

Norge / Norway: 2005 - Utendørs / Outdoor**Menn / Men 45-49 år / years**

pr. 31.12.2005 (oppdatert / updated 07.01.2010)

60m (M45-49)

7.88	+0,6	(2)	Stein Tore Klungland, Asker SK	(58)	Asker	28.05.2005
8.74	+2,0	(m)	Trond Rosnes, Osterøy IL	(59)	Hatland	07.10.2005

Manuelle tider / Handtiming:

8.4			Tom Steinar Hansen, Lørenskog FIL	(58)	Lørenskog	06.10.2005
8.7	+1,7	(1)	Hans Ludvig Guldal, IL Sandvin	(60)	Sande	02.10.2005

100m (M45-49)

12.42	-0,5		Johan Andreas Løland, IL Skjalg	(59)	Uitslugen	11.06.2005
12.50	-0,3	(2)	Stein Tore Klungland, Asker SK	(58)	Brumunddal	02.07.2005
12.53	+0,6	(3)h1	Ketil Pettersen, Urædd Friidrett	(60)	Porsgrunn	24.08.2005
12.59	-0,8	(1)	Stig Wemundstad, Strindheim IL	(57)	Ravnanger	26.06.2005
13.02	-0,3	(5)	Finn Pedersen, Tvedestrand T&IF	(58)	Brumunddal	02.07.2005
13.17	-1,0	(1)	Pål Meistad, Leinstrand IL	(57)	Gjøvik	26.08.2005
13.27	-0,8	(3)	Atle Magnar Bones, Strindheim IL	(57)	Ravnanger	26.06.2005
13.30	+1,9	(1)	Tore Bruknapp, FIL AKS-77	(56)	Knarvik	04.08.2005
13.41	+1,2	(1)	Ole Viken, FIK BFG Fana	(60)	Knarvik	09.10.2005
13.57	-0,2	(1)	Dag Kåshagen, Moelv IL	(60)	Brumunddal	03.06.2005

(10)

13.62			Stein Olav Christensen, SK Freidig	(57)	Clermont-Ferrand, FRA	16.06.2005
13.70	+1,8	(1)	Trond Rosnes, Osterøy IL	(59)	Hatland	14.05.2005

Medvind / Wind-assisted:

12.89	+2,1	(1)	Finn Pedersen, Tvedestrand T&IF	(58)	Øyestad	11.06.2005
-------	------	-----	---------------------------------	------	---------	------------

Utenfor NFIF / Club outside NAA:

14.06	-1,0	(2)	Viggo Skjæran, Bærumsposten	(57)	Gjøvik	26.08.2005
-------	------	-----	-----------------------------	------	--------	------------

Manuelle tider / Handtiming:

13.1		(1)	Tom Steinar Hansen, Lørenskog FIL	(58)	Lørenskog	30.06.2005
13.2		(1)	Keith Redford, Nittedal IL	(60)	Nittedal	17.09.2005
13.4	+0,9	(1)	Terje Olav Fjeldheim, Kongsberg IF	(56)	Notodden	11.05.2005
13.4		(1)	Jürg Keller, Sørild FIK	(59)	Grimstad	16.08.2005

Medvind / Wind-assisted:

13.4	+2,4	(1)	Åge Johannesen, Namsen FIF	(59)	Overhalla	12.07.2005
------	------	-----	----------------------------	------	-----------	------------

200m (M45-49)

24.63	+0,1	(2)	Stig Wemundstad, Strindheim IL	(57)	Brumunddal	01.07.2005
24.79	+0,1	(3)	Eldar Farstad, IL Valder	(60)	Brumunddal	01.07.2005
25.10	+0,1	(5)	Johan Andreas Løland, IL Skjalg	(59)	Brumunddal	01.07.2005
25.45	+1,7	(1)	Ketil Pettersen, Urædd Friidrett	(60)	Tønsberg	27.07.2005
25.62	+0,4	(2)	Bjørn Fluge, Ask Friidrett	(60)	Ravnanger	25.05.2005
26.62	-0,5	(1)	Karl Kærner, Nøtterøy IF	(60)	Tønsberg	15.10.2005
26.81	+1,8	(3)	Roar Svåsand, Laksevåg T&IL	(60)	Ravnanger	25.06.2005
27.73	+1,8	(4)	Trond Rosnes, Osterøy IL	(59)	Ravnanger	25.06.2005
27.89	+0,3	(1)	Dag Kåshagen, Moelv IL	(60)	Brumunddal	04.06.2005
28.41	+0,3	(1)	Tore Bruknapp, FIL AKS-77	(56)	Knarvik	16.06.2005

