

Norske veteranrekorder / Norwegian Veteran Records

Menn - Utendørs / Men - Outdoor

pr. 26.07.2009 (oppdatert / updated 26.07.2009)

100m

M35-39	10.50	+1,3	Aham Okeke, IF Hellas	(69)	Oslo/Bi	07.06.2006
M40-44	11.61		Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Athen, GRE	03.06.1994
	11.3	+1,3	Kåre Strande, Fagernes IL	(61)	Fagernes	15.06.2001
M45-49	11.84	+1,0	Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Oslo/Bi	20.06.2000
	11.6		Hermund Høgheim, IL Norrøna	(32)		.1980
	11.6		Nils Adolf Balto, IL Nordlys	(35)	Lakselv	21.08.1982
	11.6		Arne Johan Svendsen, Kristiansands IF	(38)	Kristiansand	13.08.1983
	11.6		Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Asker	26.09.1999
M50-54	11.97		Hermund Høgheim, IL Gular	(32)	Strasbourg, FRA	16.07.1982
	11.4		Hermund Høgheim, IL Gular	(32)	Fana	08.06.1983
M55-59	12.24		Hermund Høgheim, IL Norrøna	(32)	Melbourne, AUS	29.11.1987
M60-64	12.62	+0,8	Arne Tangen, Steinkjer FIK	(37)	Lillehammer	16.08.1997
	12.3		Arne Tangen, Steinkjer FIK	(37)	Trondheim/Le	21.06.1997
M65-69	13.45	+2,0	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Askim	30.06.2002
	13.1		Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Oslo/So	03.06.2000
M70-74	13.62	+0,6	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Geithus	30.06.2006
M75-79	14.97	+0,2	Knut Bergesen, IL Gular	(30)	Fana	01.08.2005
	14.6		Ragnar Lindtun, Oslo Politis IL	(24)	Oslo/St	31.05.1999
M80-84	15.82	+0,8	Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Huddinge, SWE	03.07.1993
	15.3		Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Oslo/So	25.06.1994
M85-89	17.81	-1,5	Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Odense, DEN	04.09.1999
	16.9		Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Oslo/So	13.06.1998
M90-94	18.54	-0,4	Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Lahti, FIN	13.06.2003

200m

M35-39	21.35	-0,7	Aham Okeke, IK Tjalve	(69)	Florø	08.08.2004
M40-44	23.46	+1,8	Rune Dolvik, FIK BFG Fana	(56)	Fana	03.07.1996
	23.2		Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Oslo/La	25.08.1994
M45-49	23.86	-0,6	Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Oslo/Bi	30.05.2000
	23.8		Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Oslo/Tr	14.06.2000
M50-54	24.02		Hermund Høgheim, IL Gular	(32)	Strasbourg, FRA	15.07.1982
M55-59	25.08	+0,4	Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Asker	01.06.2008
M60-64	26.06	+1,4	Arne Tangen, Steinkjer FIK	(37)	Oslo/St	08.08.1998
M65-69	27.84	+0,7	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Ravnanger	01.07.2000
M70-74	28.25	+2,0	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Brumunddal	01.07.2005
M75-79	30.75	+0,6	Knut Bergesen, IL Gular	(30)	Fana	09.08.2005
M80-84	33.89	+0,8	Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Overhalla	07.08.1993
M85-89	37.88	-0,7	Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Odense, DEN	03.09.1999
M90-94	49.70	+0,0	Henry Thune Mathisen, Fossum IF	(16)	Oslo/Bi	26.09.2007
	44.6		Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Oslo/So	06.09.2003

