

Norges Fri-idrettsforbund / Norwegian Athletics Federation

Alle tiders beste innendørs / All Time Best Indoor

Menn - Lengde / Men - Long Jump

pr. 30.06.2010 (oppdatert / updated 25.01.2011)

Lengde / Long Jump menn 35-39 år / Men 35-39 years - 6.00

6.81	(1)	Stein Tore Klungland, IL i BUL	(58)	Stange	02.03.1996
6.62	(m)	Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Stange	02.03.1996
6.36	(1)	Kåre Strande, Fagernes IL	(61)	Stange	16.03.1997
6.32	(m)	Trond Knaplund, IL i BUL	(60)	Karlstad, SWE	06.02.1999
6.27	(2)	Asbjørn Solfeld, Tvedestrand T&IF	(59)	Stange	05.02.1994
6.18	(3)	Terje Grime, Ullensaker/Kisa IL	(59)	Stange	05.02.1994

Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:

7.09	(4)q	Jon Oddsson, SK Vidar (ISL)	(58)	Stange	11.02.1995
6.15	(3)	Zdenko Vojvodic, Fredrikstad IF (BSH)	(62)	Stange	28.02.1998

Sannsynligvis lav grop / Probably low pit:

7.02	(2)	Kristen Fløggstad, Søgne IL	(47)	Kristiansand	18.02.1984
6.84	(3)	Stein Tore Klungland, IL i BUL	(58)	Oslo/Ek	16.01.1993
6.79	(1)	Magnus Grendal, Trønder-Øst FIK	(55)	Stjørdal	17.03.1990
6.63	(1)	Nils Arne Hjelle, Bodø FIK	(54)	Oslo/Ek	22.01.1989
6.44	(1)	Bjørn Rolland, Tingvoll FIK	(55)	Farstad	12.01.1992
6.43	(1)	Harald Sverre Breivik, Sørild FIK	(49)	Kristiansand	15.02.1986
6.40		Jostein Myrvang, Larvik T&IF	(46)	Sandefjord	15.03.1981
6.17	(1)	Mariusz Musial, IF Minerva	(56)	Oslo/Ek	24.02.1991

Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:

6.45	(1)	Eric Ringdahl, SK Vidar (SWE)	(70)	Askim	23.01.2005
------	-----	-------------------------------	------	-------	------------

Lengde / Long Jump menn 40-44 år / Men 40-44 years - 5.70

6.39	(1)	Stein Tore Klungland, Asker SK	(58)	Stange	28.02.1998
6.33	(1)	Jan Albrigtsen, Larvik T&IF	(50)	Stange	27.02.1993
6.20	(1)MS	Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Stange	20.01.2001
6.13	(2)	Finn Pedersen, Tvedestrand T&IF	(58)	Stange	28.02.1998
6.12	(1)	Kåre Strande, Fagernes IL	(61)	Stange	24.03.2001
6.07	(1)	Oddvar Viulsrød, Tønsberg FIK	(64)	Malmö, SWE	05.03.2006
5.94	(1)	Erlend Gjøn, FIK BFG Fana	(59)	Göteborg, SWE	11.03.2000
5.93	(2)	Asbjørn Solfeld, Tvedestrand T&IF	(59)	Stange	20.03.1999
5.91	(3)	Terje Grime, Ullensaker/Kisa IL	(59)	Stange	20.03.1999

Sannsynligvis lav grop / Probably low pit:

6.25	(1)	Frank Ottesen, IL i BUL-Tromsø	(53)	Tromsø	06.02.1993
6.20	(1)	Per Olaf Nicolaisen, Horten FIK	(61)	Drammen	22.03.2003
6.15	(1)	Oddvar Viulsrød, Tønsberg FIK	(64)	Oslo/Ek	24.02.2007
6.08	(1)	Ivar Bredholt, Indre Østfold FIK	(45)	Oslo/Ek	22.01.1989
6.01	(2)	Knut Bredholt, Indre Østfold FIK	(48)	Oslo/Ek	22.01.1989
5.92	(1)	Kjell Adamski, Sarpsborg IL	(50)	Askim	08.03.1992
5.82	(3)	Reidar Halvorsen, Fossum IF	(48)	Oslo/Ek	22.01.1989
5.80	(4)	Jostein Myrvang, Larvik FIK	(46)	Oslo/Ek	22.01.1989