(10)

Medvind / Wind-assisted:

26.12	+2,9	(4)h1	Lasse Sølvberg, Veldre Friidrett	(60)	Brumunddal	01.07.2005
26.48	+5,0	(1)	Øivind Bernes, Mjøsdalen IL	(58)	Knarvik	08.10.2005
26.70	+5,0	(2)	Ole Viken, FIK BFG Fana	(60)	Knarvik	08.10.2005

Manuelle tider / Handtiming:

26.9	+0,0	(1)	Rolf Eivind Bøhn, Halden IL	(59)	Halden	27.10.2005
28.5		(1)	Tom Steinar Hansen, Lørenskog FIL	(58)	Lørenskog	02.06.2005
29.1			Ola Vestavik, Bergsøy IL	(60)	Fosnavåg	18.08.2005
29.6		(1)	Arvid Hauge, Eikanger IL	(60)	Ostereidet	13.09.2005

Manglende informasjon om vind / Wind-data missing:

27.9			Tom Steinar Hansen, Lørenskog FIL	(58)	Oslo/St	13.06.2005
------	--	--	-----------------------------------	------	---------	------------

Medvind / Wind-assisted:

28.6	+3,0	(1)	Åge Johannesen, Namsen FIF	(59)	Overhalla	12.07.2005
------	------	-----	----------------------------	------	-----------	------------

