



Friidrettsåret 2019

**Elias vart norgesmeister -
Andrine tok sølv i spyd**



Statistikk - Årsmelding - Tekst og bilete

Årsmelding 2019 – Ørsta IL friidrett

Styret

Leiar: Olve Øyehaug

Økonomi: Trine Skjeret

Sportsleg leiar: Elin Opsal

Styremedlem: Lisbeth Hovden Nilsen

Styremedlem: Ole Jørgen Ose

Styremedlem: Åsmund Keilen

Styremedlem vara: Kristine Sævik Bjørneset

Sportsleg utval

Sportsleg leiar: Elin Opsal

Trenarar: 13+ år: Elin Opsal, Kari Lundestad Myrøld, Svein-Egil Johannessen, Erik Drange Tønnessen, Michele Tharaldsen Hoggen.

10-12 år: Olve Øyehaug, Åsmund Keilen, Yngve Vadstein

Rekruttar - Olve Øyehaug og foreldrehjelparar

Oppmann: Olve Øyehaug

Utøvarar 13+ har hatt oppfølging av kretstrenarar.

Skulekontakt – Einar Myrøld og Gunnar Festøy **Allidrettsgruppa:** Olve Øyehaug

Informasjonsmedarbeidar/pressekontakt Olve Øyehaug

Økonomiutval Trine Sørheim Skjeret og Olve Øyehaug

Sponsoransvarleg Olve Øyehaug

Stemneutval

Stemne i regi av Ørsta IL friidrett: Elin Opsal, Trine Skjeret, Olve Øyehaug

Saudehornet rett opp: Olve Øyehaug (kun rådgjervarrolle og formell teknisk arrangør)

Styremøte Det er halde to formelle styremøte. Mykje administrativt vert kommunisert og konkludert via elektroniske kanalar.

Representasjon administrativt

ØIL hovudstyre – Olve Øyehaug

Koordinatorar av anleggsgruppe: Ole Jørgen Ose og Olve Øyehaug

Statistikkførar: Svein-Egil Johannessen

Representasjon sportsleg – meisterskap

UM innandørs, Ulsteinvik: Amalie Tomasgard, J17 1500 m, bronse

NM Junior Sigdal: Elias Hovden Nilsen, MU20 spyd, gull. Andrine Hjellen Haugland, KU23 spyd, sølv. Anna Hjellen Haugland KU20 diskos og Sigrid Vartdal KU 200 m.

UM, Jessheim: Elias Hovden Nilsen, G18/19 spyd, bronse. Anna Hjellen Haugland, J17 diskos, bronse. Johannes Eiksund G16 100 m og 200 m, Amalie Tomasgard J17 800 m, Nahom Kibreab Ghebrehiwet G18/19 400 m og 800 m og Sigrid Vartdal J18/19 100 m og 200 m.

Nordisk juniorlandskamp U20, Kristiansand: Elias Hovden Nilsen, MU20 spyd, 5. plass.

Landslagsplass: Elias Hovden Nilsen vart i november med på juniorlandslaget U20 spyd.

Lerøyleikane: Fem deltakarar: Elise Aarflot, Thea Nilsen, Maria Mjelva Straume, Jenny Hermine Bjørneset og Arnstein Nikolai Ose

Økonomi Friidrettsgruppa i Ørsta har ein sunn økonomi. Eigenkapitalen er solid og førebels rekneskap viser eit overskot på rundt kr 9000,- i 2019. Inntekter frå eigne arrangement og stønad frå lokalt næringsliv gjer at drifta går bra. Gjennom aktivt sponsorarbeid har gruppa god sponsorstøtte. Vi vil spesielt takke hovudsponsoren vår SpareBank1 Søre Sunnmøre. Andre sponsorar er: Vartdal Plast, Tussa, Kiropraktor Nilsen, Toyota Sunnmøre, Furene og Sport 1 Ørsta.

Utmerkingar Andrine Hjellen Haugland fekk innsatspokal på årsmøtet til Ørsta IL. Innsatspokalen vart tildelt Andrine for ekstraordinær innsats som utøvar i greina spydkast. Sidan 2014 har ho vore i norgestoppen i sine aldersklassar i spyd. Ho har banerekorden i spyd på Ørsta stadion. Ho har teke fleire medaljar frå nasjonale meisterskap.

Sportslege aktivitetar

Friidrettsgruppa har arrangert følgjande stemne i 2019:

Innandørs treningsstemne – 1 stk

Utandørs treningsstemne – 2 stk

Rekrutteringscupar – 6 stk (tre av dei innbakt i Ørstastafetten, Sparebank1-leikane og Ørstaleikane), m.a.

90 utøvarar deltok på gateløpet i Vikegata.

Ørstastafetten (34 lag og 130 påmelde)

TINEstafetten (50 deltakande lag)

Friidrettens dag (120 deltakarar)

Sparebank 1 leikane (221 påmelde)

Saudehornet rett opp (kun rådgjeving og formell teknisk arrangør – ingen direkte oppgåver)

Ørstaleikane (180 påmelde)

Friidrettsskule (45 deltakarar og 9 trenarar) – 8. året på rad

Lagserien og krinsserien 2019 I lagserien 3. div. kvinner vart Ørsta IL sine kvinner nr. 15 (ned frå nr. 10 i 2018). Poengsummen vart 11 290 (11 663 i 2018). Våre herrar i 3. div. vart nr 99 med 6 774 poeng (nr 38 med 9 135 poeng i 2018).

Krinsserien for 2019 for jenter og gutar 10-19 år er ikkje offisiell i skrivande stund, men uoffisielle kalkylar frå klubben viser 19 100 poeng. Det er høgste poengsum på svært mange år.

Rekordar Klubben fekk 28 resultat blant dei **10 beste på landsbasis** i aldersbestemte klassar (13 år og eldre) og senior/veteran:

Amalie Tomasgard, Andrine Hjellen Haugland, Anna Hjellen Haugland, Arnstein Nikolai Ose, Elias Hovden Nilsen, Filip Hoggen, Jenny Hermine Bjørneset, Johannes Eiksund, Sigrid Vartdal og Thea Nilsen.

Klubben fekk 102 resultat utandørs og 72 innandørs som var blant dei **3 beste på krets nivå** i aldersbestemte klasser og senior/veteran. Dei 21 som fekk desse resultata var:

Amalie Tomasgard, Andrine Hjellen Haugland, Anna Hjellen Haugland, Arnstein Nikolai Ose, Elias Hovden Nilsen, Elise Aarflot, Filip Hoggen, Jenny Hermine Bjørneset, Johannes Eiksund, Johannes Vinsrygg Vadstein, Jørgen Andre Førde, Maria Mjelva Straume, Mathias Nedreliid Vatne, Nahom Kibreab Ghebrehiwet, Sador Mikael Tesfay, Sigrid Vartdal, Steffen Velle Josefsen, Thea Nilsen, William Lillefosse, Zita Hovemann og Åse Øyehaug

Banerekordar: Andrine Hjellen Haugland sette banerekord med 49,90 meter i spyd. Anna Hjellen Haugland sette banerekord med 41,33 meter i slegge.

Klubbrekordar senior: 3 utandørs og 10 innandørs

Klubbrekordar junior: 3 utandørs og 9 innandørs

Over 1000-poeng To utøvarar frå Ørsta oppnådde til saman 8 resultat over 1000 poeng etter Tyrving-tabellen i 2019: Desse var: Anna Hjellen Haugland og Elias Hovden Nilsen

Over 900-poeng 17 utøvarar frå Ørsta oppnådde til saman 60 resultat over 900 poeng etter Tyrving-tabellen i 2019: Desse var:

Anna Hjellen Haugland, Aron Bjørdal Berg, Elias Hovden Nilsen, Elise Aarflot, Frøya Bernseter Keilen, Håvard Bernseter Keilen, Johannes Eiksund, Jonatan Hovden Ryste, Julie Hovden Ryste, Liam Digernes Mehreb, Madeleine Kristoffersen, Maria Mjelva Straume, Nahom Kibreab Ghebrehiwet, Oda Heltne Tønnessen, Oskar Mjelva Straume, Rasmus Nymark og Sigrid Vartdal.

Dommarkurs

Etter at deltakarane på kretsdommarkurset i 2018 fekk praksis i 2019 fekk vi tre nye kretsdommar: Yngve Vadstein, Michele Hoggen og Kristine Bjørneset. Vi har og fire dommaraspirantar Ole Jørgen Ose, Andre Eiksund, Elias Hovden Nilsen og Åse Øyehaug som vi har som mål å få godkjent som dommarar i 2020.

Kommentar frå leiar Dei sportslege resultata er dei beste på mange år frå klubben. Klubben fekk for første gang på mange år gull og sølv i junior NM. Det var som i 2018 stor deltaking frå klubben på UM og NM, det vil seie beste på mange år. Friidrettsgruppa har hatt godt frammøte på treningane også i 2019. Det var som oftast rundt 50-70 utøvarar på stadion på tysdagstreningane, enkelte gongar godt over det. Rekruttgruppa er størst. Det var stort sett 30-40 rekruttar på kvar av treningane, men med ein liten nedgang frå 2018. Det var ein god auke i 10-12 årsgruppa frå 2018, og det var over 20 aktive i gruppa i 2019. I alderen 13 år og eldre var det godt frammøte gjennom året, med 10-15 faste på kvar trening, og rundt 20 totalt i gruppa. Det vart ein god auke i gruppa då vintersesongen 19/20 starta. Det er stadig fleire utøvarar frå Volda som er med i klubben. Friidrettsgruppa har i 2019 hatt om lag like stor aktivitet som i 2018 då vi hadde største aktivitet på mange år. Vi har arrangert 10 store og små stemne og ein friidrettsskule. Gruppa bidrog som rådgjevar for Saudehornet rett opp. Det har vore god deltaking frå klubben på treningssamlingar i regi av kretsen.

Det har vore god dekning i Møre Nytt og Møre av eigne stemne og deltaking på stemne andre stader. Klubben har vore aktiv på eiga nettside og på Facebook, og har nådd ut til mange lesarar. Spesielt har Svein-Egil Johannessen utmerka seg med omfattande og raske oppdateringar av resultat og statistikk på medlemsgruppa på Facebook. Positivt er det at Møre Nytt no på eige initiativ hentar nyhende frå nettsida vår.

Den nye Ørstahallen opna 26. januar i 2019. Vi hadde første friidrettstrening der 11. februar. I hallen er det ei 60 metersbane med 4 løpebaner og om lag 15 meter retardasjonsfelt. Det er og ei lengdehoppgrøp i enden av løpebana. Det er lagt til rette for feste av kastbur og spydsegl i hallen. Vi nyttar og ei av dei tre handballbanene i hallen fleire gongar i veka til spenst og styrke i vintersesongen. Ørsta Idrettspark er i gang med å kjøpe inn kastsegl for spyd tidleg i 2020.

På dugnadar har det vore bra frammøte. Tartandekket vart spylt med brannslange før sesongstart på våren. Det vart hatt på soppdrepar på tartandekket på våren. Løpedekket vart ikkje djupreinsa. Klubben fekk klubbsett med t-skjorte og genser frå Friidrettsforbundet og Coop Extra. Ut over dette vart det ikkje kjøpt inn nye klubbkle i 2018.

Det viktigaste for Ørsta IL friidrett er å gje barna eit godt friidrettstilbod. Dette har vi lukkast med. Svært mange unge barn deltek på treningane, og 2019 har representert Ørsta på stemne. Det var 179 deltakarar på rekrutteringscupane. Dette er ikkje mange klubbar i landet som har så god deltaking på eigne stemne. På gateløpet var det heile 90 utøvarar frå Ørsta IL. Friidrettsgruppa i Ørsta er godt nøgd med året 2019, og som leiar av gruppa vil eg takke alle for vel utført arbeid.

Olve Øyehaug, 14. januar 2019

Offisiell opning av Ørstahallen



Det var stor stemning i friidrettsgruppa under opninga av hallen 26.-27. januar! På bildet er nokre frå gruppa samla rett før verdsmeister Karsten Warholm stod for den offisielle opninga.

Ørstahallen vil gi friidretten og resten av idretten eit stort løft! No ser vi verkeleg fram til å ha vintertreningane innandørs.

MØRE-NYTT TYS DAG 29. JANUAR 2019 13



HURTIGTØG: Johannes Eiksund (G16) imponerte under krinsmeisterskapen i friidrett i helga. Han er no den raskaste utevaren på 60 meter og 200 meter innandørs i klubben si historie. FOTO: ØRSTA IL FRIIDRETT

44 personlege rekordar under KM

Krinsmeisterskap i friidrett i Ulsteinhallen vart ein suksess for Ørsta IL friidrett. Med 44 personlege rekordar, mange klubbrekordar og mange medaljar viste friidrettsgruppa at forma er svært god.

Klubbens hurtigtog Johannes Eiksund (G16) spring raskare og raskare. Han fekk 951 Tyrvingpoeng på 60 m for løpet på 7,58 sekund, og 919 Tyrvingpoeng for sine 24,45 sekund på 200 m. Desse tidene er dei raskaste 60 m og 200 m innandørs som nokon gong er sprunge av ein gut/mann i Ørsta IL.