Lengde / Long Jump menn 45-49 år / Men 45-49 years - 5.35

6.25	(2)	Stein Tore Klungland, Asker SK	(58)	Eskilstuna, SWE	12.03.2005
6.22	(1)	Jan Albrigtsen, Larvik T&IF	(50)	Stange	04.03.1995
6.14	(2)	Stein Tore Klungland, Asker SK	(58)	Stange	15.03.2003
6.12	(1)	Oddvar Viulsrød, Tønsberg FIK	(64)	Kamloops, CAN	04.03.2010
6.06	(1)	Aage Leraand, Strindheim IL	(54)	Stange	25.03.2000
5.77	(2)	Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Stange	20.03.1999
5.76	(1)	Finn Pedersen, Tvedestrand TIF	(58)	Malmö, SWE	05.03.2006
5.72	(1)	Ivar Bredholt, Askim IF	(45)	Stange	27.02.1993
5.53	(1)	Hans Foosnæs, Steinkjer FIK	(47)	Stange	02.03.1996
5.47	(1)	Erling Ytrehus, Lillesand IL	(64)	Kristiansand	23.01.2010
		(10)			
5.45	(1)	Kåre Strande, Fagernes IL	(61)	Reykjavik, ISL	02.03.2008
5.41	(1)	Kjell Adamski, Sarpsborg IL	(50)	Stange	01.03.1997
5.37	(2)	Einar Asbjørn Sortdal, Kongsberg IF	(48)	Stange	27.02.1993
5.36	(2)	Stig Wemundstad, Strindheim IL	(57)	Stange	26.02.2005

Sannsynligvis lav grop / Probably low pit:

6.43	(1)	Stein Tore Klungland, Asker SK	(58)	Drammen	22.03.2003
6.37	(1)	Stein Tore Klungland, Asker SK	(58)	Lillestrøm	09.04.2005
6.34	(2)	Stein Tore Klungland, Asker SK	(58)	Lillestrøm	07.02.2004

6.30	(2)	Stein Tore Klungland, Asker SK	(58)	Lillestrøm	02.02.2003
6.28	(1)	Stein Tore Klungland, Asker SK	(58)	Lillestrøm	25.03.2006
6.14	(2)	Finn Pedersen, Tvedestrand TIF	(58)	Drammen	22.03.2003
5.75	(1)	Ivar Bredholt, Askim IF	(45)	Askim	08.03.1992
5.63	(1)	Svein Erik Pedersen, IL Tyrving	(43)	Oslo/Ek	22.01.1989
5.57	(2)	Elling Loftskjær, Strengereid IL	(45)	Askim	08.03.1992
5.56	(2)	Kåre Strande, Fagernes IL	(61)	Oslo/Ek	24.02.2007
5.53	(2)	Thomas Rønvik, Tønsberg FIK	(63)	Drammen	07.03.2009

Lengde / Long Jump menn 50-54 år / Men 50-54 years - 5.00

5.44	(1)	Stig Wemundstad, Strindheim IL	(57)	Stange	02.02.2008
5.38	(1)	Ivar Bredholt, Askim IF	(45)	Stange	01.03.1997
5.38	(2)	Elling Loftskjær, Strengereid IL	(45)	Stange	01.03.1997
5.36	(1)	Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Stange	26.02.2005
5.34	(1)	Osvald Kvam, Bryne FIK	(41)	Stange	27.02.1993
5.26	(1)	Arne Tefre, Førde IL	(55)	Stange	01.04.2006
5.25	(2)	John Rolseth, Øverbygda IL	(39)	Stange	27.02.1993
5.21	(1)	Hans Foosnæs, Steinkjer FIK	(47)	Stange	28.02.1998
5.17	(3)	Roald Gjetmundsen, Lørenskog FIL	(42)	Stange	27.02.1993
5.17	(2)	Ole Henriksen, Oslo Politis IL (10)	(55)	Stange	26.02.2005
5.16	(1)	Kjell Adamski, Sarpsborg IL	(50)	Stange	25.03.2000
5.11	(3)	Arne Warem, Gjesdal IL	(46)	Stange	01.03.1997
5.04	(3)	Kjell Jønnum, Steinkjer FIK	(45)	Stange	04.03.1995
5.03	(4)	Magnor Tunheim, Undheim IL	(43)	Stange	27.02.1993