400m

M35-39	49.52		Tor Øivind Ødegård, Fredrikstad IF	(69)	Lisleby	15.05.2004
M40-44	51.32		Stig Wemundstad, Strindheim IL	(57)	Florø	27.06.1997
	51.1		Bjørn Rolland, Tingvoll FIK	(55)	Fosnavåg	02.09.1995
M45-49	52.40		Bjørn Rolland, Tingvoll FIK	(55)	Elnesvågen	09.09.2000
	52.1		Johan Petter Hesselberg, Byåsen IL	(32)	Göteborg, SWE	10.08.1977
M50-54	54.47		Stig Wemundstad, Strindheim IL	(57)	Misano, ITA	13.09.2007
	53.7		Johan Petter Hesselberg, Byåsen IL	(32)	Trondheim/Le	28.06.1983
M55-59	56.49		Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Tønsberg	17.08.2008
M60-64	58.75		Arnfinn Haugland, Høybråten & Stovner IL	(30)	Budapest, HUN	30.06.1990
M65-69	62.86		Knut Bergesen, IL Gular	(30)	Ravnanger	25.06.1995
	62.4		Andreas Eldnes, Frol IL	(19)	Steinkjer	15.09.1984
M70-74	67.46		Knut Bergesen, IL Gular	(30)	Knarvik	19.08.2000
M75-79	70.63		Knut Bergesen, IL Gular	(30)	Knarvik	09.10.2005
M80-84	91.21		Harald Aanerud, Lørenskog FIL	(27)	Tønsberg	17.08.2008
	88.0		Trygve Høvik, Halså IL	(10)	Kristiansand	10.08.1990
M85-89	108.77		Sigurd Tørrmoen, Nykirke IF	(05)	Turku, FIN	27.07.1991
	104.8		Petter Green, IL Stjørdals-Blink	(12)	Stjørdal	14.06.1997

800m menn

M35-39	1:52.14		Tor Øivind Ødegård, Fredrikstad IF	(69)	Florø	07.08.2004
M40-44	1:57.39		James Mason Holtquist, SK Vidar	(54)	Oslo/Bi	20.06.1995
M45-49	1:57.9		Johan Petter Hesselberg, Byåsen IL	(32)	Göteborg, SWE	09.08.1977
M50-54	2:01.3		Johan Petter Hesselberg, Byåsen IL	(32)	Trondheim/Le	08.09.1983
M55-59	2:10.71		Paul Dahl, IL Kolbukameratene	(44)	Steinkjer	03.07.1999
M60-64	2:16.70		Arnfinn Haugland, Høybråten & Stovner IL	(30)	Kristiansand	01.07.1992
M65-69	2:24.9		Tormod Haugan, Malvik IL	(20)	Hommelvik	16.08.1985
M70-74	2:39.10		Arne Hamarsland, IL Gular	(33)	Kristiansand	26.06.2004
M75-79	2:50.85		Knut Austlid, Veldre Friidrett	(31)	Geithus	01.07.2006
M80-84	3:27.77		Oddvar Lie, Røa IL	(16)	Lillehammer	15.08.1997
M85-89	5:06.1		Nils H. Ask, Gjerdrum IL	(17)	Jessheim	25.09.2003
M90-94	4:41.11		Petter Green, IL Stjørdals-Blink	(12)	Trondheim/Da	30.08.2003

1500m

M35-39	3:44.62		Bård Kvalheim, IK Tjalve	(73)	Oslo/Bi	06.06.2008
M40-44	3:57.9		Arne Hamarsland, IL Gular	(33)	Fana	30.05.1973
M45-49	4:01.54		Paul Dahl, Hadeland FIK	(44)	Jessheim	08.08.1989
M50-54	4:16.29		Paul Dahl, IL Kolbukameratene	(44)	Oslo/Bi	17.07.1995
M55-59	4:22.4		Alf Eidsæther, Selsbakk IF	(28)	Trondheim	24.07.1984
M60-64	4:41.66		Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Fana	18.07.2001
M65-69	4:57.81		Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Misano, ITA	14.09.2007
M70-74	5:19.82		Gudmund Straume, Drangedal IL	(18)	Haugesund	27.08.1989
M75-79	5:55.76		Knut Austlid, Veldre Friidrett	(31)	Geithus	02.07.2006
M80-84	6:49.7		Hans Nordengen, Hurdal IL	(17)	Jessheim	18.06.1997
M85-89	7:29.0		Petter Green, IL Stjørdals-Blink	(12)	Stjørdal	15.08.1997
M90-94	8:40.0		Petter Green, IL Stjørdals-Blink	(12)	Stjørdal	21.08.2002
M95-99	12:57.7		Petter Green, IL Stjørdals-Blink	(12)	Stjørdal	08.08.2007