Norge / Norway: 2005 - Utendørs / Outdoor

300m (M45-49)					
42.83	(3)	Frode Mikkelsen, Ask Friidrett	(57)	Ravnanger	15.06.2005
400m (M45-49)					
53.92	(1)	Stig Wemundstad, Strindheim IL	(57)	Brumunddal	03.07.2005
55.08	(3)	Eldar Farstad, IL Valder	(60)	Brumunddal	03.07.2005
56.96	(2)	Bjørn Fluge, Ask Friidrett	(60)	Ravnanger	24.06.2005
57.83	(3)	Frode Mikkelsen, Ask Friidrett	(57)	Ravnanger	24.06.2005
57.97	(1)	Øivind Bernes, Mjøsdalen IL	(58)	Knarvik	09.10.2005
59.13	(4)	Lasse Søvberg, Veldre Friidrett	(60)	Brumunddal	03.07.2005
59.38	(1)	Per Espen Fjeld, IL Skarphedin	(59)	Tønsberg	10.08.2005
60.89	(4)	Øystein Øvsthus, Mjøsdalen IL	(58)	Ravnanger	24.06.2005
62.86	(1)	Pål Meistad, Leinstrand IL	(57)	Gjøvik	27.08.2005
63.67	(5)	Odd Elvanes, Hareid IL	(56)	Ravnanger	24.06.2005
		(10)			
63.97	(2)	Trond Rosnes, Osterøy IL	(59)	Hatland	04.07.2005
64.33	(1)	Tore Bruknaapp, FIL AKS-77	(56)	Knarvik	15.09.2005
65.26	(3)	Bright Strømmen, IL Fri	(59)	Haukås	08.09.2005
Manuelle tider / Handtiming:					
60.9	(1)	Rolf Eivind Bøhn, Halden IL	(59)	Halden	13.10.2005
600m (M45-49)					
1:34.85	(7)	Atle Magnar Bones, Strindheim IL	(57)	Trondheim/St	27.04.2005
800m (M45-49)					
2:06.76	(7)h4	Øivind Bernes, Mjøsdalen IL	(58)	San Sebastian, ESP	26.08.2005
2:07.30	(2)	Atle Magnar Bones, Strindheim IL	(57)	Brumunddal	01.07.2005
2:08.21	(3)	Steinar Bakken, Lillehammer IF	(60)	Brumunddal	01.07.2005
2:12.02	(3)	Frode Mikkelsen, Ask Friidrett	(57)	Ravnanger	25.06.2005
2:12.26	(6)B	Reinhard Gerhard Kuhs, Lillehammer IF	(60)	Lillehammer	26.06.2005
2:14.11	(4)	Øyvind Liland, FIK BFG Fana	(60)	Ravnanger	25.06.2005
2:15.93	(2)	Per Espen Fjeld, IL Skarphedin	(59)	Porsgrunn	07.09.2005
2:16.5	(2)	Øyvind Øyen, Strindheim IL	(58)	Malvik	20.08.2005
2:17.95	(2)	Rune Fredriksen, Mandal og Halse IL	(60)	Grimstad	05.06.2005
2:19.72	(1)	Odd Elvanes, Hareid IL	(56)	Fosnavåg	18.06.2005
		(10)			
2:20.50	(9)h2	Øystein Øvsthus, Mjøsdalen IL	(58)	San Sebastian, ESP	26.08.2005
2:20.89	(8)	Bright Strømmen, IL Fri	(59)	Fana	13.07.2005
2:23.6	(1)	Tore Michael Engen, IL Mogutten	(58)	Jessheim	01.10.2005
2:23.8	(1)	Arvid Hauge, Eikanger IL	(60)	Ostereidet	13.09.2005
2:24.6	(1)	Gunnar Vaage, IL Trio	(58)	Husnes	31.08.2005
2:26.2		Ole Arne Schlytter, Lørenskog FIL	(60)	Lørenskog	29.09.2005
1500m (M45-49)					
4:20.23	(1)	Trond Mikkelsen, Ask Friidrett	(56)	Ravnanger	26.06.2005
4:25.93	(4)h1	Øivind Bernes, Mjøsdalen IL	(58)	San Sebastian, ESP	31.08.2005
4:30.60	(1)	Atle Magnar Bones, Strindheim IL	(57)	Brumunddal	03.07.2005
4:34.0	(1)	Kjell Gunnar Alseth, Stjørdal FIK	(60)	Stjørdal	17.08.2005
4:35.81	(1)	Arne Petter Sellæg, Namdal LK	(59)	Overhalla	13.08.2005
4:36.83	(8)	Tom-Roger Johansen, FIK BFG Fana	(59)	Clermont-Ferrand/FRA	17.06.2005
4:37.02	(14)	Reinhard Gerhard Kuhs, Lillehammer IF	(60)	Lillehammer	23.06.2005
4:37.77	(1)B	Bright Strømmen, IL Fri	(59)	Fana	10.08.2005
4:38.8	(1)	Ole Johan Garli, Ullensaker/Kisa IL	(56)	Jessheim	09.06.2005
4:41.19	(1)	Rune Fredriksen, Mandal og Halse IL	(60)	Stavanger	14.06.2005
		(10)			
4:42.16	(1)	Øyvind Liland, FIK BFG Fana	(60)	Porsgrunn	14.06.2005
4:44.0	(2)	Åge Snerting, Nidelv IL	(57)	Stjørdal	17.08.2005
4:46.8	(1)	Ole Arne Schlytter, Lørenskog FIL	(60)	Lørenskog	19.05.2005
4:47.3	(2)	Erik Gustavson, Ullensaker/Kisa IL	(59)	Jessheim	09.06.2005
4:47.54		Odd Elvanes, Hareid IL	(56)	Straumsnes	13.08.2005
4:52.6	(1)	Per Espen Fjeld, IL Skarphedin	(59)	Bø	17.09.2005
4:53.08	(3)	Tore Michael Engen, IL Mogutten	(58)	Brumunddal	03.07.2005
4:54.5	(1)	Arvid Hauge, Eikanger IL	(60)	Ostereidet	14.06.2005
4:56.1		Roar Grande, Kongsberg IF	(60)	Clermont-Ferrand, FRA	17.06.2005
4:57.67	(2)	Rolf Bakken, FIK Orion	(60)	Brumunddal	03.06.2005
		(20)			
5:02.7	(3)	Hallbjørn Holberg, Ronglan IL	(57)	Stjørdal	17.08.2005
5:04.4	(3)	Geir Håkon Bjørnstad, Ullensaker/Kisa IL	(56)	Jessheim	09.06.2005
5:04.9	(1)	Nils Petter Hårstad, Vollen FIK	(59)	Oppdal	13.06.2005
5:07.0	(4)	Steinar Skaar, Løpsklubben 1814	(56)	Jessheim	09.06.2005
5:09.1	(4)	Stein Morten Hoff, IL Dalebrand	(59)	Stjørdal	17.08.2005
5:10.0	(1)	Gunnar Vaage, IL Trio	(58)	Husnes	10.08.2005
Mangelfull tidtagning / Not exact timing:					
5:1	(1)	Geir Olav Pedersen, Narvik IL	(57)	Narvik	08.06.2005