Sannsynligvis lav grop / Probably low pit:

6.30	(1)	Stein Tore Klungland, Asker SK	(58)	Lillestrøm	26.01.2008
6.14	(1)	Stein Tore Klungland, Asker SK	(58)	Lillestrøm	05.04.2008
6.10	(1)	Stein Tore Klungland, Asker SK	(58)	Lillestrøm	19.01.2008
6.06	(2)	Stein Tore Klungland, Asker SK	(58)	Lillestrøm	31.01.2009
6.06	(1)MS	Stein Tore Klungland, Asker SK	(58)	Lillestrøm	30.01.2010
6.05	(1)	Stein Tore Klungland, Asker SK	(58)	Drammen	07.03.2009
6.04	(1)MS	Stein Tore Klungland, Asker SK	(58)	Lillestrøm	13.03.2010
6.03	(1)	Stein Tore Klungland, Asker SK	(58)	Lillestrøm	17.01.2009
5.83	(2)	Stig Wemundstad, Strindheim IL	(57)	Drammen	07.03.2009
5.79	(1)	Aage Leraand, Strindheim IL	(54)	Drammen	20.03.2004
5.52	(1)	Odd Kåre Strandli, Fossum IF	(37)	Oslo/Ek	22.01.1989
5.39	(2)	John Rolseth, Øverbygda IL	(39)	Oslo/Ek	22.01.1989
5.37	(3)	Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Drammen	20.03.2004
5.37	(1)	Arne Tefre, Førde IL	(55)	Svelgen	05.03.2006
5.33	(1)	Roald Gjetmundsen, Lørenskog FIL	(42)	Askim	08.03.1992
5.21	(1)	Gunnar Tønnessen, Lyngdal IL	(53)	Lyngdal	10.01.2004
5.09		Kåre Tanum, Brunlanes IL	(31)	Drammen	05.04.1981

Lengde / Long Jump menn 55-59 år / Men 55-59 years - 4.60

5.45	(1)	Brynjulf Skinlo, Gloppen FIL	(35)	Stange	27.02.1993
5.21	(1)	Ivar Bredholt, Askim IF	(45)	Stange	25.03.2000
4.93	(2)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Stange	27.02.1993
4.93	(2)	Elling Loftskjær, Strengereid IL	(45)	Stange	25.03.2000
4.92	(3)	Roger Lorentzen, Vaaler IF	(38)	Stange	27.02.1993
4.91	(1)	Arne Warem, Gjesdal IL	(46)	Stange	24.03.2001
4.90	(1)	John Rolseth, Øverbygda IL	(39)	Stange	04.03.1995
4.79	(1)	Roald Gjetmundsen, Lørenskog FIL	(42)	Stange	28.02.1998
4.75	(4)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Stange	27.02.1993
4.75	(2)	Harald Klakegg, Førde IL (10)	(37)	Stange	02.03.1996
4.73	(3)	Arild Mæhlum, Veldre IL	(41)	Stange	02.03.1996
4.69	(2)	Magnor Tunheim, Undheim IL	(43)	Stange	20.03.1999
4.66	(5)	Gunnar Østby, Sem IF	(37)	Stange	27.02.1993
4.65	(3)	Vidar Hågensen, Romedal IL	(42)	Stange	20.03.1999
4.63	(3)	Kåre Holmen, Skodje IL	(39)	Stange	04.03.1995

Sannsynligvis lav grop / Probably low pit:

