

Norge / Norway: 2009 - Utendørs / Outdoor**Menn / Men 75-79 år / years**

pr. 31.12.2009 (oppdatert / updated 04.01.2010)

60m (M75-79)

12.27	+1,4	(1)	Bjørn Håkonsen, Fossum IF	(31)	Oslo/La	06.10.2009
-------	------	-----	---------------------------	------	---------	------------

Manuelle tider / Handtiming:

12.0	+1,0	(1)	Olav Zachariassen, Flekkefjord IF	(32)	Lyngdal	19.05.2009
12.6		(1)	Paul Undheim, Porsanger IL	(34)	Lakselv	04.08.2009

100m (M75-79)

15.55	-2,1	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Moss	21.08.2009
16.47	-2,1	(2)	Arvid Fjærli, IL Norodd	(32)	Moss	21.08.2009
17.30	+0,4	(1)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Molde	13.06.2009
18.20	-2,1	(3)	Helge Idar Andersen, Teie IF	(32)	Moss	21.08.2009
18.34	-2,1	(4)	Kjell Meum, Oslo IL	(31)	Moss	21.08.2009
21.78	+0,8	(1)	Leif Bjørdal, IL Gular	(30)	Knarvik	11.10.2009

Medvind / Wind-assisted:

14.90	+2,2	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Tønsberg	08.07.2009
15.42	+2,4	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Larvik/Lo	03.06.2009
17.73	+2,2	(2)	Brynjar Røgeberg, Sandefjord T&IF	(34)	Tønsberg	08.07.2009

Manuelle tider / Handtiming:

14.8	+0,3	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Sande	09.09.2009
16.7	+0,3	(2)	Brynjar Røgeberg, Sandefjord T&IF	(34)	Sande	09.09.2009
18.5	+1,9	(1)	Bjørn Håkonsen, Fossum IF	(31)	Ski	03.06.2009

200m (M75-79)

31.57	-0,3	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Tønsberg	25.08.2009
34.96	-1,0	(2)	John Broholt, Oslo IL	(34)	Moss	22.08.2009
35.00	-1,0	(3)	Arvid Fjærli, IL Norodd	(32)	Moss	22.08.2009
37.00	-0,6	(1)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Molde	14.06.2009
40.47	-1,0	(4)	Kjell Meum, Oslo IL	(31)	Moss	22.08.2009
46.34	-0,9	(1)	Olav Zachariassen, Flekkefjord IF	(32)	Søgne	24.09.2009

Manuelle tider / Handtiming:

Manglende informasjon om vind / Wind-data missing:

43.3		(1)	Olav Zachariassen, Flekkefjord IF	(32)	Vågsbygd	13.09.2009
------	--	-----	-----------------------------------	------	----------	------------

400m (M75-79)

80.14		(1)	Andor Sandsmark, GTI	(34)	Moss	23.08.2009
94.16		(m)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Lahti, FIN	28.07.2009

800m (M75-79)

3:10.37		(1)	Andor Sandsmark, GTI	(34)	Moss	22.08.2009
4:16.2		(1)	Karsten Antonsen, Raumnes & Årnes IL	(33)	Jessheim	19.09.2009
4:23.3		(2)	Ivar Magne Tangen, Høland IL	(30)	Lørenfallet	02.06.2009

1000m (M75-79)

5:53.7		(12)MS	Magnar Edvind Almlie, Forra IL	(33)	Stjørdal	17.06.2009
--------	--	--------	--------------------------------	------	----------	------------

1500m (M75-79)

6:32.78		(1)	Andor Sandsmark, GTI	(34)	Moss	23.08.2009
8:16.4		(12)MS	Magnar Edvind Almlie, Forra IL	(33)	Stjørdal	19.08.2009
8:51.2		(1)	Karsten Antonsen, Raumnes & Årnes IL	(33)	Jessheim	04.06.2009
8:51.8		(2)	Per Engh, Nannestad SK	(33)	Jessheim	04.06.2009
9:56.18		(m)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Lahti, FIN	29.07.2009
11:22.2		(1)	Arnulf Rekkebo, Hommelvik IL	(31)	Stjørdal	19.08.2009