Ein som vert verkeleg spennande å følge med i tida framover er Nahom Kibrebab Ghebrehiwet (G18). Han begynte med friidrett rett før jul. Allereie no viser han til

imponerende resultat og klubbrekordar innandørs. Han sprang 400 m på 54,06 og 800 m på 2,08,55. På 400 m var han berre 1,3 sek bak ein av landets raskaste 18-åringar, Harald Lund Johansen frå Sunndal IL.

Amalie Tomasgard (J17) trenar svært målretta er av dei som har hatt nesten kontinuerleg framgang dei siste åra. Ho vart krinsmeister på 800 m med 2,35,09. Ho tok sølv på 400 m med 1,04,65.

Filipp Hoggen (G15) har flott framgang. Han var for første gong under 60 sek på 400 m med tida 58,98, ny pers og ny klubbrekord G15.

Elise Aarflot (J13) tok to gull (60 m og lengde), ein sølv og tre bronse. Ho sette klubbrekord J13 i lengde med 4,37 s og på 60 m hekk på 12,73 sek.

Oskar Mjelva Straume (G12) sette fire klubbrekordar i klassen G12, og tok mange medaljar. Høgdehoppet på 1,29 m var

eitt av dei gode resultatane hans. Søster hans, Maria Mjelva Straume (J14) sette ny PR og innandørsrekord J14 på 800 m 2,47,35.

Det var så mange andre gode prestasjonar at vi får plass til alle her. Sjå resultatistene på www.dimna.no

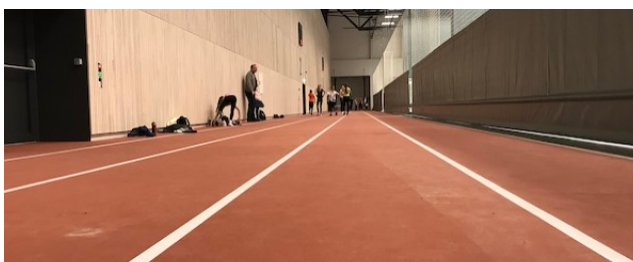
Ørsta IL friidrett stilte med 23 utøvarar på krinsmeisterskap i friidrett i Ulsteinhallen 26.-27. januar. Det var rundt 250 påmelde frå 35 klubbar på stemnet, fordelt på vel 700 startar.

Med suksess på KM og opning av Ørstahallen så har dette vore ei friidrettshelg av dei store!

ØRSTA IL FRIIDRETT

Første trening i den nye Ørstahallen

No er vi i gang med treningane i den nye Ørstahallen. Første trening var måndag 11. februar. Tysdag den 12. februar fekk vi verkeleg glede oss over hallen for då var det pøsregn og slaps ute.



Stor stemning og godt frammøte på 900-poengsfesten

45 store og litt store samla seg på den årlege 900-poengsfesten på klubbhuset, den 13. februar, for å ete pizza, vere med på quiz, sjå på bilete og få årshefte. Det var premieutdeling for godt frammøte og utdeling av 900-poengfat.

Åtte utøvarar som fekk så gode resultat i 2018 at dei oppnådde over 900 poeng på Tyrving-tabellen. Når ein oppnår 900 eller fleire poeng er ein i toppen på krinsnivå. Er ein over 1000 poeng så er ein i landstoppen. Får ein over 1100 poeng så er ein på internasjonalt nivå. Høgste poengsum hadde Anna Hjellen Haugland med 1065 poeng for sleggekastet på 46,46 meter. Dette var med 3 kg slegge på Loggane/Gloppen 27. mai.

Godt frammøte på treningane skaper miljø. Dei tre med mest frammøte i kvar av aldersgruppene 10-12 år og 13 år og eldre fekk premie for frammøte. I 10-12 årsklassen var det Noah Digernes Merheb som hadde mest frammøte med 42 treningar. I klassen 13 år og eldre var det Åse Øyehaug som hadde mest frammøte med 75 treningar.



900-poengfat-vinnarane: Bak f.v.: Johannes Eiksund, Elias Hovden Nilsen og Sigrid Vartdal. Framme f.v.: Andrine, Hjellen Haugland, Elise Aarflot, Rasmus Nymark og Oskar Mjelva Straume. Anna Hjellen Haugland var ikkje tilstades då biletet vart teke.



Vinnarane av størst frammøte på treningane, f.v.: Arnstein Nikolai Ose, Filip Hoggen, Elise Aarflot og Åse Øyehaug. Noah Digernes Merheb og Mari Øyehaug var ikkje tilstades då biletet vart teke.



Det var god stemning på 900-poengsfesten med rundt 45 frammøtte.

Andrine på landslagssamling

Andrine Hjellen Haugland er invitert til å delta på samling med Norges Friidrettsforbund sitt rekrutteringslandslag i kast 15.-17. februar på Toppidrettsenteret i Oslo. På programmet står testing, kasting og anna trening/aktivitetar. Lagbygging er og ein del av opplegget. Andrine har sidan 2014 tilhøyrt norgestoppen i sine aldersklasser. Ho har to sølvmedaljar frå UM (NM for ungdom) 2016 og 2018. Gjennombrøtet på den store nasjonale scene kom i 2017 då ho som 18-åring vart nr. 7 i Norgesmeisterskapen for kvinner senior. I 2018 kasta ho lengst i Norge i klassen J18/19. Då vart det landslagsplass og tur til Danmark og Nordisk meisterskap U20 der ho vart nr. 5.

Bronse til Amalie i UM

Amalie Tomasgard (J17) tok bronse på 1500 m på UM med tida 5.31.06.

Ho deltok og på 800 m og 400 m.

Norgeseliten i friidrett i alderen 15 til 22 år var i helga samla på innandørs UM, NM for ungdom, i Ulsteinhallen. Ørsta IL friidrett stilte med 6 utøvarar.

Johannes Eiksund (G16) imponerte igjen og tok ein god 5. plass på 60 m. I løpet av UM vart det sett fleire klubbrekordar innandørs for Ørsta IL. Tida 7,45 sekund gjer Johannes Eiksund (G16) til Ørsta sin raskeste mann på 60 m gjennom alle tider!

Elias Hovden Nilsen (G18/19) tok 5. plass med 1,70 m i høgde og sette ny klubbrekord innandørs i klassane MJ og MS.

Ørsta hadde tre meisterskapsdebutantar som alle presterte godt: Nahom Kibreab (G18/19) sprang 800 m på 2,04,02 og fekk 11. plass. Tida er ny klubbrekord innandørs i klassane MJ og MS. Han sprang og ein god 400 m på 54,08. Jørgen Andre Førde (G18/19) tok 14. plass på 800 m med tida 2,11,74. William Lillefosse (G16) støytte 6 kg kula 9,07 m og tok 7. plass. Desse ungdomane har endå meir å gå på, så vi følger spent med på prestasjonane deira framover!



PRESSEMELDING **BRONSE:** Amalie Tomasgard tok bronse i UM i Ulsteinhallen.



NUMMER FEM: Elias Hovden Nilsen tok femteplassen i høgde med 1,70.



Johannes Eiksund tok 5. plass på 60 m. Han er no klubbens raskaste mann på 60 m med tida 7,45.



Nahom Kibreab (G18/19) sette klubbrekord innandørs på 800 m med 2,04,02 på 800 m.



3. Plass: Elise Aarflot (J13) frå Ørsta IL friidrett imponerte stort då ho tok 3. plass i lengde med 4,43 m på Bamseleikane i Stange.

Elise tok 3. plass på Bamseleikane

Elise Aarflot (J13) frå Ørsta IL friidrett imponerte stort då ho tok 3. plass i lengde med 4,43 m på Bamseleikane i Stange.

Ho sprang ein svært god 60 meter og tok 4. plass der med tida 8,68 sek. Ho sprang og ein rask 200 m på 29,23 sek og tok 6. plass der.

Ørsta IL friidrett stilte med

sju utøvarar på stemnet. Andreas Vinsrygg Vadstein (G11) imponerte på 60 m med tida 9,66 og tok 10. plass. Johannes Vinsrygg Vadstein (G14) sprang 600 m på 2,00,43 og tok 13. plass. Jenny Hermine Bjørneset (J13) sprang inn til 12. plass på 600 m med tida 2,03,11. Dei deltok og i fleire andre øvingar. Dei yngste deltakarane som deltok frå Ørsta IL var Martine og Julie Bjørneset og Simon Vinsrygg Vadstein. Dei deltok i

10-årsklassen.

Dei tradisjonsrike Bamseleikane i Stanghallen i Stange er eit av dei største innandørs friidrettsstemna i landet. I mange av årsklassane er det over 50 deltakarar. Stemnet vart arrangert 22.-24. mars av Hedmark Friidrettskrets. Premiane på Bamseleikane er bamsar.

ØRSTA IL FRIIDRETT



Ørsta IL sin gjeng samla framfor premiane. F.v.: Martine Amelia Bjørneset, Jenny Hermine Bjørneset, Elise Aarflot, Julie Kornelia Bjørneset, Andreas Vinsrygg Vadstein, Johannes Vinsrygg Vadstein og Simon Olai Vinsrygg Vadstein.

Andrine sette ny banerekord på Ørsta stadion



Andrine Hjellen Haugland er i storform allereie tidleg i april. På sesongopninga i dag 8. april kasta ho 600 gr spydet heile 49,90 m! Det er Norgesklasse-resultat! No er Andrine berre 1,10 m bak kvalifiseringskravet til EM U23.

Kastet er ny pers (før 46,50 m) - ny banerekord (før 42,09 m) - ny klubbrekord KJ og KS - ny kretsrekord KJ22 og KS.

Elias Hovden Nilsen (800 gr spydet) held fram med framgangen. I dag kom han opp med 53,43 m som er knappe to meter bak pers.

Seks frå friidrettsgruppa på treningsleirar på Kypros og i Danmark

Seks av utøvarane i eldstegruppa til Ørsta IL friidrett er på treningsleirar på Kypros og i Danmark i påska. På Kypros er rundt 60 utøvarar samla i regi av Møre og Romsdal friidrettskrets. Fire av våre er med der. I Danmark er to av våre på kastsamling.

Andrine fekk innsatspokal på årsmøtet til Ørsta IL

Andrine Hjellen Haugland fekk innsatspokal på årsmøtet til Ørsta IL. Innsatspokalen vart tildelt Andrine for ekstraordinær innsats som utøvar.



● Sesongstart for friidretten

90 med på gateløpet



GATELOP: 90 deltakarar gjer seg klare til gateløp. FOTO: PRIVAT

Heile 90 utøvarar deltok på gateløpet som Ørsta IL friidrett arrangerte tysdag 23. april i Vikegata. I dette løpet fekk også dei aller yngste vere med.

I strålende solskin og god varme var det stor deltaking og svært god stemning på stemnet.

Friidrettsgruppa er imponerte over den gode deltakinga på gateløpet i Vikegata. Løpet har i mange år vore arrangert i Ripeigane, men vart som i fjor flytta til Vikegata etter invitasjon frå nemnda som arbeider med å auke aktiviteten i Vikegata.

Det har vore stor auke i deltakinga på gateløpet. Det er ikkje lenge sidan ein rekna 30 deltakarar som godt frammøte på gateløpet. Dei fem siste åra har det vore rundt 90-125 deltakarar.



LANGVEGSFARANDE: Nora Madison Lundqvist kom heilt frå New York og sprang gateløp. FOTO: PRIVAT

Det var stor deltaking i dei yngste klassane, med 26 deltakarar i alderen 6 år og yngre. Dei sprang ei løype på rundt 150 meter, mange med eit stort smil om munnen gjennom heile løpet. Innsatsen var stor og alle som starta kom i mål.

Aldersgruppa 7-9 år sprang rundt 270 meter. Mange opna

svært hardt ut frå start og kom godt slitne i mål.

10-12 årsgruppa sprang rundt 430 meter. Blant gutane vart det ein imponerende langspurt av duoen Oskar Mjelva Straume og Noah Digernes Merheb der Oskar kom først i mål med løyperekord for G12 på 1 min 15 sek.



INTENST: Gutar 9 år gir full gass frå start. FOTO: PRIVAT

Gruppa på 13 år og eldre sprang rundt 1050 meter. Ei av dei som kanskje imponerte mest var Maria Mjelva Straume (J13) med tida 3 min 34 sek og forbetring frå rekorden ho sette i fjor. Raskast av alle på løpet var som venta Nahom Kibreab (G18/19) som sette løyperekord med 3 min og 9 sek.

No gjer friidrettsgruppa seg klare til dei komande stemna i Ørsta; Ørstastafetten 28. april, TINEstafetten 7. mai og SpareBank 1-leikane 19. mai.

OLVE ØYEHaug



Nahom vann 1. mai løpet på Åheim

Nahom Kibreab vann 1. mai løpet på Åheim. Med det tok 18-åringen sitt første napp i vandrepokalen. Nahom vann foran Kristian Nedregård som har vunne dei siste 13 gongane. Førehandsfavoritt var Kristian Nedregård frå Spjelkavik og omegn. Han har vunne løpet 13. år på rad. Det var ikkje mange som ante at det var nokon som kunne springe frå Nedregård. Nahom Kibreab og Nedregård veksle om å ligge i tet i løpet, men på oppløpet sette Nahom inn sluttspurten og drog i frå Nedregård. Nahom vart vinnar på tida 10.30. Vinnar av dameklassa var den knapt 16 år gamle Tiril Hasund frå Åheim IL. 1. mai-løpet på Åheim er 60 år i år. Arrangør av løpet var Åheim IL.