5.17	(2)	Audun Aasen, Rana FIK	(33)	Oslo/Ek	24.02.1991
5.06	(1)	Arne Warem, Gjesdal IL	(46)	Drammen	22.03.2003
5.02	(1)	Arne Warem, Gjesdal IL	(46)	Drammen	06.04.2002
5.02	(1)	Oddbjørn Bergheim, IL Samhald	(50)	Drammen	07.03.2009
5.00	(1)	Jostein Haraldseid, Bækkelaget SK	(35)	Mo i Rana	18.02.1990
4.96	(3)	Jostein Haraldseid, Bækkelaget SK	(35)	Oslo/Ek	24.02.1991
4.95	(2)	Gunnar Østby, Sem IF	(37)	Askim	08.03.1992
4.93	(4)	Leif Hitland, IL Norna-Salhus	(35)	Oslo/Ek	24.02.1991
4.93	(2)	Ercan Ozkan, GTI	(53)	Drammen	07.03.2009
4.92	(1)	Ole Broholt, Oslo IL	(32)	Oslo/Ek	22.01.1989
4.87	(3)	Audun Aasen, Rana FIK	(33)	Askim	08.03.1992
4.82	(2)	Brynjør Røgeberg, Sandefjord T&IF	(34)	Mo i Rana	18.02.1990
4.76	(4)	Jostein Haraldseid, Bækkelaget SK	(35)	Askim	08.03.1992
4.71	(2)	Audun Aasen, Mo IL	(33)	Oslo/Ek	22.01.1989

4.68	(3)	John Broholt, Oslo IL	(34)	Oslo/Ek	22.01.1989
4.65	(3)	Audun Aasen, Rana FIK	(33)	Mo i Rana	18.02.1990
4.60	(4)	Jens Lænn, Sparbu IL	(32)	Mo i Rana	18.02.1990

Lengde / Long Jump menn 60-64 år / Men 60-64 years - 4.20

5.20	(1)	Brynjulf Skinlo, Gloppen FIL	(35)	Stange	04.03.1995
4.88	(1)	Audun Aasen, Rana FIK	(33)	Stange	27.02.1993
4.73	(2)	Harald Søbstad, IL Molde-Olymp	(32)	Stange	27.02.1993
4.71	(2)	Kjell Meum, Oslo IL	(31)	Stange	04.03.1995
4.70	(2)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Stange	01.03.1997
4.60	(1)	Hans Johan Aarnseth, Vaaler IF	(34)	Stange	05.02.1994
4.60	(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Bordeaux, FRA	08.03.2001
4.58	(2)	Leif Hitland, IL Norna-Salhus	(35)	Stange	02.03.1996
4.40	(1)	Arne Warem, Gjesdal IL	(46)	Stange	02.02.2008
4.31	(4)	Trygve Bratteli, IL Skjalg	(34)	Stange	02.03.1996
		(10)			
4.30	(4)	Helge Grevskott, SK Freidig	(30)	Stange	27.02.1993
4.25	(3)	Geir Dahl, Veldre Friidrett	(44)	Malmö, SWE	05.03.2006
4.24	(1)	Per Kristian Lundby, Gloppen FIL	(48)	Lee Valley, GBR	07.03.2009

Sannsynligvis lav grop / Probably low pit:

5.31	(1)	Jakob Rypdal, Tresfjord IL	(26)	Oslo/Ek	22.01.1989
5.03	(1)	Arne Warem, Gjesdal IL	(46)	Drammen	07.03.2009
4.90	(1)	Roald Gjetmundsen, Lørenskog FIL	(42)	Drammen	06.04.2002
4.87	(1)	Arne Warem, Gjesdal IL	(46)	Oslo/Ek	24.02.2007
4.55	(2)	Arild Mæhlum, Veldre IL	(41)	Drammen	06.04.2002
4.48	(2)	Odd Erstad, Fossum IF	(25)	Oslo/Ek	22.01.1989
4.44	(3)	Gabriel Tønnessen, Lyngdal IL	(25)	Oslo/Ek	22.01.1989
4.38	(2)	Kjell Jønnum, Steinkjer FIK	(45)	Drammen	07.03.2009
4.35	(4)	Roald Monstad, Kragerø IF	(29)	Oslo/Ek	22.01.1989
4.34	(2)	Odd Johansen, Tønsberg FIK	(29)	Askim	08.03.1992
4.24	(1)	Odd Johansen, Tønsberg FIK	(29)	Oslo/Ek	24.02.1991