3000m (M75-79)

14:31.0		(1)	Ingolf Østmo, Aurskog-Høland FIL	(34)	Lørenfallet	08.09.2009
20:48.0		(1)	Jostein Totland, IL Stjørdals-Blink	(32)	Stjørdal	17.06.2009
21:02.0		(2)	Arnulf Rekkebo, Hommelvik IL	(31)	Stjørdal	17.06.2009

80m hekk / hurdles 76.2 cm (M75-79)

17.47	-0,8	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Moss	23.08.2009
18.54	-0,8	(2)	Brynjar Røgeberg, Sandefjord T&IF	(34)	Moss	23.08.2009
18.62	-0,8	(3)	Helge Idar Andersen, Teie IF	(32)	Moss	23.08.2009
22.16	-0,8	(m)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Lahti, FIN	29.07.2009
37.98	-0,8	(4)	Toralf Berthelsen, IL Andøygutten	(33)	Moss	23.08.2009

300m hekk / hurdles 68.6 cm (M75-79)

64.42		(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Moss	22.08.2009
69.94		(2)	John Broholt, Oslo IL	(34)	Moss	22.08.2009
92.40		(3)	Toralf Berthelsen, IL Andøygutten	(33)	Moss	22.08.2009

Høyde / High Jump (M75-79)

1.33		(1)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Moss	22.08.2009
1.24		(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Sande	09.09.2009
1.21		(2)	Brynjar Røgeberg, Sandefjord T&IF	(34)	Sande	09.09.2009
1.20		(1)	Trygve Monstad, IL Gular	(31)	Knarvik	10.10.2009
1.18		(3)=	Einar Modolf Viken, IL Hållingen	(34)	Moss	22.08.2009
1.15		(5)	Wilhelm K. Trym, Stavanger IF	(33)	Moss	22.08.2009
1.15		(2)	Gunnar Tellevik, Ask Friidrett	(33)	Knarvik	10.10.2009
1.06		(6)	Kjell Meum, Oslo IL	(31)	Moss	22.08.2009
1.00		(1)	Bjørn Håkonsen, Fossum IF	(31)	Ski	03.06.2009

Stav / Pole Vault (M75-79)

2.10		(1)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Moss	21.08.2009
1.90		(2)	Einar Modolf Viken, IL Hållingen	(34)	Moss	21.08.2009

Lengde / Long Jump (M75-79)

3.70	+1,3	(1)	Einar Modolf Viken, IL Hållingen	(34)	Moss	21.08.2009
3.69	+1,0	(2)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Moss	21.08.2009
3.54	+0,4	(1)	Brynjar Røgeberg, Sandefjord T&IF	(34)	Sande	09.09.2009
3.34	+1,1	(m)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Lahti, FIN	28.07.2009
3.18	+1,0	(1)	Trygve Monstad, IL Gular	(31)	Knarvik	10.10.2009
3.14	+0,8	(4)	Kjell Meum, Oslo IL	(31)	Moss	21.08.2009
3.11	0+3	(1)	Gunnar Tellevik, Ask Friidrett	(33)	Ravnanger	09.09.2009

Tresteg / Triple Jump (M75-79)

8.57	+0,9	(1)	Einar Modolf Viken, IL Hållingen	(34)	Moss	23.08.2009
7.92	+1,3	(2)	John Broholt, Oslo IL	(34)	Moss	23.08.2009
7.62	+0,0	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Tønsberg	25.08.2009
7.60	-1,7	(-)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Molde	14.06.2009
7.17	+0,5	(1)	Trygve Monstad, IL Gular	(31)	Knarvik	11.10.2009
6.89	+2,0	(4)	Brynjar Røgeberg, Sandefjord T&IF	(34)	Moss	23.08.2009
6.51		(1)	Magne Sund, Lånke IL	(30)	Tønsås	25.06.2009

Medvind / Wind-assisted:

7.65	+3,0	(1)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Molde	14.06.2009
------	------	-----	---------------------------	------	-------	------------

Kule / Shot Put 4.0 kg (M75-79)