● Massemønstring

Full fart i Ørstastafetten

Ørstastafetten jubilerer. Det nye tribuneanlegget på Ørsta stadion vart teke i bruk, og over 130 deltakarar tok del.

Det var ramma kring den femtiande Ørstastafetten som vart halde på Ørsta stadion søndag.

– Dette er folkehelse på sitt beste, seier leiar i friidrettsgruppa, Olve Øyehaug.

Det vart eit spesielt arrangement søndag, for det var fyrste gongen det nye tribuneanlegget og fasilitetane rundt vart teke i bruk til eit stemne på Ørsta stadion. Det var kommuniststyret som i siste liten plussa på nokre millionar kroner for at tribuneanlegget kom som ein del av Ørstahallen.

– Eg synest det fungerer fint, seier Øyehaug.

Han og friidrettsgruppa hadde invitert ordførar Stein Aam til å opne Ørstastafetten.

Det var 34 lag med på Ørstastafetten i år. Det er særleg i dei aldersfastlagde klassene deltakinga er stor. Ørsta stilte med mange lag sjølve, i tillegg var det lag mellom anna frå Austefjord, Dimna og Hareid.

Ei av dei som hadde det mest travelt, var Pia Flatjord Tofeland (10). Ho sprang både på eit miksa lag i klasse seks til ti år, og for Jente 11-14-laget til Ørsta.

– Dette går heilt greitt. Eg spring jo berre hundre meter. Og då vart eg ikkje særleg gæen, fortel Pia.

I klasse seks til ti år vart det sprunge fire gonger hundre meter. Både jenter og gutar var med på laga, og alle som var med fekk gullmedaljar. Det var ei lang, lang rekkje som venta på å ta i mot medaljar etter løpet.

For deltakarane over 11 år var det tusen meter stafett. Det vil seie etappar på 100, 200, 300 og 400 meter. Ørsta vann klasse 11-14 år før Dimna og Hareid.

I seniorklassene var det denne gongen berre Ørsta som stilte lag.

– Det er seniorlag andre stader, men vi veit at det ikkje passa å vere med denne gongen, fortel Åse Øyehaug på damelaget til Ørsta.

Dei sprang saman med herrelaget til Ørsta.

– Vi prøvde ikkje å henge oss på, og sprang vårt eige løp, fortel jentene.

Herrelaget fekk tida 2.13,38 som ikkje er altfor mange sekund bak bestenoteringane. Det var eit sterkt resultat når det ikkje vart løp skulder mot skulder.

RUNE SÆBØNES
rune@morenytt.no



VEKSLING: Elise Aarflot har veksla med Jenny Hermine Bjørneset.



KØ: Alle som deltok i klasse seks til ti år fekk gullmedalje. Det var kø for å kome på pallen.



ÅLEINE: Ørsta-damene var einaste damelag med. Her vekslar Åse Øyehaug med Sigrid Vartdal.



INTENST: Astrid Ramsli Gjethammer vekslar med Julie Kornelia Bjørneset.



ØRSTA-HERRANE: Filip Hoggen, Jørgen Førde, Nahom Kibreb og Johannes Eiksund leverte ei god tid.



FULL FART: Simon Olai Vinsrygg Vadstein (Ørsta IL), Iver Valseth Sæther (Hareid IL), Martin Lillefosse (Ørsta IL) og Sondre Brune Slettebakk (Hareid IL).



MOT MÅL: Christopher Stavset (Ørsta IL) og Aleksander Aambakk Mucaj (Ørsta IL).



LENGDE: Ulrik Øglænd Vestgarden (Ørsta IL) i lufta.

108 deltakarar frå Ørsta IL

Aldri før har så mange tatt del i Sparebank 1-leikane i Ørsta.

Arrangørklubben Ørsta IL friidrett har opplevd god vekst over fleire år. Søndag stilte dei med heile 108 deltakarar frå under 6 år og opp til 19 år. Det vart og sett deltakarrekord for Sparebank 1-leikane. Totalt var det 218 deltakarar og det var 597 startar fordelt på dei ulike greinene gjennom friidrettsstemet.

Heile femten klubbar stilte med deltakarar frå Molde nord i fylket til Fiskå

sør i fylket. I strålende mai-vær vart det også ei god ramme rundt arrangementet. Hovudtyngda av deltakarane deltok i rekruttklassene. For første gong vart opna opp for at dei over 15 år kunne ta del i stemnet. Kanskje fekk publikum sjå ein ny Karsten Warholm eller Jakob Ingebrigtsen i aksjon? Det var i alle fall ingenting å seie på innsatsen til alle som tok del.

JOACHIM KROKEN ÅSEBØ
joachim@morenytt.no



REKRUTTAR: For mange var Sparebank 1-leikane det første friidrettsstemet dei tok del i. Her er Elida Mjelve Straume (Ørsta IL) i lengde.



60 METER: Miriam Overvåg (Dimna), Agnes Hjellen Haugland (Ørsta IL) og Madelene Almestad (Ørsta IL) på 60 meter.



KULESTØYT: Pia Flatjord Tofteland (Ørsta IL) støytter kule.



GULL: Maria Mjelva Straume (J14) var den som imponerte mest frå Ørsta IL friidrett. Ho sprang i mål på 1500 m til tida 5,17,51 og gullmedalje – ny og imponerende personleg rekord (før 5,59,32)!

Gode resultat frå fire friidrettsstemne i helga

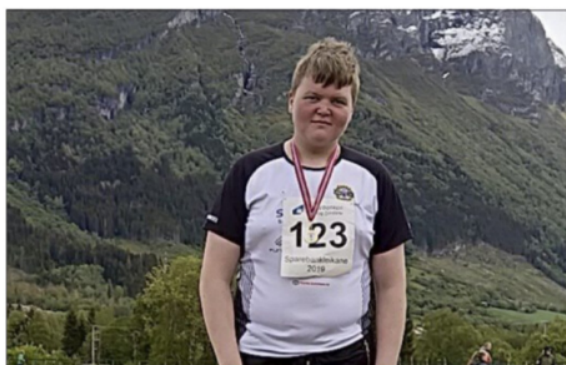
Ørsta IL friidrett deltok på fire stemne i helga. 27 av våre deltok på Dimnaleikane i Ulsteinvik, 10 på Sparebanken Møre Akslaleikane i Ålesund, tre på Honndalsleikane i Hornindal og to på Sparebankleikane på Byrkjelo.

Det vart mange flotte prestasjonar. På Akslaleikane laurdag var Maria Mjelva Straume (J14) den som imponerte mest frå Ørsta IL friidrett. Ho sprang i mål på 1500 m på tida 5,17,51 og gullmedalje, ein ny og sterk personleg rekord (før 5,59,32). Dette er klubbens 8. beste tid på 1500 m kvinner gjennom alle tider. Johannes Eiksund (G16) sprang seg inn som klubbens 6. beste mann på 200 m utandørs gjennom alle tider

med ny pers 24,46 (før 25,46) og fekk gull og 918 Tyrvingpoeng.

Søndag vart Dimnaleikane arrangert for 40. gong. Der sprang Johannes raskt igjen. Med 12,06 sek på 100 tok han sølv, berre tre hundredelar frå siger. Det heldt til 938 Tyrvingpoeng. Oskar Mjelva Straume (G12) hoppa 1,27 i høgde, ny pers og gull. Elise Aarflot (J13) vann i fem av dei seks øvingane ho deltok i på Dimnaleikane og Akslaleikane. Det beste resultatet hennar var på 200 m med ny utandørspers på 29,46 sek. Ørsta IL friidrett hadde og med mange ivrige utøvarar i dei yngste klassane på Dimnaleikane.

På Honndalsleikane støyte Arnstein Nikolai Ose 4 kg kula 8,73 m og tok gull. Så reiste han til Byrkjelo for å delta på neste stemne same dag. På Byrkjelo sette Arnstein Nikolai Ose (G14) klubbrekord og ny pers i slegge



KLUBBREKORD: På Byrkjelo sette Arnstein Nikolai Ose (G14) klubbrekord og ny pers i slegge 4 kg med bestekast på 29,54 m (før 29,34 m).

4 kg med bestekast på 29,54 m (før 29,34 m).

Ørsta IL friidrett har opplevd god vekst over fleire år. Med 108 eigne utøvarar på stemnet i Ørsta førre helg og god deltaking på dei lokale stemna den-

ne helga lovar det godt for friidretten i lokalmiljøet.

ØRSTA IL FRIIDRETT



BEST I LANDET: Elias Hovden Nilsen (G18/19) kasta spydet 58,09 m på Framoleikane i Bergen. Det gav solide 981 Tyrvingpoeng, NM-kvalifisering, gullmedalje, pers og klubbrekord.

● Kvalifiserte seg til NM

Elias best i landet

Elias Hovden Nilsen (G18/19) kasta spydet 58,09 m på Framoleikane i Bergen. Det gav solide 981 Tyrvingpoeng, gullmedalje, ny personleg rekord og klubbrekord menn senior/junior og G18.

Elias er no øvst på landsstatistikken i si aldersklasse. Elias kvalifiserte seg og til NM senior med dette resultatet.

Andrine Hjellen Haugland kasta spydet til gull i klassen kvinner senior med gode 47,81 m. Dette er det tredje lengste konkurransekastet hennar til no i karrieren.

Med Elias og Andrine har Ørsta IL to spydkastarar som er kvalifiserte til NM på seniornivå. Det er ikkje mange klubbar i Norge som matchar dette.

Anna Hjellen Haugland (J17) fekk 1040 Tyrvingpoeng og

sølv for kastet på 47,40 m med 3 kg slegga. Dette er både ny pers og ny klubbrekord J17.

Thea Nilsen (J14) har i den siste tida kasta fleire treningskast med 400 gr spydet rundt og over 30 m. Under søndagens konkurranse passerte ho 30 meterstreken med god margin og sette ein solid ny pers på 30,92 m.

Johannes Eiksund (G16) sprang 60 m til ny utandørs pers på 7,70 og tok bronse. Han sprang 100 m på 11,94 og tangerte pers. Dette gav 959 Tyrvingpoeng for andre gong. 200 m sprang han på 24,40 sek og ny pers. Johannes er no blant dei raskaste i klubbens historie i sprint, og han har til no i 2019 oppnådd 14 resultat over 900 Tyrvingpoeng.

Sigrd Vartdal (J18/19) har kome seg godt i gang med sesongen. Ho hadde to gode i løp i helga. Laurdagen sprang ho 200 m til ny flott sesongbeste 27,48. Søndagen kom 13,68 på

100 m og sesongbeste.

Dei to yngste frå Ørsta IL som deltok på stemnet var Agnes Hjellen Haugland og Ragne Øyehaug i klassen J9. Dei var begge godt nøgde med innsats og resultat på 60 m, lengde og liiten ball.

Arrangør av Framoleikane var idrettslaget Norna-Salhus. Stemnet vart arrangert for 26. gong på Fana Stadion i Bergen. Framoleikane har gjennom mange år vore Vestlandets største friidrettsstemne for barn og unge, med innlagde seniorøvingar. Dette er eit stemne som samlar det meste av Vestlandet, og i tillegg nokre tilreisande frå andre landsdelar.

ØRSTA IL FRIIDRETT



Johannes Eiksund er no blant dei raskaste i klubbens historie i sprint, og han har til no i 2019 oppnådd 14 resultat over 900 Tyrvingpoeng



Dei to yngste frå Ørsta IL som deltok på stemnet var Ragne Øyehaug og Agnes Hjellen Haugland i klassen J9.



Andrine Hjellen Haugland kasta spydet til gull i klassen kvinner senior med gode 47,81 m.



Sigrid Vartdal (J18/19) sprang til sesongbeste på både 100 m og 200 m



Thea Nilsen (J14) sette ein solid ny pers på 30,92 m i spyd.



Anna Hjellen Haugland (J17) fekk 1040 Tyrvingpoeng og sølv for kastet på 47,40 m med 3 kg slegga.

Nahom tok gull på Tyrvingleikane

Nahom Kibreab (G18/19) tok gull på 800 meter på Tyrvingleikane med tida 2,03,89 og ny personleg rekord. Han tok 8. plass på 400 meter med 52,92 sek og ny personleg rekord. Med 400 metersresultatet kvalifiserte han seg til UM (NM i friidrett for ungdom).

Nahom fekk 923 Tyrvingpoeng for resultatet på 400 m. Han er no klubbens 6. raskaste mann på 400 m.



Nahom Kibreab tok gull på 800 m og 8. plass på 400 på Tyrvingleikane. Amalie Tomasgard tok 4. plass på 800 m.

Amalie Tomasgard (J17) tok ein god 4. plass på 800 meter med tida 2,33,89, berre 8/10 frå bronse.

Johannes Eiksund (G16) spring raskare og raskare. Søndag morgon sprang han 100 meter på 11,88 sek (før 11,94). Dette er ny personleg rekord og 969 Tyrvingpoeng. 11,88 sek er klubbens 5. raskaste tid på 100 m for menn gjennom alle tider. Laurdag sprang han 200 meter og sette ein ny flott personleg rekord på 24,27 sek (før 24,40) og 934 Tyrvingpoeng.

Tyrvingleikane er det største friidrettsstemnet i landet, med over 1700 utøvarar. Stemnet har vore arrangert av Idrettslaget Tyrving sidan 1950. Stemnet vert arrangert på Nadderud stadion i Bærum.

