

Norge / Norway: 2009 - Innendørs / Indoor**Menn / Men 70-74 år / years**

pr. 30.06.2009 (oppdatert / updated 16.12.2009)

g - Grop / Pit (for hopp u.t. / Standing Jump Events)
u - Utendørs / Outdoor (for hopp u.t. / Standing Jump Events)**60m (M70-74)**

Manuelle tider / Handtiming:

8.7	(1)	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Drammen	08.03.2009
8.8	(2)	Fred Roy Huth, Lørenskog FIL	(39)	Drammen	08.03.2009
9.2	(3)	Gunnar Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Drammen	08.03.2009
9.4	(4)	Kjartan Sølvsberg, Sandefjord T&IF	(36)	Drammen	08.03.2009
10.0	(5)	Henry Opland, IL Norodd	(36)	Drammen	08.03.2009
10.3	(6)	Norvald Nilsen, IF Hellas	(35)	Drammen	08.03.2009

100m (M70-74)

Manuelle tider / Handtiming:

13.8	(1)	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Drammen	07.03.2009
16.0	(2)	Henry Opland, IL Norodd	(36)	Drammen	07.03.2009
16.8	(3)	Norvald Nilsen, IF Hellas	(35)	Drammen	07.03.2009

1000m (M70-74)

4:09.52	(m)	Kjartan Sølvsberg, Sandefjord T&IF	(36)	Ancona, ITA	26.03.2009
4:14.82	(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Ancona, ITA	26.03.2009

60m hekk / hurdles 76.2 cm (M70-74)

10.91	(1)	Kjartan Sølvsberg, Sandefjord T&IF	(36)	Ancona, ITA	28.03.2009
10.94	(2)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Ancona, ITA	28.03.2009

Manuelle tider / Handtiming:

10.7	(1)	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Drammen	07.03.2009
10.8	(2)	Kjartan Sølvsberg, Sandefjord T&IF	(36)	Drammen	07.03.2009
11.6	(3)	Gunnar Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Drammen	07.03.2009

Høyde / High Jump (M70-74)

1.36	(m)	Kjartan Sølvsberg, Sandefjord T&IF	(36)	Ancona, ITA	26.03.2009
1.30	(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Ancona, ITA	26.03.2009
1.27	(2)	Gunnar Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Drammen	08.03.2009
1.24	(3)=	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Drammen	08.03.2009
1.24	(3)=	John Arve Johansen, Ullensaker/Kisa IL	(36)	Drammen	08.03.2009

Høyde u.t. / Standing High Jump (M70-74)

1.23	(1)	Gunnar Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Tønsberg	07.02.2009
1.20	(1)	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Oslo/Ek	24.02.2009
1.15	(1)	Kjell Fossen, IL Fri	(39)	Laksevåg	10.01.2009
1.10	(1)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Kinsarvik	28.01.2009
1.08	(2)	Kjartan Sølvsberg, Sandefjord T&IF	(36)	Tønsberg	07.02.2009
0.95	(1)	Sverre Øfstaas, Moelven IL	(39)	Moelv	24.03.2009

Stav / Pole Vault (M70-74)

2.60	(4)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Ancona, ITA	25.03.2009
2.20	(1)	John Arve Johansen, Ullensaker/Kisa IL	(36)	Drammen	07.03.2009
2.00	(2)	Kjartan Sølvsberg, Sandefjord T&IF	(36)	Drammen	07.03.2009
1.93	(1)	Sverre Øfstaas, Moelven IL	(39)	Moelv	24.03.2009

Lengde / Long Jump (M70-74)

4.09	(m)	Kjartan Sølvsberg, Sandefjord T&IF	(36)	Ancona, ITA	26.03.2009
3.97	(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Ancona, ITA	26.03.2009

Lav grop / Low pit:

4.36	(1)	Gunnar Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Drammen	07.03.2009
4.17	(2)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Drammen	07.03.2009
4.10	(3)	Kjartan Sølvsberg, Sandefjord T&IF	(36)	Drammen	07.03.2009
4.09	(4)	John Arve Johansen, Ullensaker/Kisa IL	(36)	Drammen	07.03.2009

Lengde u.t. / Standing Long Jump (M70-74)

2.53	(1)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Laksevåg	10.01.2009
2.49	(1)	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Oslo/Ek	11.02.2009
2.46	(1)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Drammen	07.03.2009
2.37	(2)	Gunnar Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Tønsberg	07.02.2009
2.19	(2)	Kjell Fossen, IL Fri	(39)	Laksevåg	10.01.2009
1.93	(1)	Einar Skjerping, Laksevåg T&IL	(39)	Laksevåg	27.03.2009
1.72	(1)	Nils Langhelle, IL Fri	(39)	Garnes	16.02.2009

Tresteg / Triple Jump (M70-74)

Lav grop / Low pit:

9.06	(1)	Gunnar Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Drammen	08.03.2009
8.85	(2)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Drammen	08.03.2009
8.52	(3)	John Arve Johansen, Ullensaker/Kisa IL	(36)	Drammen	08.03.2009

Kule / Shot Put 4.0 kg (M70-74)

12.68	(1)	Kjell Fossen, IL Fri	(39)	Drammen	08.03.2009
12.15	(m)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Ancona, ITA	26.03.2009
11.57	(3)	Erik Gran, Heggedal FIK	(36)	Drammen	08.03.2009
10.27	(4)	Reidar Thomassen, Oslo IL	(36)	Drammen	08.03.2009
10.26	(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Ancona, ITA	26.03.2009
9.52	(1)	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Oslo/Ek	11.02.2009

5-kamp / Pentathlon (M70-74)

4118	(1)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF (11.19-4.09-12.15-1.36-4:09.52)	(36)	Ancona, ITA	26.03.2009
3783	(4)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF (11.22-3.97-10.26-1.30-4:14.82)	(37)	Ancona, ITA	26.03.2009