3000m

M35-39	8:02.74		Stig Roar Husby, IL i BUL	(54)	Oslo/Bi	01.07.1989
M40-44	8:26.6		Tor Vevle, IL Fri	(40)	Fana	01.09.1981
M45-49	8:35.38		Tor Vevle, IL Fri	(40)	Fana	26.06.1986
M50-54	9:08.2		Nils Undersåker, Inderøy IL	(39)	Steinkjer	22.08.1990
M55-59	9:24.66		Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Ulvik	07.07.1996
M60-64	9:49.74		Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Haukås	22.08.2001
M65-69	10:45.10		Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Geithus	30.06.2006
M70-74	11:26.3		Gudmund Straume, Drangedal IL	(18)	Trondheim/Le	29.07.1988
M75-79	12:27.81		Knut Austlid, Veldre Friidrett	(31)	Geithus	30.06.2006
M80-84	14:28.65		Ragnvald Næsje, Rana FIK	(11)	Overhalla	06.08.1993
M85-89	16:04.6		Petter Green, IL Stjørdals-Blink	(12)	Stjørdal	18.06.1997
M90-94	18:36.0		Petter Green, IL Stjørdals-Blink	(12)	Stjørdal	19.06.2002
M95-99	26:17.4		Petter Green, IL Stjørdals-Blink	(12)	Stjørdal	20.06.2007

5000m

M35-39	14:07.76		Eirik Berge, IK Tjalve	(48)	Øvre Årdal	24.08.1984
M40-44	14:37.5		Tor Vevle, IL Fri	(40)	Fana	23.09.1980
M45-49	14:56.9		Tor Vevle, IL Fri	(40)	Voss	24.08.1985
M50-54	15:40.3		Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Knarvik	29.09.1993
M55-59	16:17.45		Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Tønsberg	10.08.1996
M60-64	17:08.38		Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Florø	09.09.2001
M65-69	18:26.23		Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Riccione, ITA	07.09.2007
M70-74	19:28.45		Gudmund Straume, Drangedal IL	(18)	Turku, FIN	25.07.1991
M75-79	21:47.10		Svein Arnold Ovesen, Malm IL	(28)	Stjørdal	03.08.2003
M80-84	27:28.53		Ingolf Hådem, NTNUI	(29)	Huddinge, SWE	26.06.2009
M85-89	30:21.56		Truls Stenmark, Moss IL	(13)	Oslo/St	09.08.1998

10000m

M35-39	29:30.44		Knut Hegvold, Heimdal IF	(61)	Gävle, SWE	30.06.1997
M40-44	30:41.2		Oddvar Brå, Strindheim IL	(51)	Trondheim/Le	22.09.1993
M45-49	31:31.01		Paul Dahl, Hadeland FIK	(44)	Oslo/Bi	18.07.1989
M50-54	32:27.1		Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Ulvik	19.09.1993
M55-59	34:13.3		Nils Undersåker, Inderøy IL	(39)	Skogn	04.09.1994
M60-64	35:53.5		Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Fana	19.09.2001
M65-69	39:22.54		Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Hatland	08.10.2006
M70-74	40:57.2		Gudmund Straume, Drangedal IL	(18)	Larvik/Lo	02.07.1989
M75-79	46:00.90		Ingolf Hådem, NTNUI	(29)	San Sebastian, ESP	28.08.2005
M80-84	55:42.12		Ingolf Hådem, NTNUI	(29)	Huddinge, SWE	28.06.2009