120 på Friidrettens dag

120 barn og unge frå Ørsta IL friidrett deltok på Friidrettens dag på Ørsta stadion 4. juni. På Friidrettens dag får dei yngste utdelt eit startnummer der funksjonærane skriv resultat rett på startnummeret. Barna går mellom 8-10 stasjonar i ein time.



Friidrettens dag er eit uhøgtidleg stemne der idretts glede står i høgsetet. Dette bruker å vere eit av dei mest populære stemna blant utøvarane i alderen 10 år og yngre. Den gode deltakinga gjenspeglar dette. Det er ikkje mange friidrettsklubbar i Norge som klarer å samle 120 eigne utøvarar på banestemne.

Elise tok gull og to sølv på Veidekkeleikane

Etter Veidekkeleikane på Lillehammer skal norsk friidrett notere seg talentfulle Elise Aarflot (J13) frå Ørsta IL friidrett.

Med eitt gull, to sølv og svært gode nye personlege rekordar på 60 m og 100 m i eit stort nasjonalt stemne er dette prestasjonar av høg klasse! 60 meteren gjekk unna på 8,41 sekund og ga heile 997 Tyrvingpoeng. Elise er no klubbens 5. raskaste kvinne på 60 m gjennom alle tider.

Ørsta IL friidrett stilte med 12 utøvarar på stemnet og tok med mange medaljar heim. Dette var eit av dei beste Veidekkeleikane for Ørsta IL friidrett på lang tid.

Det er mange talentfulle utøvarar i dei yngre klassane. To av desse er tvillingane Jonatan og Julie Hovden Ryste (G11/J11). Begge tok bronse på 60 meter, Jonatan med tida 9,36 og Julie med 9,52, ny personleg rekord for begge to. Dei tok 4. og 5. plassar i lengde og på 600 m.



IMPONERTE: Elise Aarflot (J13) imponerte med eitt gull, to sølv og svært gode nye personlege rekordar på 60 m og 100 m. I eit stort nasjonalt stemne er dette prestasjonar av høg klasse!

Oskar Mjelva Straume (G12) tok sølv på 60 m med 8,70 og ny pers og 919 Tyrvingpoeng. Han tok bronse i høgde med 1,25 m.

Jenny Hermine Bjørneset (J13) sprang inn til årsbeste på 600 m med 1,57,99. Ho sette pers på 60 m med 10,21.

Thea Nilsen (J14) tok sigeren heim i spyd 400 gr. 33,40 m og ny solid pers! Ho tok sølv på diskos med 20,14 meter.

Maria Mjelva Straume (J14) sprang 800 m på 2,34,36 og ny pers.

Filip Hoggen (G15) tok bronse i lengde med 5,14 m. Han sprang 800 m på 2,14,95 og er no like ved kravet på 2,12 for å kvalifisere seg til UM.

Elias Hovden Nilsen (G18/19) stadfesta at han er best i landet i spyd i sin aldersklasse og tok gull med eit kast på 56,24 m og 944 Tyrvingpoeng. I diskos tok han sølv med 34,71 m. Dette er ny pers og han er UM-klar i dis-



LENGDE: Jonatan Hovden Ryste (G11) hoppa 3,91 i lengde. Han tok bronse på 60 meter med tida 9,36.

kos i tillegg til spyd. Han sletta og klubbrekorden for G18 i diskos, ein rekord som har stått i fred sidan 1996.

Sigrd Vartdal (J18/19) sprang 200 m på 26,59, ny pers og 930 Tyrvingpoeng. Ho er no klubbens 5. raskaste kvinne på 200 m gjennom alle tider. Og er

kvalifisert for 200 m i UM og Junior-NM.

Andrine Hjellen Haugland konkurrerer no i seniorklassen. Bestekastet hennar på 44,26 gav 5. plass. Med fullklaff hadde ho vore pallkandidat på stemnet.

Niåringeren Kristian Aarflot



REKORD: Julie Hovden Ryste (J11) spring her inn til ny personleg rekord 2,04,70 på 600 m. 60 meteren sprang ho på 9,52 og tok bronse.

Årdal var yngste utøvar frå Ørsta IL. Han sette pers både på 60 meter og i lengde.

Veidekkeleikane 2019 vart arrangert 20-23. juni på Stampeletta på Lillehammer. Det er 42. gong stemnet vert arrangert. Dette er eit av dei største friidrettsstemna i landet. Det

var rundt 1100 utøvarar fordelt på ca 2500 startar på stemnet. Sidan starten i 1978 har det til saman delteke ca 46000 friidrettsutøvarar på stemnet.

ØRSTA IL FRIIDRETT



SÖLV: Elias Hovden Nilsen kasta 61,24 meter under Världssunddomspelen i Göteborg. Det er ny personleg rekord og gav han sølv i spydkonkurransen. FOTO: PRIVAT

Elias hevda seg i internasjonalt stemne

Elias Hovden Nilsen, Ørsta IL friidrett, tok sølv på Världssunddomspelen i Göteborg.

Elias Hovden Nilsen hevda seg på internasjonalt nivå i helga da han tok sølv i spyd i klassen G19 på Världssunddomspelen på Nya Ullevi i Göteborg. Elias kasta heile 61,24 meter! Dette er ny personleg rekord (før 58,09 m) og ny klubbrekord.

Kastet gav 1022 Tyrvingpoeng. Akkurat no er 61,24 m Norges sjuande lengste spydkast i år for menn senior.

Andrine Hjellen Haugland vart nummer fire i spyd med 44,97 meter i kvinner senior under svært så vanskelege vindforhold.

Sleggetalentet Anna Hjellen Haugland (J17) var noko uheldig i slegge og fekk berre ugyl-dige kast.

Amalie Tomasgard (J17) sprang 800 m og 1500 m. Ho viste lovande takter etter ei lang sjukdomsperiode.

VU-spelen er med sine ca. 3500 deltakarar det største friidrettsstemna i Europa for utøvarar i alderen 12 år til senior. Her deltek mange av dei komande friidrettsstjernene frå heile Europa.

ØRSTA IL FRIIDRETT



God kasting i NM

Elias Hovden Nilsen og Andrine Hjellen Haugland deltok i NM i friidrett på Hamar i helga, og imponerte med gode resultat og plasseringar. Begge representerer Ørsta IL friidrett. Elias debuterte i NM med 6. plass i spyd med 59,65 m. Andrine tok 8. plassen i spyd med 44,95 m.

Målet for begge, i samråd med kasttrenar Svein Egil Johannessen var å oppnå topp 8-plassering i spyd for både kvinner senior og menn senior på NM. Begge oppnådde det ambisiøse målet.



FRIIDRETTSSKULE: Borna samla på Ørsta Stadion, der dei fekk utfalde seg denne veka.

45 born på friidrettsskule

Denne veka har 45 born frå Ørsta og Volda kommunar vore samla til friidrettsskule på Ørsta Stadion.

Seks- til elleveåringane er samla i tre dagar, og får prøve seg på alle friidrettsgreiner dei to

første dagane: 60-meter, lengre distansar, høgde- og lengdehopp, spyd- og sleggekasting.

– Vi har arrangert friidrettsskulen kvar sommar i fem år no. Og det skal vere eit lavterskeltilbod, slik at dei som aldri har prøvd friidrett får sjå om dei synest det er moro. Det er jo ikkje alle som likar fotball eller handball, seier Monica Hjellen

Haugland i friidrettsgruppa i Ørsta IL.

Ho fortel at ungdom over femten år er leiarar på friidrettsskulen, som vert avslutta med ei lita turnering på onsdag.

– Friidrettsskulen fungerer også som rekruttering. Fleire av dei som har delteke, har blitt med på treningar og turnerin-

gar etterpå, seier Hjellen Haugland.

Friidrettsgruppa har no 200 medlemmer, og av desse er det førti – femti som reiser rundt og deltek på stemne.

SVEIN NORDAL
svein.nordal@morenytt.no

● KM friidrett

25 medaljar til Ørsta IL

Ørsta IL friidrett tok 16 gull, 5 sølv og 4 bronse på KM på Molde idrettspark. Ørsta stilte med ni utøvarar i alderen 11–16 år.

Johannes Eiksund (G16) er i gryande UM-form etter å ha sprunge 100 m på gode 11,91 og 964 Tyrvingpoeng. 11,91 er berre 3/100 bak personleg rekord (PR).

Arnstein Nikolai Ose sette ny klubbrekord G14 på 1000 m kappgang 8,38,21. Han tok heim gullet i slegge 4 kg.

Thea Nilsen kasta 0,75 kg-diskos 24,89 m og vann. Ny PR med godt og vel 4 m og ny klubbrekord J14. Thea vann spyd 400 gr med eit kast på 31,65 m.

Oskar Mjelva Straume (G12) ser snart 29-talet på 200 m. Søndag sprang han 200 m på 30,06 som er ny solid PR (før 32,34). Ny PR vart det også i høgde med resultatet 1,30 m (før 1,27).



GULL: Thea Nilsen (J14) tok gull i både diskos og spyd. 200 meter: Oskar Mjelva Straume (G12) spring inn til gull på 200 m.

I J13 suste Elise Aarflot gjennom 200 m på gode 28,92 som er ny flott PR (før 29,46) og 904 Tyrvingpoeng. Filip Hoggen (G15) tok gull i lengde med 5,18 m. Johannes Vadstein (G14) sprang inn til bronse på 600 m med 1,57,92.

Jenny Bjørneset (J13) vart kretsmeister på 1500 m med ny kjempers 5,42,28 (før 6,07,52). Maria Mjelva Straume (J14) held godt nivå på 1500 m. Ho sprang på 5,18,45, under eitt sekund bak personleg rekord.

Det var og mange andre gode resultat. Resultatliste finn ein på: <https://www.friidrett.no/k/more-og-romsdal/nyheter/km-pa-molde-idrettspark/>

ØRSTA IL FRIIDRETT



GULL: Thea Nilsen (J14) tok gull i både diskos og spyd.



PERSONLEG REKORD: Elise Aarflot (J13) tok gull og ny pers på 200 m.



5.-Plass: Elias Hovden Nilsen kasta spydet 63,15 meter under juniorlandskampen i friidrett.

Elias tok 5.-plass i spyd i landskamp

Elias Hovden Nilsen kasta spydet heile 63,15 meter, ny flott personleg rekord (før 61,24 m) og vart nr. 5 og beste nordmann i nordisk juniorlandskamp og nordisk meisterskap U20 laurdag 17. august.

Dette er andre året på rad at Ørsta IL friidrett sender spydkastarar på U20-landslaget. Under fjorårets nordiske meisterskap i Hvidovre i Danmark tok Andrine Hjellen Haugland 5.-plassen i kvinneklassen.

Landskampen var mellom Norge, Sverige, Finland og Danmark/Island. Dei norske kvinnene vann landskampen med

samanlagt 204 poeng. Mennene tok andreplassen samanlagt med 185 poeng. Meisterskapet vart arrangert i Kristiansand.

ØRSTA IL FRIIDRETT

Elias vart norgesmeister - Andrine tok sølv i spyd



GULL: Elias Hovden Nilsen vart norgesmeister i klassen U20 Menn Spyd på junior NM i friidrett. FOTO: BIRGER NILSEN

Elias Hovden Nilsen vart norgesmeister i klassen U20 Menn Spyd på junior NM i friidrett i Sigdal i helga. Andrine Hjellen Haugland tok sølv i klassen U23 Kvinner Spyd.

Elias vann med bestekast på 62,72 meter. Han hadde ein god serie med fire av seks kast på over 60 meter. Andrine kasta spydet 43,80 meter. Både Elias og Andrine vart rekna som sterke medaljekandidatar før start. Begge imponerte med å overgå både mål og forventningar då dei tok gull og sølv. Anna Hjellen Haugland tok 9.



TROPPEN: Ørsta IL friidrett på junior NM i Sigdal, f.v.: Sigríð Vartdal, Andrine Hjellen Haugland, Elias Hovden Nilsen og Anna Hjellen Haugland. FOTO: BIRGER NILSEN

plass i klassen U20 Kvinner Slegge med kast på 37,86 m. Sigríð Vartdal sprang 200 m på 27,98 sek i klassen U20 Kvinner 200 m.

Trenaren som står bak dei store spydprestasjonane er Svein Egil Johannessen. Han har arbeidd målretta med desse ungdomane i rundt fem år. I tillegg til å trene Elias og And-

rine er han trenar til Iver Saunes Moldskred (Dimna IL) som tok sølv i spyd U20 Menn og Svenning Veiseth (Hareid IL) som tok 9. plassen i same klasse.

Det er lenge sidan Ørsta IL friidrett har hatt med så mange som fire utøvarar på Junior NM. Dette skaper motivasjon for vidare satsing både for dei fire og

for resten av klubben.

Junior NM i friidrett vart arrangert i Sigdal 23.-25. august. Meisterskapet er for aldersgruppa 15-22 år.

OLVE ØYEHAUG - ØRSTA IL FRIIDRETT

18 TYS DAG 27. AUGUST 2019 MØRE-NYTT

● Ørstaleikane 2019

Pur idrettsglede på stadion

Konsentrerte 6-åringar på start, 60-meteren er distansen. Det lyser innsatsvilje av dei alle. Heat 2 er klar. Startskotet går, her gjeld det å komme først over målstreken!