Lengde / Long Jump menn 65-69 år / Men 65-69 years - 3.90

4.78	(1)	Jakob Rypdal, Tresfjord IL	(26)	Stange	27.02.1993
4.66	(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	San Sebastian, ESP	06.03.2003
4.42	(1)	Kjell Meum, Oslo IL	(31)	Stange	02.03.1996
4.42	(1)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Stange	26.02.2005
4.35	(1)	Audun Aasen, Rana FIK	(33)	Stange	20.03.1999
4.35	(2)	Gunnar Olav Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Stange	26.02.2005
4.29	(2)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Stange	25.03.2000
4.29	(3)	John Arve Johansen, Ullensaker/Kisa IL	(36)	Stange	26.02.2005
4.26	(1)	Harald Søbstad, IL Molde-Olymp	(32)	Stange	28.02.1998
4.25	(3)	Søren Nedrebø, Bjerkreim IL	(32)	Stange	25.03.2000
		(10)			
4.20	(m)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	San Sebastian, ESP	06.03.2003
4.09	(3)	Kåre Holmen, IL Valder	(39)	Reykjavik, ISL	02.03.2008
4.02	(3)	Harald Klakegg, Førde IL	(37)	Stange	01.04.2006
3.99	(1)	Omar Ragnvald Hansen, IK Tjalve	(44)	Kristiansand	23.01.2010

Sannsynligvis lav grop / Probably low pit:

4.88	(1)	Jakob Rypdal, Tresfjord IL	(26)	Oslo/Ek	24.02.1991
4.81	(1)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Drammen	22.03.2003
4.66	(2)	Gunnar Olav Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Drammen	22.03.2003
4.65	(1)	Gudmund Skrivervik, Stryn T&IL	(21)	Oslo/Ek	22.01.1989
4.63	(1)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Drammen	06.04.2002
4.62	(1)	Gabriel Tønnessen, Lyngdal IL	(25)	Mo i Rana	18.02.1990
4.57	(2)	Trygve Syversen, Ski IL	(22)	Oslo/Ek	22.01.1989
4.57	(3)	John Arve Johansen, Ullensaker/Kisa IL	(36)	Drammen	22.03.2003
4.44	(2)	Norvald Nilsen, IF Hellas	(35)	Drammen	06.04.2002
4.41	(1)	John Arve Johansen, Ullensaker/Kisa IL	(36)	Drammen	20.03.2004
4.40	(2)	Gabriel Tønnessen, Lyngdal IL	(25)	Oslo/Ek	24.02.1991
4.37	(3)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Drammen	06.04.2002
4.28	(4)	Harald Klakegg, Førde IL	(37)	Drammen	22.03.2003
4.20	(3)	Per Gundersrud, Oslo IL	(23)	Oslo/Ek	22.01.1989
4.14	(5)	Norvald Nilsen, IF Hellas	(35)	Drammen	22.03.2003
4.07	(3)	Ragnar Lindtun, Oslo Politis IL	(24)	Oslo/Ek	24.02.1991
4.02	(4)	Håvard Lund, Aurskog-Høland FIL	(24)	Oslo/Ek	22.01.1989
3.98	(2)	Håvard Lund, Aurskog-Høland FIL	(24)	Mo i Rana	18.02.1990
3.97	(4)	Odd Erstad, Asker og Bærum FIK	(25)	Oslo/Ek	24.02.1991