11.29		(1)	Leif Emil Gundersrud, Oslo IL	(34)	Jessheim	15.09.2009
10.74		(2)	Tarald Rui, Lørenskog FIL	(33)	Jessheim	15.09.2009
10.37		(1)	Arne Sæther, Heggedal FIK	(31)	Jessheim	28.05.2009
9.48		(1)	Haldor Helland, IL Trio	(32)	Husnes	07.08.2009
9.47		(3)	Bjarne Guneriusen, Ullensaker/Kisa IL	(34)	Jessheim	15.09.2009
9.05		(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Tønsberg	08.07.2009
8.64		(1)	Magne Sund, Lånke IL	(30)	Stjørtdal	07.06.2009
8.62		(3)	Wilhelm K. Trym, Stavanger IF	(33)	Moss	21.08.2009
8.59		(m)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Lahti, FIN	28.07.2009
8.52		(1)	Trygve Monstad, IL Gular	(31)	Knarvik	11.10.2009
		(10)				
8.40		(m)	Brynjar Røgeberg, Sandefjord T&IF	(34)	Sandefjord	12.08.2009
7.89		(1)	Bernt Bye, Veldre Friidrett	(30)	Løten	22.08.2009
7.56		(4)	Toralf Berthelsen, IL Andøygutten	(33)	Moss	21.08.2009
7.54		(2)	Alf Buch, Tønsberg FIK	(32)	Tønsberg	08.07.2009
7.32		(2)	Øystein Tullerud, Oslo IL	(32)	Jessheim	28.05.2009
7.25		(1)	Karsten Antonsen, Raumnes & Årnes IL	(33)	Årnes	27.05.2009
7.10		(2)	Leif Bjordal, IL Gular	(30)	Knarvik	11.10.2009
6.95		(m)	Gunnar Tellevik, Ask Friidrett	(33)	Bergen/Sk	03.10.2009
6.83		(m)	John Broholt, Oslo IL	(34)	Oslo/La	02.05.2009
6.75		(1)	Bjørn Håkonsen, Fossum IF	(31)	Nadderud	10.10.2009
		(20)				
6.68		(2)	Tjerand Lunde, IL Trio	(34)	Husnes	24.06.2009
6.52		(1)	Kåre Skailand, GTI	(33)	Vågsbygd	14.06.2009
6.00		(2)	Per Sandø, Hannevikas IL	(32)	Vågsbygd	14.06.2009

Diskos / Discus Throw 1.0 kg (M75-79)

36.02	(2)	Leif Emil Gundersrud, Oslo IL	(34)	Huddinge, SWE	27.06.2009
33.63	(1)	Gunnar Tellevik, Ask Friidrett	(33)	Bergen/Sk	24.10.2009
29.92	(2)	Arne Sæther, Heggedal FIK	(31)	Heggedal/Ka	13.08.2009
28.35	(1)	Kåre Skailand, GTI	(33)	Vågsbygd	13.09.2009
27.62	(5)	Einar Modolf Viken, IL Hållingen	(34)	Moss	22.08.2009
26.66	(1)	Magne Sund, Lånke IL	(30)	Tønsås	07.05.2009
26.31	(1)	Jørgen M. Holme, Gloppen FIL	(31)	Hyen	14.10.2009
25.82	(m)	Alf Buch, Tønsberg FIK	(32)	Tønsberg	25.04.2009
25.67	(2)	Olav Zachariassen, Flekkefjord IF	(32)	Vågsbygd	13.09.2009
25.50	(m)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Lahti, FIN	29.07.2009
		(10)			
24.92	(1)	Haldor Helland, IL Trio	(32)	Husnes	07.08.2009
24.38	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Tønsberg	02.06.2009
23.23	(1)	Øystein Tullerud, Oslo IL	(32)	Ski	03.06.2009
22.92	(2)	Trygve Monstad, IL Gular	(31)	Knarvik	10.10.2009
22.58	(2)	Brynjar Røgeberg, Sandefjord T&IF	(34)	Sem	11.06.2009
22.17	(7)	Wilhelm K. Trym, Stavanger IF	(33)	Moss	22.08.2009
22.15	(1)	Leiv Mjelde, Osterøy IL	(34)	Hatland	24.08.2009
21.22	(1)	Bernt Bye, Veldre Friidrett	(30)	Løten	22.08.2009
20.47	(3)	Harry Tvedt, IL Gular	(33)	Knarvik	10.10.2009
18.80	(1)	Tjerand Lunde, IL Trio	(34)	Husnes	05.09.2009
		(20)			
18.45	(8)	Toralf Berthelsen, IL Andøygutten	(33)	Moss	22.08.2009
17.24	(m)	John Broholt, Oslo IL	(34)	Oslo/La	02.05.2009
16.75	(1)	Per Sandø, Hannevikas IL	(32)	Vågsbygd	14.10.2009
16.00	(1)	Bjørn Håkonsen, Fossum IF	(31)	Nadderud	10.10.2009