Dei tre deltakarane i heatet er ganske jamne, men til slutt går ein av dei ørst over målstreken. Smilande, glade etter ein kjempeinnsats i det fuktige veret på stadion.

Ørstaleikane 2019 vart arrangert denne helga på Ørsta stadion. Vel 180 deltakarar frå 23 klubbar deltok i konkurransen. Med så mange deltakarar sette det arrangørane på prøve reint logistisk. Eit svært tett program gjekk likevel som smurt, dette var noko arrangøren Ørsta IL har god erfaring i.

Ørstaleikane har vore arrangert over ei rekkje år. Skydekke og lett regn i lufta la ikkje noko dempar på innsatsviljen. Publikum såg ut til å trivast, og som det bør og skal vere på sli-

ke stemnet så var foreldra ivrige støtter og supportarar spesielt for dei yngste deltakarane.

Olve Øyehaug var tryggespeaker og organisator som losa arrangementet trygt i hamn. På spørsmål om han ser nokon Warholm-effekt i rekruttering og deltaking i friidretten i området så bekreftar han det. Men kanskje vel så viktig er «Ørstahall-effekten!» Med ny hall har friidrettsmiljøet i Ørsta blomstra. No slepp ungar og ungdom å trene ute året rundt, og det viser igjen på miljøet. Stadig nye talent dukkar opp, talent som no vert att i vare av dyktige trenarar.

– Ørstaleikane denne gongen avslørte ei svært god utvikling på mellomdistanseløpa, fortel stemmeleiar Olve Øyehaug.

Han nemner spesielt Jenny Bjørneset sitt resultat på 600 meter, og Maria Mjelva Straume sine resultat på 1500 meter.

Det vart delt ut fire bestemannspremier på 500 kroner kvar. Desse var:

J11-14: Andrea Skaar Berg, Dimna IL, 60 m på 8.30 sek,



HEKK: Vibeke Ovidie Gussiås frå Skåla IL på veg mot mål. FOTO: OVE RØV

986 poeng.

G11-14: Christopher Solheim, Sandane Turn- og idrettslag, høgde 1.65. 951 poeng.

J15+: Vibeke Gussiås, Skåla IL,

80m. hekk, 12.31 sek, 984 poeng.

G15+: Moritz Mills, Midsund IL, 100m, 12.28 sek, 943 poeng.

OVE RØV
redaksjon@morenytt.no

Vann kretskampen

Møre og Romsdal sitt friidrettslag vann Lerøy-leikane i Måndalen i helga. Resultata frå Ørsta IL friidrett sine fem utøvarar var viktige for sigeren.

Møre og Romsdal vann med 345 poeng. Tett bak kom Nord-Trøndelag med 314 og Troms 309 poeng. Lerøy-leikane er ein lagkamp der friidrettskretsane konkurrerer om å få flest poeng. Dei fem utøvarane frå Ørsta IL friidrett som hadde kvalifisert seg til Lerøyleikane gjorde ein flott innsats og alle kom på pallen. Elise Aarflot sprang raskast 60 m av alle J13 på tida 8,51 og fekk heile 970 Tyrving-poeng. Thea Nilsen (J14) tok gullet i spyd med 31,73

m. Maria Mjelva Straume (J14) tok gull i stav (1,82 m) og det nesten utan å ha hoppa stav før. Ho tok sølv på 1500 m med 5,19,07. Jenny Hermine Bjørneset (J13) tok bronse på både 600 m (1,52,74) og 1500 m (5,47,58). Arnstein Nikolai Ose (G14) tok bronse i slegge med 28,62 m. Det vart og mange andre gode enkeltresultat. Det som stod i fokus var å gjere sitt beste for å skaffe poeng til laget.

Lerøy-leikane 2019 for Midt- og Nord-Norge samla kretsane i Møre og Romsdal, Sør-Trøndelag, Nord-Trøndelag, Nordland, Troms og Finnmark og vert av mange rekna som årets store hending for landets 13- og 14-årige friidrettsutøvarar.

ØRSTA IL FRIIDRETT



LERØY-LEIKANE: Ørsta IL friidrett sine utøvarar som hadde kvalifisert seg til kretsaget. F.v.: Thea Nilsen, Maria Mjelva Straume, Jenny Hermine Bjørneset, Elise Aarflot og Arnstein Nikolai Ose.

MØRE-NYTT TYSDAG 10. SEPTEMBER 2019 25

Bronse til Anna og Elias på UM

Både Anna Hjellen Haugland og Elias Hovden Nilsen kasta seg inn i medaljekampen i spyd under Ungdomsmeisterskapen på Jessheim i helga.

Anna Hjellen Haugland (J17) kasta 3 kg slegga ut til 45,57 m (1018 Tyrvingpoeng) og tok bronsemedaljen på UM. Dette er Anna sin første meisterskapsmedalje på UM-nivå. Elias Hovden Nilsen kasta spydet ut til 55,49 m og tok bronsemedaljen, under vanskelege forhold med motvind og nedbør. Ein storarta stemnesong er over for Elias, som vart norgesmeister på NM for junior for to veker sidan.

Ørsta IL friidrett stilte med seks utøvarar på UM, norgesmeisterskap i friidrett for ungdom i alderen 15-19 år.

Nahom Kibreab Ghebrehiwet (G18/19) sette solid personleg rekord på 800 på tida 2,00,65 (før 2,03,89). Han sprang også 400 m. Johannes Eiksund (G16) sprang sin raskaste 100 m nokon gong på 11,80 sek, med litt for sterk medvind +2,1 for godkjend pers.

Sigrd Vartdal (J18/19) sprang inn til årsbeste på 100 m med 13,50 i godkjend vind. Både Sigrd og Johannes sprang gode 200 m, men sterk motvind prega tidene.

Amalie Tomasgard (J17) tok 7. plassen på 800 m med tida 2,35,20.

Ørsta IL friidrett kan no sjå tilbake på ein av dei beste meisterskapsseongane på lenge, med gull og sølv på junior NM, medaljar på UM, deltaking på senior NM og landslagsplass i nordisk lagkamp.

UM Ungdomsmeisterskapen vart arrangert på Jessheim i



BRONSE: Anna Hjellen Haugland (J17) kasta 3 kg slegga ut til 45,57 m (1018 Tyrvingpoeng) og tok bronsemedaljen på UM.

helga 6.-8. september. Naboklubbane Dimna IL og Ålesund FIK fekk og mange gode resultat.

ØRSTA IL FRIIDRETT



MEDALJE UNDER VANSKELEGE FORHOLD: Elias Hovden Nilsen kasta spydet ut til 55,49 m og tok bronsemedaljen, under vanskelege forhold med motvind og nedbør.

Sesongavslutting for friidretten: 179 på cupen

Denne veka har det vore sesongavslutting for Ørsta IL friidrett. Tysdag 24. september var det premieutdeling for rekrutteringscupen.

Det har vore 179 deltakarar frå Ørsta IL på rekrutteringscupen i år. Med andre ord er vi ein klubb med mange aktive utøvarar. Det var stor pokal til dei som har vore med på alle seks cupane, mellomstor pokal for 4-5 cupar, liten pokal for 2-3 cupar og medalje til dei som var med på ein cup. Etterpå var det mat og drikke til alle. Før premieutdelinga var det den årlege perndelstafetten superduper-stafett med over 100 deltakarar.



Kasta seg til NM

Etter eit spydkast på 58,09 er Elias Hovden Nilsen øvst på landsstatistikken i si årsklasse. **SIDE 13**

Signe vann omvendt 5-kamp

I omvendt 5-kamp, som trenar Erik Tønnessen innførte i Ørsta IL friidrett for mange år sidan konkurrerer ein i fem noko spesielle øvingar: 60 meter baklengs to gongar der målet er å ha minst differanse. Same prinsippet med minst differanse er det på kulestøyt med venstre og høgre hand, og lengdehopp med rotasjon mot venstre og mot høgre. Det er og 100 meter på idealtid, der det er om å gjere å kome nærast 25 sekund. Til slutt er det spydcup der to og to konkurrer om å kaste spyd og få det til å lande midt i ein rockering. Den med minst avstand til midten går vidare til neste nivå. Til slutt er det berre ein att. Alle aldersgrupper konkurrerer saman. Ofte er det dei yngste som gjer det best. Vinnar av omvendt 5-kamp var Signe Torvik Mork.

Ørstahallen opnar for trening måndag 11. februar

Ørstahallen opnar for trening måndag 11. februar. Så snart friidrettsgruppa får tildelt treningstider så sender vi ut melding om dei nye treningstidene og treningsopplegget.

| FRIIDRETTENS DAG - BASISØVELSER - | |
|--------------------------------------|------------------------|
| Navn/nummer: _____ | |
| 1 STØT/KAST 499 | KORT LØP 7,5 |
| 2 HORIZONTALT HOPP | LANGT LØP 21,5 0,40 |
| 3 VERTIKALT HOPP 1m | HEKK/HINDER 1,50 |
| 4 KOORDINASJON | høyt hopp ca 15m |
| 5 FREKVENNS (HOPP/LØP) | 60m Sleng Ball |

På Friidrettens dag får alle utlevert startnummer, og resultatene vert skrivne rett på startnummeret.

28 medaljar, 23 nye klubb- og aldersrekordar og personlege rekordar til alle frå Ørsta IL friidrett på Sparebanken Møre leikane i Ulsteinhallen

Ørsta IL friidrett imponerte på stemnet med mange deltakarar, stor innsats og gode resultat. 30 utøvarar frå Ørsta IL friidrett i alderen 5 til 18 år stilte til start.

Alle Ørsta IL sine utøvarar i aldersgruppene 10 år og eldre kunne slutte dagen i Ulsteinhallen med ein eller fleire nye personlege rekordar innandørs. Det vart sett 23 nye innandørs klubb/aldersrekordar, og det var sju resultat over 900 poeng på Tyrving-tabellen. Medaljane som utøvarane fekk var 8 gull, 12 sølv og 8 bronse.

To unge jenter som imponerte stort var Ida Rebbestad Schjetne og Anne Stave i klassen J12. Begge starta med friidrett for under ein månad sidan og tok medalje på sitt første friidrettsstemne. Ida støyte 8,02 m i kule, tok sølv og sette ny klubbrekord J12. Anne hoppa 3,99 i lengde og tok bronse, berre sju cm frå gull.

Ein av årsakene til den gode deltakinga og dei gode resultatane frå Ørsta IL er veksten som har vore på vintertreningane etter at Ørstahallen vart opna.

Det var nesten 300 deltakarar på Sparebanken Møre leikane i Ulsteinhallen laurdag 23. november. Dei fleste deltakarane kom frå Sunnmøre, men resten av fylket og Sogn og Fjordane var og godt representerte. Arrangør av stemnet var Dimna IL. Resultatliste frå stemnet ligg på www.dimna.no

Dette var det siste store stemnet i regionen i år. 2019-sesongen har vore ein av dei beste sesongane for Ørsta IL friidrett på mange år, med gull og sølv i junior NM, stor deltaking og gode plasseringar i nasjonale meisterskap, god deltaking og prestasjonar på lokale stemne, og stor deltaking på treningane.



Julie Hovden Ryste (J11) tok gull på 60 m med 9,26 s, gull i lengde med 4,08 m (ny klubbrekord J11) med og sølv i høgde med 1,20 m (ny klubbrekord J11).



Johannes Eiksund (G16) var den frå klubben som fekk høgste poengsum på Tyrvingtabellen med 983 poeng og gull på 60 meter på 7,46 sekund, berre 1/100 bak pers. Han tok sølv på 200 m med tida 24,41 og sette ny klubbrekord G16.



Maria Mjelva Straume, Elise Aarflot og Jenny Bjørneset gjer seg klare til stavhopp.



Ragne Øyehaug, Lea Johanne Asbjørnsdottir Skotte og Madelene Almestad deltok på 60 m og lengde i klassen J9.

32 deltakarar, fleire resultat over 900 poeng og mange persar

Det var god deltaking på innandørsstemnet i Ørstahallen tysdag 17. desember. 32 deltakarar konkurrerte i lengde utan tilløp, høgde utan tilløp og kule. Det vart mange persar.

Årets siste friidrettstemne vart samstundes det første friidrettsstemne i storstova Ørstahallen. Og det gjekk verkeleg godt. Ei relativt stor gruppe med lovande 10 - 12 åringar varta opp med strålande innsats og resultat på høgt nivå! Heile 69 nye personlege rekordar såg dagens lys stemnet! Det kom også opp fire resultat over 900 poeng!

Når ein er 10 år og hoppar over 2 m i lengde utan tilløp så har ein god sprett i fotan. 10 år gamle Madeleine Kristoffersen hoppa strålande 2,01 m og fekk heile 976 Tyrvingpoeng for innsatsen. Madeleine var kun ein centimeter bak klubbrekorden J10 i lengde utan tilløp.

Aron Bjørdal Berg (G10) hoppa 1,96 m i lengde utan tilløp og fekk 930 Tyrvingpoeng.

Rasmus Nymark (G11) kunne ta med seg heim 915 Tyrvingpoeng etter eit hopp på 2,08 m i lengde utan tilløp

Håvard Bernseter Keilen (G12) fekk 915 Tyrvingpoeng etter å ha hoppa 1,10 m i høgde utan tilløp.



