

**Norge / Norway: 2010 - Utendørs / Outdoor****Menn / Men 75-79 år / years**

pr. 31.12.2010 (oppdatert / updated 22.01.2011)

**60m (M75-79)**

12.72	+0,0	(1)	Bjørn Håkonsen, Fossum IF	(31)	Oslo/La	30.09.2010
-------	------	-----	---------------------------	------	---------	------------

## Manuelle tider / Handtiming:

11.3	-0,5	(1)	Johannes Mjøs, Mjøsdalen IL	(33)	Hosanger	28.06.2010
------	------	-----	-----------------------------	------	----------	------------

## Manglende informasjon om vind / Wind-data missing:

9.1		(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Larvik/Lo	26.05.2010
-----	--	-----	---------------------------	------	-----------	------------

**100m (M75-79)**

14.50	+0,2	(1)	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Florø	13.08.2010
14.70	+0,2	(2)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Florø	13.08.2010
16.09	+0,2	(3)	Arvid Fjærli, IL Norodd	(32)	Florø	13.08.2010
17.35	-0,6	(2)	Brynjar Røgeberg, Sandefjord T&IF	(34)	Tønsberg	30.06.2010
17.67	+0,2	(4)	Hølge Idar Andersen, Teie IF	(32)	Florø	13.08.2010
17.89	+1,6	(1)	Per Einar Sønnesyn, IL Gular	(32)	Indre Arna	03.10.2010
21.21	+1,0	(1)	Bjørn Håkonsen, Fossum IF	(31)	Lillestrøm	12.05.2010

## Manuelle tider / Handtiming:

14.4	+1,6	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Sande	08.09.2010
21.2	+0,4	(1)	Einar Kåre Ytrehus, Lillesand IL	(35)	Vågsbygd	13.06.2010

**200m (M75-79)**

30.55	+0,2	(1)	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Florø	14.08.2010
30.86	+0,2	(2)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Florø	14.08.2010
35.75	+0,2	(3)	John Broholt, Oslo IL	(34)	Florø	14.08.2010

## Manuelle tider / Handtiming:

35.6	+0,0	(2)	John Broholt, Oslo IL	(34)	Oslo/St	31.05.2010
53.4	+1,3	(1)	Bjørn Håkonsen, Fossum IF	(31)	Ski	28.07.2010

**800m (M75-79)**

3:25.44		(1)	Andor Sandsmark, GTI	(34)	Lyefjell	28.04.2010
3:39.1		(1)	Ingolf Østmo, Aurskog-Høland FIL	(34)	Lørenfallet	01.06.2010
3:43.68		(1)	Gunnar Arne Eckhoff, IL Norodd	(33)	Florø	14.08.2010
4:09.8		(1)	Per Engh, Nannestad SK	(33)	Jessheim	18.09.2010
5:26.8		(2)	Erik Noraker, Fet FIK	(35)	Jessheim	18.09.2010

**1000m (M75-79)**

5:11.6		(16)MS	Magnar Edvind Almli, Forra IL	(33)	Stjørdal	16.06.2010
--------	--	--------	-------------------------------	------	----------	------------

**1500m (M75-79)**

6:53.95		(1)	Aksel Røste, IL Runar	(35)	Florø	15.08.2010
7:38.71		(m)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Tønsberg	10.07.2010
7:43.65		(2)	Gunnar Arne Eckhoff, IL Norodd	(33)	Florø	15.08.2010
8:07.7		(1)	Per Engh, Nannestad SK	(33)	Jessheim	10.06.2010
8:24.4		(11)MS	Magnar Edvind Almli, Forra IL	(33)	Stjørdal	18.08.2010
9:32.0		(2)	Jan Ingvar Halvorsen, Eidsvold Værk SK	(35)	Jessheim	10.06.2010
9:35.2		(1)	Jostein Totland, IL Stjørdals-Blink	(32)	Stjørdal	18.08.2010
10:58.2		(3)	Erik Noraker, Fet FIK	(35)	Jessheim	10.06.2010
12:01.3		(17)MS	Arnulf Rekkebo, Hommelvik IL	(31)	Stjørdal	18.08.2010