80m hekk / hurdles 76.2 cm

M70-74	14.24	+1,0	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Århus, DEN	01.07.2007
M75-79	16.00	+0,0	Erik Holø, Vågå FIK	(28)	Stjørdal	02.08.2003
M80-84	20.05	+0,1	Teodor Solheim, IL Jotun	(15)	Bismo	12.08.1995

80m hekk / hurdles 68.6 cm

M80-84	20.20	-0,4	Erik Holø, Lalm IL	(28)	Tønsberg	17.08.2008
--------	-------	------	--------------------	------	----------	------------

100m hekk / hurdles 91.4 cm

M50-54	15.46	+0,7	Olav Grasbakken, Raufoss IL	(45)	Bismo	12.08.1995
M55-59	16.77	+0,4	Svein Hytten, Tønsberg FIK	(40)	Kajaani, FIN	30.06.1995

100m hekk / hurdles 84.0 cm

M60-64	16.89	+1,8	Trond Einar Furuly, IL Stålkameratene	(44)	Kristiansand	26.06.2004
M65-69	18.21	-0,4	Svein Høilo, Oslo IL	(27)	Kristiansand	29.06.1992
	17.7		Gudmund Skrivervik, Stryn T&IL	(21)		.1986

110m hekk / hurdles 106.7 cm

M35-39	15.18	-0,8	Per Olaf Nicolaisen, IK Tjalve	(61)	Oslo/Bi	14.05.1996
	14.8		Håkon Fimland, Førde IL	(42)	Førde	09.08.1978

110m hekk / hurdles 99.1 cm

M35-39	17.94	+0,8	Roger Hollup, Heimdal IF	(59)	Bismo	12.08.1995
M40-44	15.82	+1,62	Olav Grasbakken, Raufoss IL	(45)	Oslo/Bi	09.08.1986
	15.6	+0,42	Olav Grasbakken, Raufoss IL	(45)	Trondheim/Le	30.07.1988
M45-49	16.84		Audun Hopland, Asker SK	(52)	Oslo/St	08.08.1998
	16.4	-3,6	Olav Grasbakken, Raufoss IL	(45)	Kristiansand	11.08.1990

300m hekk / hurdles 76.2 cm

M60-64	46.61		Svein Høilo, Oslo IL	(27)	Melbourne, AUS	01.12.1987
M65-69	50.01		Svein Høilo, Oslo IL	(27)	Miyazaki, JPN	13.10.1993
M70-74	54.99		Trygve Syversen, Ski IL	(22)	Bjørkelangen	09.08.1992
M75-79	57.69		Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Lillehammer	16.08.1997

300m hekk / hurdles 68.6 cm

M70-74	53.01		Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Ravnanger	26.06.2005
M75-79	59.51		Knut Austlid, Veldre Friidrett	(31)	Geithus	01.07.2006
M80-84	67.30		Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Carolina, PUR	05.07.2003

400m hekk / hurdles 91.4 cm

M35-39	54.48		Olav Grasbakken, Raufoss IL	(45)	Bodø	04.07.1980
	54.2		Olav Grasbakken, Raufoss IL	(45)	Raufoss	30.05.1982
M40-44	55.74		Olav Grasbakken, Raufoss IL	(45)	Lillehammer	11.06.1988
	55.4		Olav Grasbakken, Raufoss IL	(45)	Raufoss	05.10.1985
M45-49	58.58		Olav Grasbakken, Raufoss IL	(45)	Byrkjelo	11.08.1991
	58.1		Olav Grasbakken, Raufoss IL	(45)	Kristiansand	12.08.1990

400m hekk / hurdles 84.0 cm

M50-54	59.26		Johan Petter Hesselberg, Byåsen IL	(32)	Strasbourg, FRA	14.07.1982
M55-59	66.98		Hilmar Knudsen, Malvik IL	(31)	Pori, FIN	01.08.1987