Lengde / Long Jump menn 70-74 år / Men 70-74 years - 3.40

4.54	(1)	Gudmund Skrivervik, Hornindal IL	(21)	Stange	27.02.1993
4.50	(1)	Gabriel Tønnessen, Lyngdal IL	(25)	Stange	04.03.1995
4.36	(1)	Jakob Rypdal, Tresfjord IL	(26)	Stange	28.02.1998
4.33	(1)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Stange	02.02.2008
4.28	(1)	Ragnar Lindtun, Oslo Politis IL	(24)	Stange	02.03.1996
4.15	(2)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Stange	02.02.2008
4.09	(1)	Kjell Meum, Oslo IL	(31)	Stange	24.03.2001
4.09	(m)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Ancona, ITA	26.03.2009
4.01	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Stange	26.02.2005
4.01	(1)	John Arve Johansen, Ullensaker/Kisa IL	(36)	Stange	01.04.2006
		(10)			
4.00	(1)	Gunnar Olav Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Kristiansand	23.01.2010
3.70	(4)	Brynjør Røgeberg, Sandefjord TIF	(34)	Stange	01.04.2006
3.67	(2)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Stange	26.02.2005
3.63	(3)	Asbjørn Ødegård, Strengereid IL	(24)	Stange	04.03.1995
3.58	(4)	Odd Erstad, Asker og Bærum FIK	(25)	Stange	04.03.1995
3.55	(1)	Sverre Stenbro, Modum FIK	(24)	Stange	05.02.1994
3.55	(5)	Kjell Egge, IL Flint	(25)	Stange	04.03.1995
3.48	(2)	Noralf Reianes, Rennesøy IL	(28)	Stange	20.03.1999
3.47	(2)	Per Gundersrud, Oslo IL	(23)	Stange	27.02.1993

Sannsynligvis lav grop / Probably low pit:

4.55	(1)	Gudmund Skrivervik, Hornindal IL	(21)	Askim	08.03.1992
4.46	(1)	Søren Nedrebø, Bjerkreim IL	(32)	Drammen	06.04.2002
4.42	(1)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Oslo/Ek	24.02.2007
4.36	(1)	Søren Nedrebø, Bjerkreim IL	(32)	Drammen	22.03.2003
4.36	(1)	Gunnar Olav Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Drammen	07.03.2009
4.33	(2)	John Arve Johansen, Ullensaker/Kisa IL	(36)	Oslo/Ek	24.02.2007
4.23	(2)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Drammen	06.04.2002
4.17	(2)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Drammen	07.03.2009
4.15	(1)	Einar Flydahl, Isfjorden IL	(16)	Oslo/Ek	22.01.1989
4.15	(1)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Bryn	19/20.01.2002
4.10	(1)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Tingvoll	01.02.2004
4.10	(3)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Drammen	07.03.2009
4.09	(4)	John Arve Johansen, Ullensaker/Kisa IL	(36)	Drammen	07.03.2009
4.08	(2)	Arvid Fjærlil, IL Norodd	(32)	Bryn	19/20.01.2002
4.08	(4)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Oslo/Ek	24.02.2007
4.02	(3)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Drammen	20.03.2004
3.96	(2)	Willy Finnanger, Overhalla IL	(18)	Oslo/Ek	22.01.1989
3.96	(3)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Drammen	22.03.2003
3.86	(1)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Straumsnes	25.01.2003
3.83	(1)	Peder Stensletten, Stord T&IL	(23)	Leirvik	11.11.1995
3.75	(2)	Arvid Fjærlil, IL Norodd	(32)	Straumsnes	25.01.2003
3.72	(6)	Osvald Kalland, Osterøy IL	(24)	Oslo/Ek	22.01.1989
3.68	(1)	Peder Stensletten, Stord T&IL	(23)	Leirvik	27.12.1996
3.66	(1)	Ottar Sletten, Bossmo & Ytteren IL	(20)	Mo i Rana	18.02.1990
3.60	(1)	Willy Finnanger, Namsen LK	(18)	Oslo/Ek	24.02.1991
3.58	(2)	Willy Finnanger, Overhalla IL	(18)	Mo i Rana	18.02.1990
3.44	(2)	Louis Støve, Kvinesdal IL	(21)	Oslo/Ek	24.02.1991