Slegge / Hammer Throw 4.0 kg (M75-79)

35.90	(1)	Gunnar Tellevik, Ask Friidrett	(33)	Bergen/Sk	23.06.2009
34.96	(1)	Arne Sæther, Heggedal FIK	(31)	Moss	22.08.2009
33.85	(2)	Leif Emil Gundersrud, Oslo IL	(34)	Huddinge, SWE	27.06.2009
31.20	(1)	Jørgen M. Holme, Gloppen FIL	(31)	Hyen	14.10.2009
29.78	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Tønsberg	06.06.2009
29.77	(1)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Midsund	09.08.2009
29.31	(1)	Alf Buch, Tønsberg FIK	(32)	Tønsberg	05.05.2009
22.05	(5)	Helge Idar Andersen, Teie IF	(32)	Moss	22.08.2009
21.81	(6)	Kåre Skailand, GTI	(33)	Moss	22.08.2009
21.14	(2)	Øystein Tullerud, Oslo IL	(32)	Jessheim	28.05.2009
		(10)			
20.83	(1)	Magne Sund, Lånke IL	(30)	Tønsås	08.08.2009
20.71	(m)	John Broholt, Oslo IL	(34)	Oslo/La	02.05.2009
19.76	(1)	Haldor Helland, IL Trio	(32)	Husnes	06.06.2009
19.15	(m)	Brynjar Røgeberg, Sandefjord T&IF	(34)	Sandefjord	12.08.2009
17.96	(1)	Bernt Bye, Veldre Friidrett	(30)	Løten	22.08.2009
16.97	(1)	Per Sandø, Hannevikas IL	(32)	Vågsbygd	16.09.2009
15.84	(2)	Tjerand Lunde, IL Trio	(34)	Husnes	03.06.2009

Spyd / Javelin Throw 500 g (M75-79)

31.09	(1)	Leif Emil Gundersrud, Oslo IL	(34)	Moss	23.08.2009
31.04	(1)	Bjarne Guneriussen, Ullensaker/Kisa IL	(34)	Jessheim	15.09.2009
29.28	(1)	Magne Sund, Lånke IL	(30)	Stjørdal	06.06.2009
25.11	(3)	Arne Sæther, Heggedal FIK	(31)	Moss	23.08.2009
22.70	(m)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Lahti, FIN	29.07.2009
19.97	(m)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Sem	11.06.2009
19.53	(m)	Alf Buch, Tønsberg FIK	(32)	Sem	11.06.2009
19.42	(m)	John Broholt, Oslo IL	(34)	Oslo/La	02.05.2009
19.03	(1)	Leif Bjørdal, IL Gular	(30)	Knarvik	11.10.2009
18.76	(2)	Øystein Tullerud, Oslo IL	(32)	Jessheim	28.05.2009
		(10)			
18.69	(3)	Brynjar Røgeberg, Sandefjord T&IF	(34)	Sem	11.06.2009
16.32	(4)	Toralf Berthelsen, IL Andøygutten	(33)	Moss	23.08.2009
16.19	(1)	Tjerand Lunde, IL Trio	(34)	Husnes	23.09.2009
15.70	(1)	Kåre Skailand, GTI	(33)	Vågsbygd	14.06.2009
15.17	(m)	Gunnar Tellevik, Ask Friidrett	(33)	Bergen/Sk	03.10.2009
14.14	(1)	Per Sandø, Hannevikas IL	(32)	Vågsbygd	12.08.2009