Norge / Norway: 2005 - Utendørs / Outdoor

2000m (M45-49)

6:21.59	(1)	Øyvind Bernes, Mjøsdaalen IL	(58)	Hatland	01.08.2005
7:08.6	(-)	Arvid Hauge, Eikanger IL	(60)	Ostereidet	13.09.2005

3000m (M45-49)

9:35.21	(1)	Tom J. Boone, GTI	(59)	Stavanger	20.09.2005
9:40.21	(1)	Bright Strømmen, IL Fri	(59)	Fana	25.05.2005
9:42.2	(1)	Tore Tangstad, Mosvik IL	(57)	Stjørdal	15.06.2005
9:45.76	(3)	Øyvind Liland, FIK BFG Fana	(60)	Fana	10.08.2005
9:46.15	(1)	Arne Petter Sellæg, Namdal LK	(59)	Overhalla	18.08.2005
9:46.30	(1)	Kjell Gunnar Alseth, Stjørdal FIK	(60)	Stjørdal	21.07.2005
9:52.32		Rune Fredriksen, Mandal og Halse IL	(60)	Søgne	21.06.2005
10:03.64	(4)	Steinar Bakken, Lillehammer IF	(60)	Lillehammer	16.08.2005
10:09.5		Ola Vestavik, Bergsøy IL	(60)	Fosnavåg	29.09.2005
10:10.81	(1)	Odd Elvanes, Hareid IL	(56)	Ørsta	15.05.2005
		(10)			
10:12.5	(2)	Åge Snerting, Nidelv IL	(57)	Stjørdal	15.06.2005
10:25.72	(6)	Reinhard Gerhard Kuhs, Lillehammer IF	(60)	Lillehammer	16.08.2005
10:41.2	(4)	Geir Augdal, Markabygda IL	(58)	Stjørdal	15.06.2005
10:52.2	(1)	Arvid Hauge, Eikanger IL	(60)	Ostereidet	13.09.2005
10:56.05	(15)	Dick Ivar Arvidsson, Fossum IF	(56)	Oslo/La	27.09.2005

5000m (M45-49)

16:07.65	(1)	Trond Mikkelsen, Ask Friidrett	(56)	Ravnanger	24.06.2005
16:31.77	(2)	Tom-Roger Johansen, FIK BFG Fana	(59)	Brumunddal	01.07.2005
16:40.29	(4)	Bright Strømmen, IL Fri	(59)	Fana	20.07.2005
16:57.26		Ole Johan Garli, Ullensaker/Kisa IL	(56)	Jessheim	22.08.2005
17:05.58	(1)	Øyvind Liland, FIK BFG Fana	(60)	Porsgrunn	15.06.2005
17:07.31	(3)	Dag Haugland, IL Varegg	(60)	Ravnanger	24.06.2005
17:11.02	(2)	Vidar Nilsen, Oppegård IL	(60)	Sofiemyr	24.05.2005
17:12.50	(4)	Stein Roar Andersen, IL Varegg	(57)	Ravnanger	24.06.2005
17:37.07	(1)	Odd Elvanes, Hareid IL	(56)	Fosnavåg	19.06.2005
17:37.57		Kjell Gunnar Alseth, Stjørdal FIK	(60)	Stjørdal	14.09.2005
		(10)			
17:53.00	(2)	Ola Vestavik, Bergsøy IL	(60)	Fosnavåg	19.06.2005
17:55.1		Roar Grande, Kongsberg IF	(60)	Clermont-Ferrand, FRA	16.06.2005
18:12.0	(2)	Helge Færø, FIL AKS-77	(60)	Ostereidet	09.10.2005
18:15.72	(6)	Kjell Frode Hole, FIK BFG Fana	(60)	Ravnanger	24.06.2005
18:19.9	(1)	Rolf Eivind Bøhn, Halden IL	(59)	Halden	27.10.2005
18:21.62	(1)	Rolf Bakken, FIK Orion	(60)	Brumunddal	04.06.2005
18:23.05	(1)	Henrik Kofoed Nielsen, IL Express	(58)	Øyestad	11.06.2005