Lengde / Long Jump menn 75-79 år / Men 75-79 years - 3.00

4.18	(1)	Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Stange	01.03.1997
4.04	(1)	Ragnar Lindtun, Oslo Politis IL	(24)	Stange	20.03.1999
3.98	(1)	Gabriel Tønnessen, Lyngdal IL	(25)	Stange	25.03.2000
3.98	(1)	Jakob Rypdal, Tresfjord IL	(26)	Stange	24.03.2001
3.72	(1)	Einar Flydahl, Isfjorden IL	(16)	Stange	27.02.1993
3.59	(2)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Reykjavik, ISL	02.03.2008
3.58	(3)	Trygve Mønstad, IL Gular	(31)	Reykjavik, ISL	02.03.2008
3.56	(1)	Peder Stensletten, Stord T&IL	(23)	Stange	28.02.1998
3.43	(3)	Knut Moe, Sparbu IL	(23)	Stange	20.03.1999
3.43	(1)	Kjell Meum, Oslo IL	(31)	Stange	01.04.2006
		(10)			
3.36	(4)	Asbjørn Ødegård, Strengereid IL	(24)	Stange	20.03.1999
3.29	(1)	Willy Finnanger, Namsen FIF	(18)	Stange	04.03.1995
3.02	(4)	Osvald Kalland, Hjellvik IL	(24)	Stange	24.03.2001

Sannsynligvis lav grop / Probably low pit:

3.95	(1)	Einar Flydahl, Isfjorden IL	(16)	Oslo/Ek	24.02.1991
3.80	(1)	Peder Stensletten, Stord T&IL	(23)	Leirvik	27.01.2001
3.73	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Drammen	07.03.2009
3.71	(2)	Helge Isaksen, Oslo IL	(15)	Oslo/Ek	24.02.1991
3.70	(1)	Einar Ladehaug, IF Graabein	(14)	Askim	08.03.1992
3.69	(1)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Oslo/Ek	24.02.2007
3.63	(2)	Arvid Fjærlil, IL Norodd	(32)	Drammen	07.03.2009
3.60	(1)	Peder Stensletten, Stord T&IL	(23)	Leirvik	30.01.1999
3.57	(2)	Kjell Meum, Oslo IL	(31)	Oslo/Ek	24.02.2007
3.53	(1)=	Arvid Fjærlil, IL Norodd	(32)	Tingvoll	18.01.2009

3.38	(3)	Brynjar Røgeberg, Sandefjord T&IF	(34)	Drammen	07.03.2009
3.33	(1)	Erling Jensen, Stord T&IL	(20)	Leirvik	14.01.1996
3.09	(1)	Aksel Ellefsen, Kragerø IF	(12)	Oslo/Ek	22.01.1989

Lengde / Long Jump menn 80-84 år / Men 80-84 years - 2.40

3.44	(1)	Jakob Rypdal, Tresfjord IL	(26)	Stange	01.04.2006
3.31	(1)	Einar Flydahl, Isfjorden IL	(16)	Stange	02.03.1996
2.99	(1)	Odd Erstad, Fossum IF	(24)	Stange	26.02.2005
2.67	(1)	Peder Stensletten, Stord IL	(23)	Malmö, SWE	05.03.2006
2.52	(1)	Willy Finnanger, Spillum IL	(18)	Stange	28.02.1998
2.50	(2)	Erling Andersen, IL Korlevoll	(15)	Stange	02.03.1996
2.42	(1)	Harald Aanerud, Lørenskog FIL	(27)	Stange	02.02.2008

Sannsynligvis lav grop / Probably low pit:

3.29	(1)	Lars Mortensen Røed, Gjerstad IL	(11)	Oslo/Ek	24.02.1991
3.02	(1)	Peder Stensletten, Stord IL	(23)	Leirvik	31.01.2004
2.98	(1)	Peder Stensletten, Stord IL	(23)	Leirvik	18.01.2003
2.97	(1)	Peder Stensletten, Stord IL	(23)	Leirvik	30.12.2004
2.83	(1)	Osvald Kalland, Hjellvik IL	(24)	Drammen	20.03.2004
2.63	(1)	Harald Aanerud, Lørenskog FIL	(27)	Drammen	07.03.2009

Lengde / Long Jump menn 85-89 år / Men 85-89 years

2.32	(1)	Peder Stensletten, Stord IL	(23)	Reykjavik, ISL	02.03.2008
------	-----	-----------------------------	------	----------------	------------

Sannsynligvis lav grop / Probably low pit:

2.62	(1)	Peder Stensletten, Stord IL	(23)	Leirvik	26.01.2008
------	-----	-----------------------------	------	---------	------------