2000m hinder / steeplechase 76.2 cm

M60-64	7:01.22		Nils Undersåker, Inderøy IL	(39)	Jyväskylä, FIN	15.07.2000
M65-69	7:47.24		Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Misano, ITA	15.09.2007
M70-74	8:28.48		Ari Valdemarsson, IL Flint	(33)	Århus, DEN	01.08.2004

3000m hinder / steeplechase 91.4 cm

M35-39	8:47.5		Jan Voje, Gjerpen IF	(42)	Oslo/Bi	20.06.1978
M40-44	9:18.2		Nils Undersåker, Inderøy IL	(39)	Steinkjer	06.09.1980
M45-49	9:16.1		Nils Undersåker, Inderøy IL	(39)	Ørsta	02.09.1984
M50-54	9:38.6		Nils Undersåker, Inderøy IL	(39)	Steinkjer	10.06.1989
M55-59	10:28.18		Nils Undersåker, Inderøy IL	(39)	Leirvik	06.08.1994

Høyde / High Jump

M35-39	2.05		Per Kristian Vik, Os TF	(47)	Fana	19.06.1983
M40-44	1.99		Per Kristian Vik, Os TF	(47)	Garmertingen, GER	16.06.1987
M45-49	1.90		Per Kristian Vik, Os TF	(47)	Kristiansand	29.06.1992
M50-54	1.80		Bjarte Holmeide, Tingvoll FIK	(44)	Torvikbukkt	03.08.1997
	1.80		Per Erling Eide, IF Fram, Larvik	(51)	Tønsberg	05.08.2004
M55-59	1.76		Per Erling Eide, IF Fram, Larvik	(51)	Larvik	31.05.2006
M60-64	1.63		Jan Kristian Olsen, IL Fri	(47)	Ravnanger	16.06.2007
M65-69	1.53		Erik Stai, IF Kamp-Vestheim	(15)	Helsinki, FIN	06-10.08.1980
M70-74	1.46		Erik Stai, IF Kamp-Vestheim	(15)	Helsingborg, SWE	03.08.1985
M75-79	1.42		Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Riccione, ITA	09.09.2007
M80-84	1.31		Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Bismo	04.08.2001
M85-89	1.19		Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Geithus	01.07.2006
M90-94	1.03		Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Stjørdal	02.08.2003

Stav / Pole Vault

M35-39	4.87		Alexander Grelland, Spydeberg IL	(66)	Lyngby, DEN	11.05.2003
M40-44	4.77		Alexander Grelland, Spydeberg IL	(66)	København, DEN	10.06.2006
M45-49	3.90		Einar Johan Svendgård, Skogn IL	(49)	Buffalo, USA	14.07.1995
M50-54	3.50		Andreas Larsen Nyhus, IF Hellas	(31)	Tønsberg	07.07.1981
M55-59	3.20		Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Turku, FIN	26.07.1992
	3.20		Ivar Bredholt, Askim IF	(45)	Ravnanger	30.06.2000
M60-64	3.10		Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Huddinge, SWE	28.06.1998
M65-69	2.92		Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Tønsberg	04.08.2002
M70-74	2.82		Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Ravnanger	15.06.2007
M75-79	2.31		Willy Finnanger, Namsen FIF	(18)	Bismo	11.08.1995
M80-84	2.10		Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Overhalla	06.08.1993

Lengde / Long Jump

M35-39	7.49	+2,0	Kristen Fløgstad, Søgne IL	(47)	Øvre Årdal	26.08.1984
M40-44	6.95		Kristen Fløgstad, Søgne IL	(47)	Kristiansand	24.06.1988
M45-49	6.71	+1,7	Kristen Fløgstad, Søgne IL	(47)	Kristiansand	25.06.1996
M50-54	6.63	+1,3	Kristen Fløgstad, Søgne IL	(47)	Lillehammer	15.08.1997
M55-59	5.81		Kristen Fløgstad, Søgne IL	(47)	Søgne	21.05.2002
M60-64	5.50	+0,1	Jakob Rypdal, Tresfjord IL	(26)	Malmö, SWE	27.07.1986
M65-69	5.32		Gudmund Skrivervik, Stryn T&IL	(21)	Byrkjelo	.1986
M70-74	4.98	-1,5	Gudmund Skrivervik, Hornindal IL	(21)	Turku, FIN	25.07.1991
M75-79	4.27	+0,8	Gudmund Skrivervik, Hornindal IL	(21)	Malmö, SWE	26.07.1996
M80-84	3.90		Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Bismo	03.08.2001
M85-89	3.77	+1,6	Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Poznan, POL	23.07.2006
M90-94	2.08		Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Oslo/So	06.09.2003