Spyd / Javelin Throw 600 g (M75-79)

20.68	(1)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Molde	13.06.2009
15.37	(1)	Bjørn Håkonsen, Fossum IF	(31)	Nadderud	10.10.2009

Vekt / Weight Throw 7.26 kg (M75-79)

13.64	(1)	Arne Sæther, Heggedal FIK	(31)	Heggedal/Ka	18.06.2009
13.54	(m)	Leif Emil Gundersrud, Oslo IL	(34)	Oslo/La	02.05.2009
13.46	(1)	Gunnar Tellevik, Ask Friidrett	(33)	Bergen/Sk	24.10.2009
12.96	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Tønsberg	10.10.2009
12.22	(3)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Drammen	07.03.2009
11.85	(1)	Jørgen M. Holme, Gloppen FIL	(31)	Hyen	14.10.2009
10.40	(1)	Halldor Helland, IL Trio	(32)	Husnes	06.06.2009
9.42	(m)	Alf Buch, Tønsberg FIK	(32)	Sem	11.06.2009
8.99	(m)	John Broholt, Oslo IL	(34)	Oslo/La	02.05.2009
8.91	(1)	Kåre Skailand, GTI	(33)	Vågsbygd	13.09.2009
		(10)			
8.75	(m)	Brynjar Røgeberg, Sandefjord T&IF	(34)	Sandefjord	12.08.2009
8.06	(m)	Øystein Tullerud, Oslo IL	(32)	Oslo/La	02.05.2009
7.35	(1)	Per Sandø, Hannevikas IL	(32)	Vågsbygd	22.04.2009
7.07	(2)	Tjerand Lunde, IL Trio	(34)	Husnes	06.06.2009

10-kamp / Decathlon (M75-79)

5189	(4)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Lahti, FIN	28-29.07.2009
		(17.44-3.34-8.59-1.27-94.16/22.16-25.50-1.90-22.70-9:56.18) / -1,4 / +1,1 / -0,8			

Kast-5-kamp / Weight Pentathlon (M75-79)

4334	(1)	Leif Emil Gundersrud, Oslo IL (29.33-10.86-34.53-28.15-13.54)	(34)	Oslo/La	02.05.2009
3778	(1)	Arne Sæther, Heggedal FIK (31.60-9.91-28.70-20.37-12.24)	(31)	Jessheim	15.09.2009
3505	(1)	Gunnar Tellevik, Ask Friidrett (32.91-6.95-29.04-15.17-13.36)	(33)	Bergen/Sk	03.10.2009
3342	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK (27.94-8.79-23.42-17.77-12.61)	(34)	Sandefjord	12.08.2009
2735	(2)	Alf Buch, Tønsberg FIK (24.46-7.23-19.21-19.53-9.42)	(32)	Sem	11.06.2009
2640	(2)	Brynjar Røgeberg, Sandefjord T&IF (19.15-8.40-21.97-17.00-8.75)	(34)	Sandefjord	12.08.2009
2551	(2)	Øystein Tullerud, Oslo IL (19.82-6.99-22.97-18.54-8.06)	(32)	Oslo/La	02.05.2009
2521	(1)	Kåre Skailand, GTI (19.52-6.02-28.05-14.27-8.30)	(33)	Lyngdal	19.09.2009
2482	(3)	John Broholt, Oslo IL (20.71-6.83-17.24-19.42-8.99)	(34)	Oslo/La	02.05.2009
1768	(2)	Per Sandø, Hannevikas IL (16.69-5.63-13.41-13.36-6.68)	(32)	Lyngdal	19.09.2009
		(10)			

Alternativt resultat / Alternative result:

4231	(1)	Leif Emil Gundersrud, Oslo IL (32.50-10.47-33.50-30.28-11.25)	(34)	Tønsberg	25.04.2009
3734	(2)	Arne Sæther, Heggedal FIK (31.46-10.22-26.16-24.48-11.01)	(31)	Tønsberg	25.04.2009
3339	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK (28.25-8.65-22.81-19.97-12.10)	(34)	Sem	11.06.2009