Mangelfull tidtagning / Not exact timing:

18:21	(1)	Torbjørn Sneve, Narvik IL	(58)	Narvik	01.06.2005
-------	-----	---------------------------	------	--------	------------

10000m (M45-49)

33:49.12	(1)	Tom-Roger Johansen, FIK BFG Fana	(59)	Ravnanger	26.06.2005
34:20.54	(2)	Atle Tanum, Sola FIK	(60)	Ravnanger	26.06.2005
34:57.54	(7)	Bright Strømmen, IL Fri	(59)	Fana	28.09.2005
34:58.01	(8)	Øyvind Bernes, Mjøsdaalen IL	(58)	Fana	28.09.2005
35:07.91	(3)	Dag Haugland, IL Varegg	(60)	Ravnanger	26.06.2005
36:06.5	(2)	Arne Håkon Vik, Tistedalen FL	(59)	Halden	18.08.2005
36:13.80	(1)	Vidar Nilsen, Oppegård IL	(60)	Sofiemyr	24.08.2005
37:16.92	(4)	Per Gunnar Alfheim, IL Varegg	(60)	Ravnanger	26.06.2005
38:15.14	(5)	Kjell Frode Hole, FIK BFG Fana	(60)	Ravnanger	26.06.2005
38:26.43	(3)	Rolf Bakken, FIK Orion	(60)	Brumunddal	02.07.2005
		(10)			
38:32.5	(2)	Henrik Kofoed Nielsen, IL Express	(58)	Fevik	20.08.2005
38:39.22	(6)	Odd Elvanes, Hareid IL	(56)	Ravnanger	26.06.2005
39:34.7	(1)	Arvid Hauge, Eikanger IL	(60)	Ostereidet	14.06.2005

Mangelfull tidtagning / Not exact timing:

37:51	(15)	Rolf Bakken, FIK Orion	(60)	Brumunddal	29.09.2005
38:05	(16)	Håvard Håkonsen, Moelv IL	(57)	Brumunddal	29.09.2005

200m hekk / hurdles 76.2 cm (M45-49)

38.28	+0,7	(m)	Trond Rosnes, Osterøy IL	(59)	Hatland	07.10.2005
-------	------	-----	--------------------------	------	---------	------------

400m hekk / hurdles 91.4 cm (M45-49)

67.19	(2)	Atle Magnar Bones, Strindheim IL	(57)	Brumunddal	02.07.2005
72.73	(5)h3	Øystein Øvsthus, Mjøsdaalen IL	(58)	San Sebastian, ESP	25.08.2005
77.31	(3)	Stein Olav Christensen, SK Freidig	(57)	Brumunddal	02.07.2005

3000m hinder / steeplechase 91.4 cm (M45-49)

11:04.32	(1)	Tom-Roger Johansen, FIK BFG Fana	(59)	Ravnanger	25.06.2005
11:14.18	(2)	Atle Magnar Bones, Strindheim IL	(57)	Ravnanger	25.06.2005
11:19.34	(3)	Odd Elvanes, Hareid IL	(56)	Ravnanger	25.06.2005

Høyde / High Jump (M45-49)

1.64	(2)	Finn Pedersen, Tvedestrand T&IF	(58)	Brumunddal	02.07.2005
1.55	(1)	Dag Kåshagen, Moelv IL	(60)	Moelv	18.09.2005
1.50	(1)	Trond Rosnes, Osterøy IL	(59)	Hatland	26.09.2005
1.45	(1)	Atle Magnar Bones, Strindheim IL	(57)	Malvik	20.08.2005
1.45	(1)	Pål Meistad, Leinstrand IL	(57)	Gjøvik	26.08.2005
1.43	(1)	Magne Brakstad, IL Gular	(58)	Knarvik	08.10.2005
1.37	(3)	Ole Viken, FIK BFG Fana	(60)	Knarvik	08.10.2005
1.35		Stein Olav Christensen, SK Freidig	(57)	Clermont-Ferrand, FRA	16.06.2005

Utenfor NFIF / Club outside NAA:

1.40	(2)	Henning Grøndalen, Postbanken Gjøvik	(59)	Gjøvik	26.08.2005
1.40	(3)	Viggo Skjæran, Bærumsposten	(57)	Gjøvik	26.08.2005

Stav / Pole Vault (M45-49)