**3000m (M75-79)**

14:27.02		(1)	Aksel Røste, IL Runar	(35)	Florø	13.08.2010
14:30.0		(1)	Ingolf Østmo, Aurskog-Høland FIL	(34)	Lørenfallet	07.09.2010
16:16.90		(2)	Gunnar Arne Eckhoff, IL Norodd	(33)	Florø	13.08.2010
19:08.4		(1)	Jostein Totland, IL Stjørdals-Blink	(32)	Stjørdal	16.06.2010

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

15.25	-0,7	(1)	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Florø	15.08.2010
20.64	-0,7	(2)	Hølge Idar Andersen, Teie IF	(32)	Florø	15.08.2010
25.92	-0,7	(3)	Toralf Berthelsen, IL Andøygutten	(33)	Florø	15.08.2010

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

59.87		(1)	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Florø	14.08.2010
63.32		(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Tønsberg	16.10.2010
101.09		(2)	Toralf Berthelsen, IL Andøygutten	(33)	Florø	14.08.2010

## Manuelle tider / Handtiming:

59.5	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Tønsberg	30.10.2010
------	-----	---------------------------	------	----------	------------

**2000m hinder / steeplechase 76.2 cm (M75-79)**

10:26.21	(1)	Aksel Røste, IL Runar	(35)	Florø	14.08.2010
----------	-----	-----------------------	------	-------	------------

**Høyde / High Jump (M75-79)**

1.30	(1)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Florø	14.08.2010
1.27	(2)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Florø	14.08.2010
1.21	(3)	Einar Modolf Viken, IL Hållingen	(34)	Florø	14.08.2010
1.19	(2)	Brynjar Røgeberg, Sandefjord T&IF	(34)	Sande	08.09.2010
1.15	(1)	Gunnar Tellevik, Ask Friidrett	(33)	Indre Arna	02.10.2010
1.10	(1)	Wilhelm K. Trym, Stavanger IF	(33)	Sandnes	08.07.2010
0.85	(1)	Bjørn Håkonsen, Fossum IF	(31)	Sofiemyr	31.08.2010

**Stav / Pole Vault (M75-79)**

1.90	(1)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Elnesvågen	27.06.2010
1.60	(2)	Einar Modolf Viken, IL Hållingen	(34)	Florø	13.08.2010

**Lengde / Long Jump (M75-79)**

3.77	+0,0	(1)	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Oslo/St	31.05.2010
3.75	+0,1	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Sande	08.09.2010
3.57	+0,8	(1)	John Broholt, Oslo IL	(34)	Florø	13.08.2010
3.53	+0,1	(2)	Einar Modolf Viken, IL Hållingen	(34)	Florø	13.08.2010
3.44	+0,9	(3)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Florø	13.08.2010
3.31	+0,8	(4)	Arvid Fjærli, IL Norodd	(32)	Florø	13.08.2010
3.28	+0,0	(2)	Brynjar Røgeberg, Sandefjord T&IF	(34)	Sande	08.09.2010
2.60	-0,5	(1)	Johannes Mjøs, Mjøsdaalen IL	(33)	Hosanger	28.06.2010
1.80	+0,0	(3)	Bjørn Håkonsen, Fossum IF	(31)	Oslo/St	31.05.2010

**Tresteg / Triple Jump (M75-79)**

8.57	+0,8	(1)	Einar Modolf Viken, IL Hållingen	(34)	Florø	15.08.2010
8.25	+0,8	(2)	John Broholt, Oslo IL	(34)	Florø	15.08.2010
7.36	+0,4	(-)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Florø	15.08.2010
7.20	+0,0	(1)	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Oslo/La	30.09.2010
6.01	+0,2	(1)	Gunnar Tellevik, Ask Friidrett	(33)	Indre Arna	03.10.2010
5.45	+0,4	(4)	Toralf Berthelsen, IL Andøygutten	(33)	Florø	15.08.2010

## Medvind / Wind-assisted:

7.37	+2,5	(3)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Florø	15.08.2010
------	------	-----	---------------------------	------	-------	------------