Ida Rebbestad Schjetne (J12) gjer seg klar til høgde utan tilløp, der ho hoppa 95 cm og tok delt førsteplass.

Topp 10 Noreg - utandørs 2019

Utøvarar 13 år og eldre

Gutar

| | | | | |
|---------------------|----------------------|----------------|-------|---------|
| 14 år | Arnstein Nikolai Ose | Slegge 4 kg | Nr 7 | 33,23 |
| 15 år | Filip Hoggen | 600 m | Nr 8 | 1,41,99 |
| 16 år | Johannes Eiksund | 60 m | Nr 10 | 7,70 |
| 18-19 år | Elias Hovden Nilsen | Diskos 1,75 kg | Nr 9 | 34,71 |
| | | Spyd 800 gr | Nr 1 | 63,15 |
| MJ 15- 19 år | Elias Hovden Nilsen | Spyd 800 gr | Nr 1 | 63,15 |
| MJ 15-22 år | Elias Hovden Nilsen | Spyd 800 gr | Nr 6 | 63,15 |
| MS | Elias Hovden Nilsen | Spyd 800 gr | Nr 9 | 63,15 |

Jenter

| | | | | |
|--------------------|--------------------------|------------------|------|---------|
| 13 år | Jenny Hermine Bjørneset | 1000 m kappgang | Nr 9 | 6,57,15 |
| 14 år | Thea Nilsen | Diskos 750 gr | Nr 8 | 26,19 |
| | | Spyd 400 gr | Nr 7 | 33,40 |
| | | Spyd 500 gr | Nr 5 | 24,89 |
| 17 år | Anna Hjellen Haugland | Slegge 3kg (119) | Nr 3 | 49,87 |
| | | Slegge 4 kg | Nr 2 | 41,33 |
| 18-19 år | Sigrid Vartdal | 60 m | Nr 6 | 8,59 |
| 20 – 22 år | Andrine Hjellen Haugland | Spyd 600 gr | Nr 3 | 49,90 |
| KJ 15-19 år | Anna Hjellen Haugland | Slegge 3kg (119) | Nr 6 | 49,87 |
| | | Slegge 4 kg | Nr 8 | 41,33 |
| KJ 15-22 år | Anna Hjellen Haugland | Slegge 3kg (119) | Nr 6 | 49,87 |
| | Andrine Hjellen Haugland | Spyd 600 gr | Nr 4 | 49,90 |

Topp 10 Noreg - innandørs 2018/2019

Utøvarar 13 år og eldre

Gutar

| | | | | |
|-------------------|------------------|-------|-------|-------|
| 15 år | Filip Hoggen | 400 m | Nr 6 | 58,98 |
| 16 år | Johannes Eiksund | 60 m | Nr 6 | 7,45 |
| | | 100 m | Nr 4 | 11,94 |
| MJ 15 – 19 | Johannes Eiksund | 100 m | Nr 10 | 11,94 |
| MJ 15 – 22 | Johannes Eiksund | 100 m | Nr 10 | 11,94 |

Jenter

| | | | | |
|-----------------|--------------------------|----------------|------|---------|
| 14 år | Thea Nilsen | Lengde (sone) | Nr 8 | 4,15 |
| 17 år | Amalie Tomasgard | 1500 m | Nr 6 | 5,31,06 |
| 20/22 år | Andrine Hjellen Haugland | Høgde u tilløp | Nr 8 | 1,20 |

Utøvarar blant dei 3 beste på kretsstatistikken 13 år og eldre 2019 (utandørs)

Gutar

| | | | | |
|-------------------|----------------------------|-----------------|------|---------|
| G13 | Steffen Velle Josefsen | 80 m | Nr 1 | 12,95 |
| | Mathias Nedrelid Vatne | 1500 m | Nr 3 | 5,30,76 |
| G14 | Johannes Vinsrygg Vadstein | Tresteg | Nr 3 | 8,27 |
| | Arnstein Nikolai Ose | 80 m | Nr 1 | 18,14 |
| G15 | Filip Hoggen | 1000 m kappgang | Nr 1 | 8,24,35 |
| | | Kule 4 kg | Nr 2 | 9,68 |
| | | Diskos 1 kg | Nr 2 | 28,36 |
| | | Slegge 4 kg | Nr 1 | 33,23 |
| | | 60 m | Nr 2 | 8,35 |
| | | 400 m | Nr 2 | 58,35 |
| | | 600 m | Nr 1 | 1,41,99 |
| | | 800 m | Nr 2 | 2,14,95 |
| | | Høgde | Nr 3 | 1,43 |
| | | Lengde | Nr 1 | 5,18 |
| G16 | Johannes Eiksund | Tresteg | Nr 2 | 10,90 |
| | | 60 m | Nr 1 | 7,70 |
| | | 100 m | Nr 3 | 11,88 |
| | William Lillefosse | 200 m | Nr 3 | 24,27 |
| | | 80 m | Nr 1 | 12,15 |
| | | Høgde | Nr 1 | 1,35 |
| | | Tresteg | Nr 1 | 8,42 |
| | | Kule 5 kg | Nr 2 | 10,38 |
| | | Spyd 700 gr | Nr 2 | 24,45 |
| G18/19 | Nahom Kibreab Ghebrehiwet | 400 m | Nr 2 | 52,92 |
| | | 800 m | Nr 2 | 2,00,65 |
| | Elias Hovden Nilsen | Diskos 1,75 kg | Nr 2 | 34,71 |
| | | Spyd 800 gr | Nr 1 | 63,15 |
| MJ 15 – 19 | Johannes Eiksund | 60 m | Nr 1 | 7,70 |
| | William Lillefosse | 80 m | Nr 2 | 12,15 |
| | | Kule 5 kg | Nr 3 | 10,38 |
| | Nahom Kibreab Ghebrehiwet | 400 m | Nr 2 | 52,92 |
| | | 800 m | Nr 3 | 2,00,65 |
| | Filip Hoggen | 600 m | Nr 2 | 1,41,99 |
| | | Tresteg | Nr 3 | 10,90 |
| | Elias Hovden Nilsen | Diskos 1,75 kg | Nr 2 | 34,71 |
| | | Spyd 800 gr | Nr 1 | 63,16 |
| MJ 15 – 22 | Johannes Eiksund | 60 m | Nr 1 | 7,70 |
| | | 80 m | Nr 2 | 12,15 |
| | William Lillefosse | Kule 5 kg | Nr 2 | 10,38 |
| | | 400 m | Nr 3 | 52,92 |
| | | 800 m | Nr 3 | 2,00,65 |
| | Filip Hoggen | 600 m | Nr 2 | 1,41,99 |
| | | Tresteg | Nr 3 | 10,90 |
| | Elias Hovden Nilsen | Diskos 1,75 kg | Nr 2 | 34,71 |
| | | Spyd 800 gr | Nr 1 | 63,15 |
| MS | Johannes Eiksund | 60 m | Nr 1 | 7,70 |
| | William Lillefosse | 80 m | Nr 2 | 12,15 |
| | Filip Hoggen | 600 m | Nr 2 | 1,41,99 |
| | Elias Hovden Nilsen | Tresteg | Nr 3 | 10,90 |
| | | Spyd 800 gr | Nr 1 | 63,15 |

Jenter

| | | | | |
|-------------------|--------------------------|---------------------|------|---------|
| J13 | Elise Aarflot | 60 m | Nr 1 | 8,41 |
| | | 100 m | Nr 1 | 13,96 |
| | | 200 m | Nr 1 | 28,92 |
| | | 60 m hekk (76,2cm) | Nr 2 | 11,32 |
| | | Lengde | Nr 1 | 4,73 |
| | Jenny Hermine Bjørneset | Tresteg (sone) | Nr 1 | 9,01 |
| | | 400 m | Nr 1 | 1,14,06 |
| | | 600 m | Nr 2 | 1,51,62 |
| | | 800 m | Nr 2 | 3,06,75 |
| | | 1500 m | Nr 1 | 5,34,16 |
| | | 1000 m kappgang | Nr 1 | 6,57,15 |
| | | Tresteg | Nr 2 | 8,18 |
| | | Slegge 2 kg | Nr 2 | 14,19 |
| J14 | Maria Mjelva Straume | 600 m | Nr 1 | 1,45,25 |
| | | 800 m | Nr 1 | 2,29,81 |
| | | 1500 m | Nr 1 | 5,10,11 |
| | | Stav | Nr 1 | 1,82 |
| | | Tresteg | Nr 2 | 8,33 |
| | Thea Nilsen | Tresteg | Nr 1 | 9,12 |
| | | Diskos 0,75 kg | Nr 1 | 26,19 |
| | | Slegge 3 kg (119cm) | Nr 3 | 18,09 |
| | | Spyd 400 gr | Nr 1 | 33,40 |
| | | Spyd 500 gr | Nr 1 | 24,89 |
| J17 | Amalie Tomasgard | 400 m | Nr 2 | 1,09,48 |
| | | 800 m | Nr 1 | 2,32,63 |
| | | 1500 m | Nr 1 | 5,22,83 |
| J17 | Anna Hjellen Haugland | Slegge 3 kg (119cm) | Nr 2 | 49,87 |
| J18/19 | Sigrid Vartdal | Slegge 4 kg | Nr 1 | 41,33 |
| | | 60 m | Nr 1 | 8,59 |
| | | 100 m | Nr 3 | 13,50 |
| | | 200 m | Nr 1 | 26,59 |
| J20/22 | Åse Øyehaug | Tresteg | Nr 1 | 9,97 |
| KJ 15 - 19 | Andrine Hjellen Haugland | Spyd 600 gr | Nr 1 | 49,90 |
| | Sigrid Vartdal | 60 m | Nr 2 | 8,59 |
| | | 400 m | Nr 3 | 1,09,48 |
| | | 800 m | Nr 3 | 2,32,63 |
| | Amalie Tomasgard | 1500 m | Nr 2 | 5,22,83 |
| | | Tresteg | Nr 3 | 9,97 |
| | | Slegge 3 kg (119cm) | Nr 2 | 49,87 |
| | Sigrid Vartdal | Slegge 4 kg | Nr 2 | 41,33 |
| | | 60 m | Nr 2 | 8,59 |
| | | 400 m | Nr 3 | 1,09,48 |
| KJ 15 – 22 | Amalie Tomasgard | 1500 m | Nr 2 | 5,22,83 |
| | | Tresteg | Nr 3 | 9,97 |
| | | Slegge 3 kg (119cm) | Nr 2 | 49,87 |
| | Sigrid Vartdal | Slegge 4 kg | Nr 2 | 41,33 |
| | | 60 m | Nr 2 | 8,59 |
| | | 400 m | Nr 3 | 1,09,48 |
| | Amalie Tomasgard | 1500 m | Nr 2 | 5,22,83 |
| | | Tresteg | Nr 3 | 9,97 |
| | | Slegge 3 kg (119cm) | Nr 2 | 49,87 |
| | | Slegge 4 kg | Nr 3 | 41,33 |
| KS | Andrine Hjellen Haugland | Spyd 600 gr | Nr 1 | 49,90 |
| | Sigrid Vartdal | 60 m | Nr 2 | 8,59 |
| | | 400 m | Nr 3 | 1,09,48 |
| | Amalie Tomasgard | 1500 m | Nr 2 | 5,22,83 |
| | | Slegge 4 kg | Nr 3 | 41,33 |
| | Andrine Hjellen Haugland | Spyd 600 gr | Nr 1 | 49,9 |
| | | | | |

Tre beste på kretsstatistikken

Gutar 13 år og eldre 2018/2019 (innandørs)

| | | | | |
|------------------|----------------------------|-----------------|------|---------|
| G13 | | Lengde u till | Nr 3 | 1,81 |
| G14 | | Kappgang 1000 m | Nr 1 | 8,18,97 |
| | Sador Mikael Tesfay | Kule 3 kg | Nr 2 | 9,28 |
| | Arnstein Nikolai Ose | Kule 4 kg | Nr 2 | 9,14 |
| | | Lengde | Nr 3 | 1,99 |
| | | 800 m | Nr 3 | 2,55,46 |
| | | Høgde u tilløp | Nr 3 | 0,95 |
| G15 | Johannes Vinsrygg Vadstein | Lengde | Nr 2 | 3,57 |
| | | 200 m | Nr 2 | 27,09 |
| | | 400 m | Nr 1 | 58,98 |
| | Filip Hoggen | 600 m | Nr 1 | 1,46,83 |
| | | Høgde u tilløp | Nr 1 | 1,15 |
| | | Lengde | Nr 2 | 4,40 |
| | | Lengde u till | Nr 1 | 2,43 |
| G16 | | Kule 4 kg | Nr 3 | 6,64 |
| | | 60 m | Nr 1 | 7,45 |
| | | 100 m | Nr 1 | 11,94 |
| | Johannes Eiksund | 200 m | Nr 2 | 24,45 |
| | | Kule 5 kg | Nr 2 | 9,07 |
| G18/19 | | 400 m | Nr 2 | 54,06 |
| | William Lillefosse | 800 m | Nr 1 | 2,04,02 |
| | Nahom Kibreab Ghebrehiwet | 800 m | Nr 2 | 2,11,20 |
| | | Høgde | Nr 1 | 1,70 |
| | Jørgen Andre Førde | Høgde u tilløp | Nr 3 | 1,40 |
| | Elias Hovden Nilsen | Lengde u till | Nr 1 | 2,86 |
| MJ 15-19 | | 60 m | Nr 3 | 7,45 |
| | | 100 m | Nr 1 | 11,94 |
| | Johannes Eiksund | 400 m | Nr 3 | 54,06 |
| | | 800 m | Nr 2 | 2,04,02 |
| | Nahom Kibreab Ghebrehiwet | 600 m | Nr 1 | 1,46,83 |
| | | Høgde | Nr 1 | 1,70 |
| | Filip Hoggen | Høgde u tilløp | Nr 3 | 1,40 |
| | Elias Hovden Nilsen | Lengde u till | Nr 2 | 2,86 |
| | | Kule 5 kg | Nr 2 | 9,07 |
| MJ 15- 22 | | 100 m | Nr 1 | 11,94 |
| | William Lillefosse | 600 m | Nr 1 | 1,46,83 |
| | Johannes Eiksund | 800 m | Nr 2 | 2,04,02 |
| | Filip Hoggen | Høgde | Nr 1 | 1,70 |
| | Nahom Kibreab Ghebrehiwet | Høgde u tilløp | Nr 3 | 1,40 |
| | Elias Hovden Nilsen | Lengde u till | Nr 2 | 2,86 |
| | | Kule 5 kg | Nr 2 | 9,07 |
| MS | | 100 m | Nr 1 | 11,94 |
| | William Lillefosse | 600 m | Nr 1 | 1,46,83 |
| | Johannes Eiksund | 800 m | Nr 3 | 2,04,02 |
| | Filip Hoggen | Høgde | Nr 1 | 1,70 |
| | Nahom Kibreab Ghebrehiwet | Høgde u tilløp | Nr 3 | 1,40 |
| | Elias Hovden Nilsen | Lengde u till | Nr 2 | 2,86 |