3.70	(1)	Bjørn Morten Moss, Tønsberg FIK	(60)	Tønsberg	08.10.2005
2.70	(2)	Stein Olav Christensen, SK Freidig	(57)	Brumunddal	03.07.2005
2.40	(1)	Harald Heier, Laksevåg T&IL	(56)	Ravnanger	24.06.2005
2.32	(1)	Trond Rosnes, Osterøy IL	(59)	Hatland	23.10.2005
2.12	(1)	Dag Kåshagen, Moelv IL	(60)	Moelv	26.08.2005

Lengde / Long Jump (M45-49)

6.27	+0,0	(1)	Stein Tore Klungland, Asker SK	(58)	Brumunddal	01.07.2005
5.64			Pål Meistad, Leinstrand IL	(57)	Gjøvik	27.08.2005
5.50			Finn Pedersen, Tvedestrand T&IF	(58)	Søgne	23.09.2005
5.25			Stein Olav Christensen, SK Freidig	(57)	Clermont-Ferrand, FRA	16.06.2005
5.18	-2,1	(5)	Johan Andreas Løland, IL Skjalg	(59)	Brumunddal	01.07.2005
4.83	+1,4	(1)	Ole Viken, FIK BFG Fana	(60)	Knarvik	08.10.2005
4.79	+2,0	(1)	Terje Olav Fjeldheim, Kongsberg IF	(56)	Notodden	11.05.2005
4.60	+0,0	(1)	Trond Rosnes, Osterøy IL	(59)	Hatland	18.07.2005
4.58	0,5	(3)	Magne Brakstad, IL Gular	(58)	Knarvik	08.10.2005
4.50	+0,8	(5)	Kjell-Eirik Mikkelsen, Ask Friidrett (10)	(56)	Ravnanger	25.05.2005
4.46		(12)	Bjørn Fluge, Ask Friidrett	(60)	Ravnanger	13.07.2005

Utenfor NFIF / Club outside NAA:

4.35		(2)	Bjørn Helge Holte, Brevpost BIL	(59)	Gjøvik	27.08.2005
------	--	-----	---------------------------------	------	--------	------------

Medvind / Wind-assisted:

4.80	+3,2	(2)	Øvind Bernes, Mjøsdalen IL	(58)	Knarvik	08.10.2005
------	------	-----	----------------------------	------	---------	------------

Tresteg / Triple Jump (M45-49)

13.10	+1,4	(1)	Stein Tore Klungland, Asker SK	(58)	Ravnanger	26.06.2005
11.79		(1)	Finn Pedersen, Tvedestrand T&IF	(58)	Vågsbygd	11.09.2005
10.78	+1,2	(-)	Stig Wemundstad, Strindheim IL	(57)	Ravnanger	26.06.2005
10.58		(3)	Kjell-Eirik Mikkelsen, Ask Friidrett	(56)	Fana	20.07.2005
10.07	+1,5	(1)	Ole Viken, FIK BFG Fana	(60)	Knarvik	09.10.2005
9.80	+1,1	(1)	Trond Rosnes, Osterøy IL	(59)	Hatland	15.08.2005
9.35		(1)	Arvid Hauge, Eikanger IL	(60)	Ostereidet	13.09.2005
8.90		(1)	Egil Lehne, Mandal og Halse IL	(59)	Vågsbygd	04.05.2005

Utenfor NFIF / Club outside NAA:

9.65	+0,8	(1)	Hallgeir Nordahl, Cowi	(57)	Oslo/Tr	07.09.2005
------	------	-----	------------------------	------	---------	------------

Medvind / Wind-assisted:

11.33	+2,2	(2)	Stig Wemundstad, Strindheim IL	(57)	Ravnanger	26.06.2005
-------	------	-----	--------------------------------	------	-----------	------------

Kule / Shot Put 7.26 kg (M45-49)