**Kule / Shot Put 4.0 kg (M75-79)**

11.23	(m)	Tarald Rui, Lørenskog FIL	(33)	Heggedal/Ka	28.08.2010
11.16	(1)	Leif Emil Gundersrud, Oslo IL	(34)	Heggedal/Ka	19.08.2010
10.13	(m)	Arne Sæther, Heggedal FIK	(31)	Jessheim	03.06.2010
10.00	(1)	Ingvardt Sandsund, Steinkjer FIK	(34)	Steinkjer	02.10.2010
9.51	(1)	Jørgen M. Holme, Gloppen FIL	(31)	Hyen	01.09.2010
9.34	(1)	Øivind Johansen, Moss IL	(35)	Halden	18.09.2010
9.25	(4)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Tønsberg	09.10.2010
9.07	(1)	Halldor Helland, IL Trio	(32)	Husnes	17.07.2010
8.28	(m)	Brynjar Røgeberg, Sandefjord T&IF	(34)	Sandefjord	09.08.2010
8.22	(1)	Arvid Fjærli, IL Norodd	(32)	Elnesvågen	26.06.2010
		(10)			
7.70	(1)	Einar Kåre Ytrehus, Lillesand IL	(35)	Vågsbygd	13.06.2010
7.66	(1)	Johannes Mjøs, Mjøsdaalen IL	(33)	Hosanger	28.06.2010
6.89	(m)	Gunnar Tellevik, Ask Friidrett	(33)	Bergen/Sk	16.10.2010
6.61	(m)	John Broholt, Oslo IL	(34)	Oslo/La	08.05.2010
6.51	(m)	Per Sandø, Hannevikas IL	(32)	Vågsbygd	13.10.2010
6.43	(2)	Kåre Skailand, GTI	(33)	Vågsbygd	13.06.2010
6.15	(1)	Tjrand Lunde, IL Trio	(34)	Husnes	01.09.2010

**Diskos / Discus Throw 1.0 kg (M75-79)**

33.93	(m)	Leif Emil Gundersrud, Oslo IL	(34)	Heggedal/Ka	28.08.2010
30.97	(1)	Gunnar Tellevik, Ask Friidrett	(33)	Ravnanger	05.05.2010
30.41	(1)	Arne Sæther, Heggedal FIK	(31)	Jessheim	03.06.2010
29.84	(m)	Tarald Rui, Lørenskog FIL	(33)	Heggedal/Ka	28.08.2010
27.85	(1)	Kåre Skailand, GTI	(33)	Vågsbygd	12.09.2010
27.71	(1)	Halldor Helland, IL Trio	(32)	Husnes	17.07.2010
25.58	(1)	Øivind Johansen, Moss IL	(35)	Moss	30.06.2010
25.52	(4)	Jørgen M. Holme, Gloppen FIL	(31)	Florø	14.08.2010
25.32	(1)	Ingvar Sand Sund, Steinkjer FIK	(34)	Steinkjer	02.10.2010
24.49	(1)	Alf Buch, Tønsberg FIK	(32)	Sem	03.06.2010
		(10)			
23.86	(1)	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Oslo/La	30.09.2010
23.55	(m)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Tønsberg	10.07.2010
23.42	(2)	Kåre Sommerseth, Moss IL	(35)	Moss	30.06.2010
21.78	(1)	Leiv Mjelde, Osterøy IL	(34)	Hatland	18.09.2010
20.65	(2)	Harry Tvedt, IL Gular	(33)	Indre Arna	02.10.2010
20.45	(m)	Brynjar Røgeberg, Sandefjord T&IF	(34)	Sandefjord	09.08.2010
17.09	(1)	Tjerand Lunde, IL Trio	(34)	Husnes	09.10.2010
16.95	(m)	Per Sandø, Hannevikas IL	(32)	Vågsbygd	13.10.2010
16.94	(m)	John Broholt, Oslo IL	(34)	Oslo/La	08.05.2010
13.96	(5)	Toralf Berthelsen, IL Andøygutten	(33)	Florø	14.08.2010
		(20)			