Jenter

| | | | | |
|------------------|--------------------------|------------------|------|---------|
| J13 | | 60 m | Nr 1 | 8,68 |
| | | 200 m | Nr 1 | 29,23 |
| | Elise Aarflot | 600 m | Nr 1 | 2,03,11 |
| | | 60 m hekk (76,2) | Nr 3 | 12,73 |
| | Jenny Hermine Bjørneset | Lengde (sone) | Nr 1 | 4,43 |
| | Elise Aarflot | Lengde u till | Nr 2 | 2,16 |
| J14 | | 600 m | Nr 3 | 1,54,44 |
| | | 800 m | Nr 2 | 2,47,35 |
| | Maria Mjelva Straume | 1500 m | Nr 2 | 5,28,49 |
| | | Høgde u tilløp | Nr 1 | 1,10 |
| | | Lengde (sone) | Nr 3 | 4,15 |
| | Thea Nilsen | Kule 3 kg | Nr 3 | 6,97 |
| J17 | | 400 m | Nr 3 | 1,04,65 |
| | | 800 m | Nr 1 | 2,35,09 |
| | Amalie Tomasgard | 1500 m | Nr 1 | 5,31,06 |
| J18/19 | | 40 m | Nr 1 | 6,45 |
| | | Kule 4 kg | Nr 3 | 6,54 |
| J20/22 | Zita Hovemann | Høgde u tilløp | Nr 1 | 1,20 |
| | Åse Øyehaug | Lengde u till | Nr 1 | 2,31 |
| | Andrine Hjellen Haugland | Kule 4 kg | Nr 3 | 7,88 |
| KJ15 – 19 | | 40 m | Nr 1 | 6,45 |
| | | Kule 4 kg | Nr 3 | 6,54 |
| KJ15 – 22 | Zita Hovemann | 40 m | Nr 1 | 6,45 |
| | Åse Øyehaug | Høgde u tilløp | Nr 2 | 1,20 |
| KS | Zita Hovemann | Høgde u tilløp | Nr 2 | 1,20 |
| | Andrine Hjellen Haugland | | | |
| | Andrine Hjellen Haugland | | | |

900-poengsklubben 2019

I 2019 har Ørsta IL friidrett hatt 8 resultat over 1000 Tyrvingpoeng og 60 resultat over 900 Tyrvingpoeng.

| Utøver | Fødd år | Resultat | Dato | Stad | Poeng | Øving |
|---------------------------|---------|----------|------------|-----------------|-------|---------------|
| Johannes Eiksund | 2003 | 24,45 | 26.01.2019 | Ulsteinvik (i) | 919 | 200 m |
| Johannes Eiksund | 2003 | 7,58 | 01.27.2019 | Ulsteinvik (i) | 951 | 60 m |
| Johannes Eiksund | 2003 | 7,45 | 03.01.2019 | Ulsteinvik (i) | 986 | 60 m |
| Johannes Eiksund | 2003 | 7,59 | 03.02.2019 | Ulsteinvik (i) | 948 | 60 m |
| Johannes Eiksund | 2003 | 11,94 | 03.16.2019 | Florø (i) | 959 | 100 m |
| Johannes Eiksund | 2003 | 7,57 | 03.16.2019 | Florø (i) | 954 | 60 m |
| Elise Aarflot | 2006 | 8,68 | 03.23.2019 | Stange (i) | 924 | 60 m |
| Elise Aarflot | 2006 | 8,71 | 03.23.2019 | Stange (i) | 917 | 60 m |
| Anna Hjellen Haugland | 2002 | 47,23 | 04.28.2019 | Loggane/Gloppen | 1038 | Slegge 3 kg |
| Johannes Eiksund | 2003 | 7,72 | 05.02.2019 | Molde | 913 | 60 m |
| Johannes Eiksund | 2003 | 11,94 | 05.12.2019 | Drammen | 959 | 100 m |
| Elise Aarflot | 2006 | 4,73 | 05.19.2019 | Ørsta | 934 | Lengde |
| Oda Heltne Tønnessen | 2009 | 5,70 | 05.19.2019 | Ørsta | 934 | Kule 2 kg |
| Frøya Bernseter Keilen | 2009 | 5,99 | 05.19.2019 | Ørsta | 951 | Kule 2 kg |
| Elias Hovden Nilsen | 2001 | 54,72 | 05.19.2019 | Ørsta | 914 | Spyd 800 gr |
| Liam Digernes Mehreb | 2009 | 7,71 | 05.19.2019 | Ørsta | 952 | Kule 2 kg |
| Johannes Eiksund | 2003 | 24,46 | 05.25.2019 | Ålesund | 918 | 200 m |
| Elias Hovden Nilsen | 2001 | 54,56 | 05.25.2019 | Ålesund | 911 | Spyd 800 gr |
| Johannes Eiksund | 2001 | 12,06 | 05.26.2019 | Ulsteinvik | 938 | 100 m |
| Johannes Eiksund | 2003 | 24,65 | 05.26.2019 | Ulsteinvik | 902 | 200 m |
| Johannes Eiksund | 2003 | 24,40 | 05.31.2019 | Bergen | 923 | 200 m |
| Elias Hovden Nilsen | 2001 | 58,09 | 06.01.2019 | Bergen | 981 | Spyd 800 gr |
| Johannes Eiksund | 2003 | 7,70 | 06.01.2019 | Bergen | 919 | 60 m |
| Johannes Eiksund | 2001 | 11,94 | 06.02.2019 | Bergen | 959 | 100 m |
| Anna Hjellen Haugland | 2002 | 47,40 | 06.02.2019 | Bergen | 1040 | Slegge 3 kg |
| Elias Hovden Nilsen | 2001 | 54,55 | 06.04.2019 | Ørsta | 911 | Spyd 800 gr |
| Jonatan Hovden Ryste | 2008 | 8,28 | 06.04.2019 | Ørsta | 908 | Tresteg(sone) |
| Oskar Mjelva Straume | 2007 | 9,27 | 06.04.2019 | Ørsta | 918 | Tresteg(sone) |
| Julie Hovden Ryste | 2008 | 8,27 | 06.04.2019 | Ørsta | 947 | Tresteg(sone) |
| Johannes Eiksund | 2003 | 24,27 | 06.15.2019 | Bærum | 934 | 200 m |
| Johannes Eiksund | 2003 | 11,88 | 06.16.2019 | Bærum | 969 | 100 m |
| Nahom Kibreab Ghebrehiwet | 2001 | 52,92 | 06.16.2019 | Bærum | 923 | 400 m |
| Sigrd Vartdal | 2001 | 26,59 | 06.21.2019 | Lillehammer | 930 | 200 m |
| Elias Hovden Nilsen | 2001 | 56,24 | 06.22.2019 | Lillehammer | 944 | Spyd 800 gr |
| Elise Aarflot | 2006 | 8,41 | 22.06.2019 | Lillehammer | 997 | 60 m |
| Oskar Mjelva Straume | 2007 | 8,70 | 22.06.2019 | Lillehammer | 919 | 60 m |
| Elise Aarflot | 2006 | 13,96 | 06.23.2019 | Lillehammer | 910 | 100 m |
| Elias Hovden Nilsen | 2001 | 61,24 | 06.28.2019 | Göteborg, SWE | 1022 | Spyd 800 gr |
| Anna Hjellen Haugland | 2002 | 49,78 | 07.21.2019 | Loggane/Gloppen | 1070 | Slegge 3 kg |
| Elias Hovden Nilsen | 2001 | 59,65 | 08.04.2019 | Hamar | 1006 | Spyd 800 gr |
| Elias Hovden Nilsen | 2001 | 63,15 | 08.17.2019 | Kristiansand S | 1041 | Spyd 800 gr |
| Johannes Eiksund | 2003 | 11,91 | 08.17.2019 | Molde | 964 | 100 m |
| Elise Aarflot | 2006 | 28,92 | 08.18.2019 | Molde | 904 | 200 m |
| Elias Hovden Nilsen | 2001 | 57,95 | 08.14.2019 | Sigdal | 979 | Spyd 800 gr |
| Johannes Eiksund | 2003 | 12,12 | 08.24.2019 | Ørsta | 928 | 100 m |
| Oda Heltne Tønnessen | 2009 | 5,74 | 08.24.2019 | Ørsta | 936 | Kule 2 kg |
| Elise Aarflot | 2009 | 8,61 | 08.24.2019 | Ørsta | 943 | 60 m |
| Elias Hovden Nilsen | 2001 | 62,72 | 08.25.2019 | Sigdal | 1037 | Spyd 800 gr |
| Maria Mjelva Straume | 2005 | 5,10,11 | 08.25.2019 | Ørsta | 909 | 1500 m |
| Elise Aarflot | 2006 | 4,56 | 08.31.2019 | Måndalen | 907 | Lengde(sone) |
| Elise Aarflot | 2006 | 8,70 | 09.01.2019 | Måndalen | 919 | 60 m |
| Elise Aarflot | 2006 | 8,51 | 09.01.2019 | Måndalen | 970 | 60 m |
| Anna Hjellen Haugland | 2002 | 45,57 | 09.06.2019 | Jessheim | 1018 | Slegge 3 kg |

| | | | | | | |
|-------------------------|------|---------|------------|----------------|-----|-----------------|
| Elias Hovden Nilsen | 2001 | 55,49 | 09.07.2019 | Jessheim | 929 | Spyd 800 gr |
| Nahom Kibreab | 2001 | 2,00,65 | 09.08.2019 | Jessheim | 907 | 800 m |
| Elise Aarflot | 2006 | 8,53 | 09.10.2019 | Ørsta | 964 | 60 m |
| Johannes Eiksund | 2003 | 11,95 | 09.10.2019 | Ørsta | 957 | 100 m |
| Liam Digernes Mehreb | 2009 | 7,32 | 11.23.2019 | Ulsteinvik (i) | 929 | Kule 2 kg |
| Johannes Eiksund | 2003 | 7,46 | 11.23.2019 | Ulsteinvik (i) | 983 | 60 m |
| Johannes Eiksund | 2003 | 24,41 | 11.23.2019 | Ulsteinvik (i) | 922 | 200 m |
| Frøya Bernseter Keilen | 2009 | 6,26 | 11.23.2019 | Ulsteinvik (i) | 967 | Kule 2 kg |
| Julie Hovden Ryste | 2008 | 4,08 | 11.23.2019 | Ulsteinvik (i) | 943 | Lengde |
| Elise Aarflot | 2006 | 8,66 | 11.23.2019 | Ulsteinvik (i) | 929 | 60 m |
| Elise Aarflot | 2006 | 4,53 | 11.23.2019 | Ulsteinvik (i) | 901 | Lengde |
| Aron Bjørdal Berg | 2009 | 1,96 | 12.17.2019 | Ørsta | 930 | Lengde u tilløp |
| Rasmus Nymark | 2008 | 2,08 | 12.17.2019 | Ørsta | 900 | Lengde u tilløp |
| Håvard Bernseter Keilen | 2007 | 1,10 | 12.17.2019 | Ørsta | 915 | Høgde u tilløp |
| Madeleine Kristoffersen | 2009 | 2,01 | 12.17.2019 | Ørsta | 976 | Lengde u tilløp |

| Utøvarar | Poeng | År | Øving | Resultat |
|---------------------------|-------|------|-----------------|----------|
| Anna Hjellen Haugland | 1070 | 2019 | Slegge 3 kg | 49,78 |
| Elias Hovden Nilsen | 1041 | 2019 | Spyd 800 gr | 63,15 |
| Elise Aarflot | 997 | 2019 | 60 m | 8,41 |
| Johannes Eiksund | 986 | 2019 | 60 m | 7,45 |
| Madeleine Kristoffersen | 976 | 2019 | Lengde u tilløp | 2,01 |
| Frøya Bernseter Keilen | 967 | 2019 | Kule 2 kg | 6,26 |
| Liam Digernes Mehreb | 952 | 2019 | Kule 2 kg | 7,71 |
| Julie Hovden Ryste | 947 | 2019 | Tresteg (sone) | 8,27 |
| Oda Heltne Tønnessen | 936 | 2019 | Kule 2 kg | 5,74 |
| Sigrid Vartdal | 930 | 2019 | 200 m | 26,59 |
| Aron Bjørdal Berg | 930 | 2019 | Lengde u tilløp | 1,96 |
| Nahom Kibreab Ghebrehiwet | 923 | 2019 | 400 m | 52,92 |
| Oskar Mjelva Straume | 919 | 2019 | 60 m | 8,70 |
| Håvard Bernseter Keilen | 915 | 2019 | Høgde u tilløp | 1,10 |
| Maria Mjelva Straume | 909 | 2019 | 1500 m | 5,10,11 |
| Jonatan Hovden Ryste | 908 | 2019 | Tresteg (sone) | 8,28 |
| Rasmus Nymark | 900 | 2019 | Lengde u tilløp | 2,08 |