14.64	(m)	Karl Jørgen Hoff, Spydeberg IL	(59)	Oslo/So	07.05.2005
12.78	(1)	Tor Skotaam, IF Urædd	(58)	Porsgrunn	15.06.2005
12.40	(1)	Lars Erik Moe, Frol IL	(58)	Levanger	18.09.2005
11.68	(2)	Kjetil Heiland Sørensen, Heggedal FIK	(57)	Heggedal/Torpv. 34	13.08.2005
11.50	(1)	Pål Ivar Holm, FIK BFG Fana	(60)	Knarvik	09.10.2005
11.30	(1)	Narve Hoff, Ålesund FIK	(57)	Ålesund	19.10.2005
10.87	(1)	Asbjørn Solfjeld, Tvedestrand T&IF	(59)	Øyestad	11.06.2005
10.80	(1)	Egil Lehne, Mandal og Halse IL	(59)	Vågsbygd	04.05.2005
10.80	(3)	Roar Svåsand, Laksevåg T&IL	(60)	Ravnanger	24.06.2005
10.76	(1)	Finn Pedersen, Tvedestrand T&IF	(58)	Vågsbygd	19.06.2005
		(10)			
10.55	(1)	Arnfinn Wiken, Kongsberg IF	(56)	Geithus	09.10.2005
10.29	(2)	Atle Hjort-Larsen, Nesodden IF	(59)	Nesodden	11.09.2005
9.63		Stein Olav Christensen, SK Freidig	(57)	Clermont-Ferrand, FRA	17.06.2005
9.33	(1)	Magne Brakstad, IL Gular	(58)	Ostereidet	14.06.2005

Ubekreftet / Not confirmed:

12.50		Kjetil Heiland Sørensen, Heggedal FIK	(57)		
-------	--	---------------------------------------	------	--	--

Diskos / Discus Throw 2.0 kg (M45-49)

55.75	(1)	Svein Inge Valvik, IF Urædd	(56)	Lørenskog	04.07.2005
41.25	(m)	Karl Jørgen Hoff, Spydeberg IL	(59)	Oslo/So	07.05.2005
40.05	(2)	Anders Hoff, Strindheim IL	(56)	Trondheim/St	08.10.2005
36.19	(3)	Tore Hegdahl, Byåsen IL	(56)	Trondheim/St	08.10.2005
33.70	(3)	Dag Thomassen, Herkules Friidrett	(60)	Porsgrunn	14.06.2005
32.18	(1)	Narve Hoff, Ålesund FIK	(57)	Ålesund	19.10.2005
31.49	(4)	Karl K. Marthinussen, SK Vidar	(60)	Porsgrunn	14.06.2005
31.18	(m)	Finn Pedersen, Tvedestrand T&IF	(58)	Tønsberg	30.04.2005
30.78	(1)	Magne Brakstad, IL Gular	(58)	Bergen/Sk	09.05.2005
30.51	(1)	Asbjørn Solfjeld, Tvedestrand T&IF	(59)	Øyestad	10.06.2005
		(10)			
30.20	(1)	Pål Ivar Holm, FIK BFG Fana	(60)	Bergen/Sk	24.05.2005
29.59	(1)	Roar Svåsand, Laksevåg T&IL	(60)	Bergen/Sk	07.06.2005
25.51	(3)	Dagfinn Holm, Modum FIK	(56)	Geithus	05.09.2005
25.01	(1)	Harald Heier, Laksevåg T&IL	(56)	Knarvik	02.04.2005

Slegge / Hammer Throw 7.26 kg (M45-49)

53.19	(1)	Karl K. Marthinussen, SK Vidar	(60)	Porsgrunn	14.06.2005
49.95	(1)	Amund Vaagen, Fræna FIK	(59)	Elnesvågen	31.05.2005
44.05	(m)	Karl Jørgen Hoff, Spydeberg IL	(59)	San Sebastian, ESP	03.09.2005
41.17	(1)	Anders Hoff, Strindheim IL	(56)	Trondheim/Da	10.08.2005
37.60	(1)	Magne Brakstad, IL Gular	(58)	Bergen/Sk	26.07.2005
34.61	(3)	Dag Thomassen, Herkules Friidrett	(60)	Porsgrunn	14.06.2005
32.49	(1)	Roger Hollup, Trondheim Friidrett	(59)	Trondheim/St	03.08.2005
27.81	(2)	Roar Svåsand, Laksevåg T&IL	(60)	Knarvik	08.10.2005
26.65	(1)	Finn Pedersen, Tvedestrand T&IF	(58)	Vågsbygd	11.09.2005
26.61	(1)	Harald Heier, Laksevåg T&IL	(56)	Knarvik	02.04.2005
		(10)			
26.30	(1)	Arvid Hauge, Eikanger IL	(60)	Ostereidet	13.09.2005
24.01	(1)	Torfinn Sandbakk, Nordre Trysil IL	(58)	Løten	10.09.2005