**Slegge / Hammer Throw 4.0 kg (M75-79)**

36.36	(1)	Gunnar Tellevik, Ask Friidrett	(33)	Ravnanger	08.09.2010
34.88	(1)	Arne Sæther, Heggedal FIK	(31)	Jessheim	03.06.2010
32.13	(1)	Jørgen M. Holme, Gloppen FIL	(31)	Hyen	26.09.2010
31.36	(1)	Gunnar Værnes, Oslo IL	(35)	Heggedal/Ka	17.06.2010
30.94	(m)	Leif Emil Gundersrud, Oslo IL	(34)	Tønsberg	24.04.2010
30.80	(m)	Tarald Rui, Lørenskog FIL	(33)	Heggedal/Ka	28.08.2010
30.54	(m)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Tønsberg	24.04.2010
27.25	(1)	Jan Sommerseth, Moss IL	(35)	Halden	18.09.2010
24.96	(2)	Øivind Johansen, Moss IL	(35)	Halden	18.09.2010
24.25	(4)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Florø	14.08.2010
		(10)			
23.37	(5)	Helge Idar Andersen, Teie IF	(32)	Florø	14.08.2010
21.08	(m)	Brynjar Røgeberg, Sandefjord T&IF	(34)	Tønsberg	24.04.2010
20.20	(1)	Kåre Skailand, GTI	(33)	Vågsbygd	13.06.2010
19.42	(m)	John Broholt, Oslo IL	(34)	Oslo/La	08.05.2010
19.15	(1)	Per Sandø, Hannevikas IL	(32)	Vågsbygd	04.08.2010

**Spyd / Javelin Throw 500 g (M75-79)**

29.44	(1)	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Florø	15.08.2010
27.92	(m)	Leif Emil Gundersrud, Oslo IL	(34)	Tønsberg	24.04.2010
24.31	(m)	Arne Sæther, Heggedal FIK	(31)	Jessheim	03.06.2010
23.63	(2)	Tarald Rui, Lørenskog FIL	(33)	Jessheim	03.06.2010
21.58	(1)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Elnesvågen	27.06.2010
21.04	(1)	Øivind Johansen, Moss IL	(35)	Halden	18.09.2010
19.18	(2)	Jørgen M. Holme, Gloppen FIL	(31)	Florø	15.08.2010
18.96	(m)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Tønsberg	10.07.2010
18.58	(1)	Alf Buch, Tønsberg FIK	(32)	Tønsberg	28.07.2010
17.14	(m)	Brynjar Røgeberg, Sandefjord T&IF	(34)	Sandefjord	09.08.2010
		(10)			
16.46	(1)	Wilhelm K. Trym, Stavanger IF	(33)	Sandnes	08.07.2010
16.36	(3)	Toralf Berthelsen, IL Andøygutten	(33)	Florø	15.08.2010
15.65	(1)	Tjerand Lunde, IL Trio	(34)	Husnes	01.09.2010
15.33	(2)	Kåre Skailand, GTI	(33)	Sandnes	08.07.2010
14.34	(m)	John Broholt, Oslo IL	(34)	Oslo/La	08.05.2010
13.08	(m)	Gunnar Tellevik, Ask Friidrett	(33)	Bergen/Sk	16.10.2010
12.80	(m)	Per Sandø, Hannevikas IL	(32)	Vågsbygd	13.10.2010
11.92	(1)	Bjørn Håkonsen, Fossum IF	(31)	Ski	28.07.2010