Tresteg / Triple Jump

M35-39	15.52	+1,0	Kristen Fløgstad, Søgne IL	(47)	Oslo/Bi	21.07.1982
M40-44	14.84	+1,0	Kristen Fløgstad, Søgne IL	(47)	Tønsberg	13.05.1989
M45-49	13.22		Odd Bergh, Tønsberg FIK	(37)	Larvik/Lo	15.06.1982
M50-54	13.50	+1,4	Kristen Fløgstad, Søgne IL	(47)	Kristiansand	31.05.1997
M55-59	12.30		Jakob Rypdal, Tresfjord IL	(26)	Brighton, GBR	20.08.1984
M60-64	12.01		Jakob Rypdal, Tresfjord IL	(26)	Melbourne, AUS	05.12.1987
M65-69	10.84		Jakob Rypdal, Tresfjord IL	(26)		17.08.1991
M70-74	10.17	+0,4	Gudmund Skrivervik, Hornindal IL	(21)	Turku, FIN	27.07.1991
M75-79	9.48		Teodor Solheim, IL Jotun	(15)	Budapest, HUN	04.07.1990
M80-84	8.23	-1,3	Teodor Solheim, IL Jotun	(15)	Bismo	13.08.1995
M85-89	6.42		Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Oslo/So	18.09.1999

Kule / Shot Put 7.26 kg

M35-39	19.29		Bjørn Bang Andersen, IL i BUL	(37)	Stavanger/St	12.08.1972
M40-44	18.39		Jan Sagedal, IK Tjalve	(60)	Steinkjer	13.08.2000
M45-49	17.46		Bjørn Bang Andersen, IL i BUL	(37)	Meisingset	03.07.1982

Kule / Shot Put 6.0 kg

M50-54	17.16		Bjørn Bang Andersen, IF Urædd	(37)	Ålesund	09.08.1987
M55-59	14.46		Arild Busterud, Løten Friidrett	(48)	Misano, ITA	09.09.2007

Kule / Shot Put 5.0 kg

M60-64	15.09		Arild Busterud, Løten Friidrett	(48)	Ljubljana, SLO	27.07.2008
M65-69	13.41		Svein Hytten, Tønsberg FIK	(40)	Tønsberg	28.09.2005

Kule / Shot Put 4.0 kg

M70-74	13.54		Per Stavem, Oslo IL	(26)	Lillehammer	16.08.1997
M75-79	12.60		Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Lyngdal	16.10.1994
M80-84	10.60		Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Rolvstrud	23.09.1998
M85-89	9.30		Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Moss	17.09.2003
M90-94	7.33		Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Heggedal/Gj	08.05.2003

Kule / Shot Put 3.0 kg

M80-84	10.34		Peder Stensletten, Stord IL	(23)	Geithus	30.06.2006
M85-89	10.14		Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Geithus	30.06.2006
M90-94	7.15		Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Heggedal/Gj	31.05.2008
M95-99	6.28		Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Tønsberg	15.08.2008

Diskos / Discus Throw 2.0 kg

M35-39	68.50		Knut Hjeltnes, IL Gular	(51)	Salinas, USA	12.04.1986
M40-44	64.22		Svein Inge Valvik, IK Tjalve	(56)	Haugesund	21.06.1996
M45-49	62.52		Knut Hjeltnes, Bergen FIK	(51)	Modesto, USA	10.05.1997
M50-54	53.88		Svein Inge Valvik, Urædd Friidrett	(56)	Porsgrunn	11.06.2006