Spyd / Javelin Throw 800 g (M45-49)

56.72	(1)	John Solem, Hegra IL	(60)	Stjørdal	11.06.2005
51.95	(m)	Karl Jørgen Hoff, Spydeberg IL	(59)	San Sebastian, ESP	03.09.2005
51.64	(2)	Per Erling Olsen, SK Vidar	(59)	Asker	30.07.2005
49.55	(1)	Arnfinn Wiken, Kongsberg IF	(56)	Geithus	05.09.2005
49.30	(1)	Narve Hoff, Ålesund FIK	(57)	Ålesund	19.10.2005
46.36	(1)	Pål Ivar Holm, FIK BFG Fana	(60)	Bergen/Sk	16.08.2005
46.15	(1)	Hermod Flaas, IL Valder	(57)	Ålesund	14.08.2005
46.12	(1)	Finn Pedersen, Tvedestrand T&IF	(58)	Vågsbygd	19.06.2005
40.67	(1)	Atle Hjort-Larsen, Nesodden IF	(59)	Nesodden	11.09.2005
39.08	(2)	Roar Svåsand, Laksevåg T&IL	(60)	Ravnanger	26.06.2005
		(10)			
38.79	(3)	Stein Olav Christensen, SK Freidig	(57)	Brumunddal	03.07.2005
33.95	(1)	Øystein Borge, Osterøy IL	(56)	Hatland	25.04.2005
33.30	(1)	Geir Thygesen, IL Korlevoll-Odda	(56)	Odda	09.06.2005
33.05	(3)	Jarle Habbestad, Stord IL	(59)	Ravnanger	26.06.2005
32.62	(4)	Magne Brakstad, IL Gular	(58)	Ravnanger	26.06.2005
30.60	(5)	Dagfinn Holm, Modum FIK	(56)	Geithus	05.09.2005
30.36	(4)	Bjørn Fluge, Ask Friidrett	(60)	Ravnanger	13.07.2005
30.08	(2)	Eivind Tokheim, IL Korlevoll-Odda	(58)	Odda	09.06.2005

Utenfor NFIF / Club outside NAA:

37.99	(1)	Bjørn Helge Holte, Brevpost BIL	(59)	Gjøvik	27.08.2005
-------	-----	---------------------------------	------	--------	------------

Vekt / Weight Throw 15.88 kg (M45-49)

13.78	(2)	Karl Jørgen Hoff, Spydeberg IL	(59)	Brumunddal	01.07.2005
13.01	(3)	Amund Vaagen, Fræna FIK	(59)	Brumunddal	01.07.2005
11.84	(1)	Magne Brakstad, IL Gular	(58)	Bergen/Sk	26.07.2005
10.14	(m)	Finn Pedersen, Tvedestrand T&IF	(58)	Tønsberg	30.04.2005
9.46	(2)	Roar Svåsand, Laksevåg T&IL	(60)	Knarvik	09.10.2005
6.71	(3)	Pål Ivar Holm, FIK BFG Fana	(60)	Knarvik	09.10.2005

Sannsynligvis ikke / Probably not 15.88 kg:

12.70	(1)	Egil Lehne, Mandal og Halse IL	(59)	Vågsbygd	04.05.2005
-------	-----	--------------------------------	------	----------	------------

5-kamp / Pentathlon (M45-49)

2545	(4)	Bjørn Fluge, Ask Friidrett (4.46-30.36-25.70-21.30-5:26.40) /+1,7/+1,8	(60)	Ravnanger	13.07.2005
------	-----	---	------	-----------	------------

Kast-5-kamp / Weight Pentathlon (M45-49)

3705	(3)	Karl Jørgen Hoff, Spydeberg IL (44.05-13.38-38.27-51.95-12.95)	(59)	San Sebastian, ESP	03.09.2005
2627	(2)	Finn Pedersen, Tvedestrand T&IF (26.63-10.17-31.18-41.93-10.14)	(58)	Tønsberg	30.04.2005
2594	(3)	Magne Brakstad, IL Gular (35.38-9.22-30.06-30.90-11.41)	(58)	Tønsberg	30.04.2005
2416	(1)	Roar Svåsand, Laksevåg T&IL (27.00-10.18-26.26-38.20-9.37)	(60)	Bergen/Sk	22.10.2005