**Vekt / Weight Throw 7.26 kg (M75-79)**

13.48	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Tønsberg	09.06.2010
13.14	(1)	Arne Sæther, Heggedal FIK	(31)	Heggedal/Ka	09.09.2010
12.49	(m)	Gunnar Tellevik, Ask Friidrett	(33)	Bergen/Sk	16.10.2010
12.44	(1)	Jørgen M. Holme, Gloppen FIL	(31)	Hyen	01.09.2010
12.11	(1)	Gunnar Værnes, Oslo IL	(35)	Heggedal/Ka	17.06.2010
12.08	(m)	Tarald Rui, Lørenskog FIL	(33)	Heggedal/Ka	28.08.2010
11.48	(m)	Leif Emil Gundersrud, Oslo IL	(34)	Tønsberg	24.04.2010
11.28	(4)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Florø	15.08.2010
11.17	(1)	Jan Sommerseith, Moss IL	(35)	Moss	22.09.2010
11.13	(1)	Øivind Johansen, Moss IL	(35)	Halden	18.09.2010
		(10)			
9.17	(m)	Brynjar Røgeberg, Sandefjord T&IF	(34)	Tønsberg	24.04.2010
9.03	(1)	Halldor Helland, IL Trio	(32)	Husnes	17.07.2010
8.50	(1)	Kåre Skailand, GTI	(33)	Vågsbygd	12.09.2010
7.23	(m)	Per Sandø, Hannevikas IL	(32)	Vågsbygd	13.10.2010
7.13	(m)	John Broholt, Oslo IL	(34)	Oslo/La	08.05.2010
6.41	(1)	Tjerand Lunde, IL Trio	(34)	Husnes	28.06.2010

**5-kamp / Pentathlon (M75-79)**

Medvind / Wind-assisted:

3024	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Tønsberg	10.07.2010
		ΣW=4,7 (3.60-18.96-30.89w-23.55-7:38.71) / +1,4 / +3,3			

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

3692	(1)	Leif Emil Gundersrud, Oslo IL (30.94-10.81-32.32-27.92-11.48)	(34)	Tønsberg	24.04.2010
				<i>Original score (2006 table): 4121</i>	
3539	(2)	Tarald Rui, Lørenskog FIL (30.80-11.23-29.84-22.31-12.08)	(33)	Heggedal/Ka	28.08.2010
3511	(1)	Arne Sæther, Heggedal FIK (31.63-10.13-28.20-24.31-12.67)	(31)	Jessheim	03.06.2010
3042	(2)	Arne Ueland, Tønsberg FIK (30.54-9.17-22.32-17.46-12.76)	(34)	Tønsberg	24.04.2010
				<i>Original score (2006 table): 3425</i>	
2927	(1)	Gunnar Tellevik, Ask Friidrett (30.84-6.89-29.81-13.08-12.49)	(33)	Bergen/Sk	16.10.2010
2818	(3)	Øivind Johansen, Moss IL (24.29-9.04-23.63-19.71-10.86)	(35)	Heggedal/Ka	28.08.2010
2352	(2)	Brynjar Røgeberg, Sandefjord T&IF (20.27-8.28-20.45-17.14-9.06)	(34)	Sandefjord	09.08.2010
2110	(1)	Kåre Skailand, GTI (19.27-5.98-26.24-13.72-7.85)	(33)	Lyngdal	03.07.2010
1873	(1)	John Broholt, Oslo IL (19.42-6.61-16.94-14.34-7.13)	(34)	Oslo/La	08.05.2010
1825	(1)	Per Sandø, Hannevikas IL (19.15-6.51-16.95-12.80-7.23)	(32)	Vågsbygd	13.10.2010
		(10)			

Alternativt resultat / Alternative result:

3569	(1)	Leif Emil Gundersrud, Oslo IL (29.86-10.56-33.93-25.18-10.91)	(34)	Heggedal/Ka	28.08.2010
3497	(1)	Leif Emil Gundersrud, Oslo IL (29.10-10.59-33.25-25.54-10.29)	(34)	Jessheim	20.09.2010
2939	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK (30.35-8.62-20.18-18.51-12.55)	(34)	Sem	03.06.2010
2933	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK (28.96-8.88-22.21-15.89-12.87)	(34)	Sandefjord	09.08.2010
2233	(3)	Brynjar Røgeberg, Sandefjord T&IF (21.08-7.35-19.63-15.50-9.17)	(34)	Tønsberg	24.04.2010
				<i>Original score (2006 table): 2519</i>	
1626	(2)	Per Sandø, Hannevikas IL (17.90-5.74-15.23-11.98-6.83)	(32)	Lyngdal	03.07.2010