Diskos / Discus Throw 1.5 kg

M50-54	51.84	Tormod Lislerud, Ski IL	(40)	Heggedal	26.05.1990
M55-59	47.90	Leif Gundersrud, IL Tyrving	(34)	Oslo/So	28.05.1989

Diskos / Discus Throw 1.0 kg

M60-64	54.20	Stein Haugen, Oslo Politis IL	(33)	Heggedal/Gj	02.09.1995
M65-69	50.49	Svein Hytten, Tønsberg FIK	(40)	Lyngdal	24.09.2005
M70-74	47.70	Olav Reppen, Brønnøysund IL	(11)	Brønnøysund	11.09.1982
M75-79	39.78	Helge Karl Fossnes, Kristiansands IF	(23)	Vågsbygd	20.09.1999
M80-84	32.01	Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Oslo/So	05.09.1998
M85-89	26.38	Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Geithus	01.07.2006
M90-94	21.28	Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Heggedal/Gj	08.05.2003
M95-99	13.32	Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Oslo/La	02.05.2009

Slegge / Hammer Throw 7.26 kg

M35-39	66.84	Anders Halvorsen, IL Norna-Salhus	(69)	Aremark	02.08.2004
M40-44	62.52	Magne Føleide, Florø T&IF	(37)	Florø	21.09.1977
M45-49	58.96	Magne Føleide, Florø T&IF	(37)	Florø	18.08.1982

Slegge / Hammer Throw 6.0 kg

M50-54	62.16	Arne Lothe, IL Gular	(38)	Bergen/Sk	15.04.1989
M55-59	59.43	Arild Busterud, Løten IL	(48)	Århus, DEN	31.07.2004
	59.76	Arne Lothe, IL Gular	(38)		.1993

*** - Ubekreftet / Not confirmed

Slegge / Hammer Throw 5.0 kg

M60-64	63.32	Arild Busterud, Løten Friidrett	(48)	Ljubljana, SLO	28.07.2008
M65-69	53.82	Arne Lothe, Gloppen FIL	(38)	Hyen	26.03.2005

Slegge / Hammer Throw 4.0 kg

M70-74	50.66	Arne Lothe, IL Gular	(38)	Ravnanger	07.06.2008
M75-79	44.70	Olav Reppen, Brønnøysund IL	(11)	Brønnøysund	23.05.1987
M80-84	34.48	Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Tønsberg	25.04.1998
M85-89	27.90	Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Moss	17.09.2003
M90-94	19.06	Olav O. Reigstad, Osterøy IL	(12)	Knarvik	24.05.2003

Slegge / Hammer Throw 3.0 kg

M80-84	28.70	Kurt Fredrik Homme, Fossum IF	(29)	Tønsberg	25.04.2009
M85-89	24.24	Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Heggedal/Gj	27.05.2006
M90-94	20.12	Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Oslo/La	18.10.2008
M95-99	15.50	Olav O. Reigstad, Osterøy IL	(12)	Hatland	27.08.2007

Spyd / Javelin Throw 800 g

M35-39	77.52	Ronny Nilsen, IL Norna-Salhus	(71)	Asker	04.06.2006
	82.54	Terje Thorslund, Nittedal IL	(45)	Bodø	04.07.1980
M40-44	63.78	Narve Hoff, Ålesund FIK	(57)	Ålesund	28.08.1999
	67.34	Harald Lorentzen, Byåsen IL	(44)	Trondheim/Le	09.09.1985
M45-49	60.12	Harald Lorentzen, Byåsen IL	(44)	Larvik/Lo	02.07.1989
	61.90	Egil Danielsen, Hamar IL	(33)	Spikkestad	20.08.1978
M50-54	50.92	Egil Danielsen, Hamar IL	(33)	Melbourne, AUS	06.12.1987
	55.58	Egil Danielsen, Hamar IL	(33)	Biri	23.07.1983
M55-59	51.38	Egil Danielsen, Romedal IL	(33)	Ski	12.06.1988
	55.16	Hans Øverland, Høybråten & Stovner IL	(24)	Helsinki, FIN	10.08.1980

