg FIK	(66)	Sem	03.06.2010
55.71	(2)MS	Bjørn Arne Kristiansen, Brandbu IF	(68)	Oslo/Bi	27.05.2010
44.40	(1)	Even Hytten, Tønsberg FIK	(67)	Tønsberg	30.10.2010
43.55	(1)MS	Jon Olav Bjørhusdal, Sandnes IL	(68)	Steinkjer	20.07.2010
42.60	(m)MS	Espen Jahren, Asker SK	(66)	Heggedal/Ka	26.09.2010
41.58	(2)MS	Runar Steinstad, IL Runar	(67)	Halden	01.07.2010
40.89	(1)	Hans Bækken Kulstad, Steinkjer FIK	(69)	Steinkjer	16.09.2010
40.78	(2)	Jan Magne Sørensen, Halden IL	(66)	Halden	18.09.2010
39.93	(1)	Morten Ruud, Rana FIK	(66)	Mo i Rana	02.06.2010
		(10)			
39.23	(m)MS	Thomas Rosvold, IK Tjalve	(67)	Oslo/So	18.09.2010
38.50	(1)MS	Stig Einar Løset, GTI	(70)	Stavanger/St	19.10.2010
37.61	(-)	Odd Arild Fjørtoft, Sandefjord T&IF	(66)	Sandefjord	09.08.2010
37.31	(1)	Serge van Nes, Tønsberg FIK	(69)	Tønsberg	09.06.2010
35.92	(1)	Bård Hjulstad, Frøil IL	(68)	Levanger	27.06.2010
35.62	(5)MS	Frode Thorsås, Urædd Friidrett	(66)	Kristiansand	31.08.2010
35.03	(2)	Lars Martin Jæger, Halden IL	(68)	Halden	18.09.2010

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

17.17	(1)	Iver Hytten, Tønsberg FIK	(66)	Tønsberg	23.10.2010
15.30	(1)MS	Thomas Rosvold, IK Tjalve	(67)	Notodden	02.10.2010
14.27	(1)	Lars Martin Jæger, Halden IL	(68)	Aremark	18.09.2010
13.73	(1)MS	Stein Fossen, IL Fri	(68)	Knarvik	27.03.2010
9.71	(2)MS	Bjørn Arne Kristiansen, Brandbu IF	(68)	Lillestrøm	07.06.2010
9.24	(m)MS	Espen Jahren, Asker SK	(66)	Heggedal/Ka	26.09.2010
9.05	(2)MS	Roar Uglem, Snøgg Friidrett	(66)	Notodden	02.10.2010
8.39	(2)	Halvard Erlend Skjauff, Tønsberg FIK	(69)	Sem	03.06.2010
8.18	(m)	Serge van Nes, Tønsberg FIK	(69)	Tønsberg	24.04.2010
8.01	(1)	Arne Torget, IL Trio	(66)	Husnes	28.06.2010
		(10)			

**Supervekt 25.4 (M40-44)**

9.43	(3)MS	Thomas Rosvold, IK Tjalve	(67)	Oslo/So	18.09.2010
9.27	(1)MS	Stein Fossen, IL Fri	(68)	Bergen/Sk	04.05.2010

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

1531 (2) Serge van Nes, Tønsberg FIK (69) Tønsberg 10.07.2010  
 ΣW=4,0 (4.19-36.14-31.18w-29.10-7:46.12) / -0,4 / +4,4

Medvind / Wind-assisted:

2560 (1) Jarle Rønvik, Lyn Friidrett (66) Tønsberg 10.07.2010  
 ΣW=5,2 (5.13-31.99-26.62w-26.31-4:54.70) / +0,8 / +4,4

**10-kamp / Decathlon (M40-44)**

5751 (2)MS Jon Olav Bjørhusdal, Sandnes IL (68) Trondheim/St 11-12.09.2010  
 ΣW=0,4 (12.69-5.78-11.23-1.79-58.99/18.99-33.21-3.00-42.09-5:23.20) / -0,5 / +0,9 / +0,0

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

4186 (1) Iver Hytten, Tønsberg FIK (66) Sem 03.06.2010  
 (48.01-14.49-48.52-55.81-16.32)  
 3615 (3)MS Thomas Rosvold, IK Tjalve (67) Oslo/So 18.09.2010  
 (46.25-12.72-45.46-39.23-15.05)  
 2694 (1) Stein Fossen, IL Fri (68) Bergen/Sk 16.10.2010  
 (34.74-11.10-28.71-34.07-12.79)  
 2657 (2) Bjørn Arne Kristiansen, Brandbu IF (68) Oslo/La 08.05.2010  
 (30.57-10.15-35.50-51.94-7.36)  
 2497 (1)MS Espen Jahren, Asker SK (66) Heggedal/Ka 26.09.2010  
 (26.09-9.77-34.75-42.60-9.24)  
 1964 (2) Halvard Erlend Skjåuff, Tønsberg FIK (69) Sem 03.06.2010  
 (26.62-8.57-27.24-27.39-8.26)  
 1979 (2) Serge van Nes, Tønsberg FIK (69) Tønsberg 24.04.2010  
 (19.26-8.20-29.33-35.81-8.18)  
*Original score (2006 table): 1889*

Alternativt resultat / Alternative result:

4061 (1) Iver Hytten, Tønsberg FIK (66) Tønsberg 24.04.2010  
 (45.94-14.43-48.12-54.02-15.60)  
*Original score (2006 table): 3886*  
 4052 (1) Iver Hytten, Tønsberg FIK (66) Sandefjord 09.08.2010  
 (45.75-14.34-48.32-53.90-15.59)  
 4045 (1) Iver Hytten, Tønsberg FIK (66) Heggedal/Ka 28.08.2010  
 (45.50-14.99-45.91-50.39-16.63)  
 4032 (1) Iver Hytten, Tønsberg FIK (66) Oslo/La 08.05.2010  
 (44.87-13.99-47.06-54.42-16.25)  
 3992 (2) Iver Hytten, Tønsberg FIK (66) Nyiregyhaza, HUN 23.07.2010  
 (46.19-13.99-42.51-54.75-16.78)  
 1939 (2) Serge van Nes, Tønsberg FIK (69) Sandefjord 09.08.2010  
 (18.48-8.10-29.02-37.11-7.63)

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

53.36 (1) Ogdal IL Steinkjer 23.05.2010  
 (Per Ivar Henning(68)-Egil Odd Geir Jensen(67)-Stein Morten Jensen(61)-Ivar Johannes Bjerkan(68))

**4x400m stafett / Relay (M40-49)**

4:17.51 (1) Ogdal IL Steinkjer 22.05.2010  
 (Per Ivar Henning(68)-Carlos Silva de Brito(69)-Per-Ivar Finstad(70)-Ivar Johannes Bjerkan(68))

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

2:37.16 (1) Florø T&IF Florø 14.08.2010  
 (Olav Mølster(66)-Kjell Einar Haugen(63)-Jan Are Brandsøy(61)-Jan Arve Solheim(63))  
 2:43.32 (2) Veldre Friidrett Florø 14.08.2010  
 (Erik Tvedt(70)-Frode Loraas(63)-Jan Erik Dalseng(52)-Nils Dompidal(63))