*** - Gammel spydtype / Pre-1999 implement

Spyd / Javelin Throw 700 g

M50-54	53.21	Karl Jørgen Hoff, Spydeberg IL	(57)	Tønsberg	25.04.2009
M55-59	46.78	Terje Mæhlum, Hamar IL	(49)	Brumunddal	03.07.2005

Spyd / Javelin Throw 600 g

M60-64	47.70		Kolbjørn Jordfald, Ski IL	(37)	Ski	18.08.1999
	54.90	***	Hans Øverland, Høybråten & Stovner IL	(24)	Helsingborg, SWE	04.08.1985
M65-69	46.92		Kolbjørn Jordfald, Ski IL	(37)	Oslo/Bi	05.09.2002
M70-74	33.08		Thor Nordam, Oslo IL	(28)	Steinkjer	04.07.1999
	40.28	***	Bjarne Bryntesen, IF Sturla	(12)	Spikkestad	19.09.1982
M75-79	28.97		Håvard Lund, Ullensaker/Kisa IL	(24)	Lørenskog	20.07.1999
	31.44	***	Olav Reppen, Brønnøysund IL	(11)	Brønnøysund	30.09.1986
M80-84	22.39		Asbjørn Reigstad, Osterøy IL	(18)	Steinkjer	04.07.1999
	27.58	***	Olav Nyvoll, Hannevikas IL	(16)	Tønsberg	11.08.1996
M85-89	21.35		Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Odense, DEN	05.09.1999
	22.12	***	Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Oslo/So	29.05.1999

*** - Gammel spydtype / Pre-1999 implement

Spyd / Javelin Throw 500 g

M70-74	42.13		Kolbjørn Jordfald, Ski IL	(37)	Ski	22.08.2007
M75-79	36.33		Magne Sund, Lånke IL	(30)	Tønsåsén	03.05.2006

Spyd / Javelin Throw 400 g

M80-84	32.39		Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Brisbane, AUS	06.07.2001
M85-89	29.57		Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Poznan, POL	27.07.2006
M90-94	20.80		Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Århus, DEN	29.07.2004
M95-99	11.90		Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Oslo/Tr	18.06.2008

Vektkast / Weight Throw 15.88 kg

M35-39	18.15		Anders Halvorsen, IL Norna-Salhus	(69)	Newark, USA	19.09.2004
M40-44	16.51		Iver Hytten, Tønsberg FIK	(66)	Sem	11.06.2009
M45-49	15.90		Arild Busterud, Løten IL	(48)	Malmö, SWE	27.07.1996

Vektkast / Weight Throw 11.34 kg

M50-54	21.57		Arild Busterud, Løten IL	(48)	Gateshead, GBR	06.08.1999
M55-59	21.29		Arild Busterud, Løten IL	(48)	Århus, DEN	22.07.2004

Vektkast / Weight Throw 9.08 kg

M60-64	24.20		Arild Busterud, Løten Friidrett	(48)	Ljubljana, SLO	25.07.2008
M65-69	20.53		Arne Lothe, Gloppen FIL	(38)	Hyen	13.07.2003

Vektkast / Weight Throw 7.26 kg

M70-74	20.85		Arne Lothe, IL Gular	(38)	Ravnanger	08.06.2008
M75-79	16.52		Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Lyngdal	16.10.1994

Vektkast / Weight Throw 5.45 kg

M80-84	15.94		Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Heggedal/Gj	23.06.1998
M85-89	14.83		Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Århus, DEN	31.07.2004
M90-94	10.82		Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Heggedal/Gj	26.05.2003
M95-99	6.31		Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Tønsberg	17.08.2008