Statistikk gitar og jenter – Innandørs 2019

| 40 m – Jenter | | | | | | |
|---------------|----------------------|------|------|------------|-------|-----|
| 10 år | Ramona Magdalena Ose | 2009 | 9,05 | 03.09.2019 | Stryn | 142 |
| 18 år | Zita Høvemann | 2001 | 6,45 | 03.09.2019 | Stryn | |

| 40 m – Gitar | | | | | | |
|--------------|------------------------------|------|------|------------|-------|--|
| 12 år | Gustav Andreas Lykkeslet Vik | 2007 | 8,50 | 03.09.2019 | Stryn | |

| 60 m – Jenter | | | | | | |
|---------------|---------------------------------|-----------|----------|------------|------------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 10 år | Ramona Magdalena Ose | 2009 | 12,80 | 01.26.2019 | Sandane | 41 |
| | Julie Kornelia Bjørneset | 2009 | 14,02 | 03.24.2019 | Stange | 0 |
| | Pia Flatjord Tofteland | 2009 | 9,86 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 835 |
| | Frøya Bernseter Keilen | 2009 | 10,24 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 732 |
| | Madeleine Kristoffersen | 2009 | 10,32 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 711 |
| 11 år | Julie Hovden Ryste | 2008 | 9,26 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 889 |
| 12 år | Anne Stave | 2007 | 9,65 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 703 |
| | Ida Rebbestad Schjetne | 2007 | 9,72 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 684 |
| | Wilma Johanne Rasmine Aksnes Wi | 2007 | 10,09 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 584 |
| 13 år | Elise Aarflot | 2006 | 8,66 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 929 |
| | Jenny Hermine Bjørneset | 2006 | 9,48 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 708 |
| 14 år | Thea Nilsen | 2005 | 9,22 | 01.26.2019 | Ulsteinvik | 738 |
| | Maria Mjelva Straume | 2005 | 9,36 | 11.23.2109 | Ulsteinvik | 700 |

| 60 m – Gitar | | | | | | |
|--------------|------------------------------|-----------|----------|------------|------------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 10 år | Aron Bjørdal Berg | 2009 | 9,83 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 829 |
| | Liam Digernes Mehreb | 2009 | 10,11 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 754 |
| | Simon Olai Vinsrygg Vadstein | 2009 | 12,99 | 03.24.2019 | Stange | 0 |
| 11 år | Andreas Vinsrygg Vadstein | 2008 | 9,66 | 03.24.2019 | Stange | 767 |
| | Jonatan Hovden Ryste | 2008 | 9,40 | 11.24.2019 | Ulsteinvik | 838 |
| 12 år | Oskar Mjelva Straume | 2007 | 8,97 | 11.27.2019 | Ulsteinvik | 846 |
| 16 år | Johannes Eiksund | 2003 | 7,45 | 03.01.2019 | Ulsteinvik | 986 |
| | William Lillefosse | 2003 | 9,00 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 568 |

| 100 m – Gitar | | | | | | |
|---------------|------------------|------|-------|------------|-------|-----|
| 16 år | Johannes Eiksund | 2003 | 11,94 | 03.16.2019 | Florø | 959 |

| 200 m – Jenter | | | | | | |
|----------------|-------------------------|-----------|----------|------------|------------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 10 år | Pia Flatjord Tofteland | 2009 | 32,47 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 885 |
| | Madeleine Kristoffersen | 2009 | 36,35 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 582 |
| 13 år | Elise Aarflot | 2006 | 29,23 | 03.23.2019 | Stange | 880 |
| | Jenny Hermine Bjørneset | 2006 | 34,56 | 01.27.2019 | Ulsteinvik | 464 |
| 14 år | Thea Nilsen | 2005 | 31,48 | 01.27.2019 | Ulsteinvik | 658 |

| 200 m – Gitar | | | | | | |
|---------------|----------------------------|-----------|----------|------------|------------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 10 år | Liam Digernes Mehreb | 2009 | 34,44 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 690 |
| | Aron Bjørdal Berg | 2009 | 32,75 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 834 |
| 11 år | Matheo Vindfjell | 2008 | 38,60 | 01.27.2019 | Ulsteinvik | 201 |
| | Jonatan Hovden Ryste | 2008 | 31,93 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 767 |
| 12 år | Noah Digernes Merheb | 2007 | 28,93 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 886 |
| | Oskar Mjelva Straume | 2007 | 31,19 | 01.27.2019 | Ulsteinvik | 694 |
| | Eirik Larsen Hasle | 2007 | 33,15 | 01.27.2019 | Ulsteinvik | 528 |
| 14 år | Johannes Vinsrygg Vadstein | 2005 | 30,28 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 534 |
| 16 år | Johannes Eiksund | 2003 | 24,41 | 23.11.2019 | Ulsteinvik | 922 |

| 400 m - Jenter | | | | | | |
|----------------|------------------|------|---------|-------------|------------|-----|
| 17 år | Amalie Tomasgard | 2002 | 1,04,65 | 27.01. 2019 | Ulsteinvik | 747 |

| 400 m – Gitar | | | | | | |
|---------------|---------------------------|------|-------|------------|------------|-----|
| 15 år | Filip Hoggen | 2004 | 58,98 | 01.27.2019 | Ulsteinvik | 812 |
| 18 år | Nahom Kibreab Ghebrehiwet | 2001 | 54,06 | 01.27.2019 | Ulsteinvik | 877 |

| 600 m – Jenter | | | | | | |
|----------------|-------------------------|-----------|----------|------------|------------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 13 år | Jenny Hermine Bjørneset | 2006 | 1,55,50 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 676 |
| 14 år | Maria Mjelva Straume | 2005 | 1,54,13 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 660 |

| 600 m – Gitar | | | | | | |
|---------------|----------------------|-----------|----------|------------|------------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 12 år | Noah Digernes Merheb | 2007 | 1,53,45 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 624 |
| | Eirik Larsen Hasle | 2007 | 2,02,47 | 01.27.2019 | Ulsteinvik | 389 |

| | | | | | | |
|-------|----------------------------|------|---------|------------|------------|-----|
| | Håvard Bernseter Keilen | 2007 | 2,05,61 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 308 |
| 14 år | Johannes Vinsrygg Vadstein | 2005 | 2,00,43 | 03.23.2019 | Stange | 234 |

| 800 m – Jenter | | | | | | |
|----------------|----------------------|-----------|----------|------------|------------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 14 år | Maria Mjelva Straume | 2005 | 2,47,35 | 01.26.2019 | Ulsteinvik | 604 |
| 17 år | Amalie Tomasgard | 2002 | 2,33,33 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 710 |

| 800 m – Gutar | | | | | | |
|---------------|----------------------------|------|---------|------------|------------|-----|
| 14 år | Johannes Vinsrygg Vadstein | 2005 | 2,55,46 | 01.26.2019 | Ulsteinvik | 163 |
| 15 år | Filip Hoggen | 2003 | 2,16,78 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 769 |
| 18 år | Nahom Kibreab Ghebrehiwet | 2001 | 2,04,02 | 03.02.2019 | Ulsteinvik | 846 |
| 19 år | Jørgen Andre Førde | 2000 | 2,11,20 | 01.26.2019 | Ulsteinvik | 690 |

| 1000 m Kappgang - Gutar | | | | | | |
|-------------------------|----------------------|-----------|----------|------------|------------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 14 år | Arnstein Nikolai Ose | 2004 | 8,18,97 | 01.26.2019 | Ulsteinvik | 0 |

| 60 m hekk - jenter | | | | | | |
|--------------------|---------------|-----------|----------|------------|------------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 13 år (76,2) | Elise Aarflot | 2006 | 12,73 | 01.27.2019 | Ulsteinvik | 500 |

| 60 m hekk - gutar | | | | | | |
|-------------------|---------------------------|-----------|----------|-------------|------------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 11 år (76,20) | Andreas Vinsrygg Vadstein | 2008 | 14,17 | 01.27.2019 | Ulsteinvik | 266 |
| | Matheo Vindfjell | 2008 | 14,58 | 27.01. 2019 | Ulsteinvik | 184 |
| 12 år (76,2) | Oskar Mjelva Straume | 2007 | 11,84 | 01.27.2019 | Ulsteinvik | 672 |
| | Eirik Larsen Hasle | 2007 | 13,82 | 01.27.2019 | Ulsteinvik | 276 |

| Høgde – Jenter | | | | | | |
|----------------|--------------------|-----------|----------|------------|------------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 11 år | Julie Hovden Ryste | 2008 | 1,20 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 895 |
| KS | Christina Wilke | 1993 | 1,50 | 03.09.2019 | Stryn | |

| Høgde – Gutar | | | | | | |
|---------------|-------------------------|-----------|----------|------------|------------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 12 år | Oskar Mjelva Straume | 2007 | 1,30 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 860 |
| | Håvard Bernseter Keilen | 2007 | 1,25 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 825 |
| 18 år | Elias Hovden Nilsen | 2001 | 1,70 | 03.02.2019 | Ulsteinvik | 818 |

| Høgde utan tillep – Jenter | | | | | | |
|----------------------------|-------------------------|-----------|----------|------------|-------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 10 år | Pia Flatjord Tofteland | 2009 | 0,80 | 12.17.2019 | Ørsta | 810 |
| | Linnea Nupen Aarskog | 2009 | 0,70 | 12.17.2019 | Ørsta | 715 |
| | Madeleine Kristoffersen | 2009 | 0,80 | 12.17.2019 | Ørsta | 810 |
| | Ramona Magdalena Ose | 2009 | 0,70 | 12.17.2019 | Ørsta | 715 |
| | Frøya Bernseter Keilen | 2009 | 0,80 | 12.17.2019 | Ørsta | 810 |
| 11 år | Julie Hovden Ryste | 2008 | 0,90 | 12.17.2019 | Ørsta | 810 |
| | Selma Fure | 2008 | 0,85 | 12.17.2019 | Ørsta | 762 |
| | Marit Hovland | 2008 | 0,75 | 12.17.2019 | Ørsta | 667 |
| | Argsan Mustafe Adan | 2008 | 0,75 | 12.17.2019 | Ørsta | 667 |
| 12 år | Ida Rebbestad Schjetne | 2007 | 0,95 | 12.17.2019 | Ørsta | 762 |
| | Anne Stave | 2007 | 0,95 | 12.17.2019 | Ørsta | 762 |
| | Ylva Torine Thon | 2007 | 0,75 | 12.17.2019 | Ørsta | 572 |
| 13 år | Elise Aarflot | 2006 | 0,95 | 12.17.2019 | Ørsta | 705 |
| 14 år | Thea Nilsen | 2005 | 0,75 | 12.17.2019 | Ørsta | 477 |

| Høgde utan tillep – Gutar | | | | | | |
|---------------------------|----------------------------|-----------|----------|------------|-------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 10 år | Aron Bjørdal Berg | 2009 | 0,75 | 12.17.2019 | Ørsta | 787 |
| | Robin Honningsvåg | 2009 | 0,75 | 12.17.2019 | Ørsta | 787 |
| 11 år | Jonatan Hovden Ryste | 2008 | 0,85 | 12.17.2019 | Ørsta | 787 |
| | Vemund Råheim Vatne | 2008 | 0,85 | 12.17.2019 | Ørsta | 787 |
| | Rasmus Nymark | 2008 | 0,75 | 12.17.2019 | Ørsta | 702 |
| | Niklas Velle Josefsen | 2008 | 0,80 | 12.17.2019 | Ørsta | 745 |
| | Matheo Vindfjell | 2008 | 0,80 | 12.17.2019 | Ørsta | 745 |
| | Isak Arneson Lothe | 2008 | 0,80 | 12.17.2019 | Ørsta | 745 |
| 12 år | Håvard Bernseter Keilen | 2007 | 1,10 | 12.17.2019 | Ørsta | 915 |
| | Isak Vindfjell | 2007 | 1,00 | 12.17.2019 | Ørsta | 830 |
| 14 år | Johannes Vinsrygg Vadstein | 2005 | 1,05 | 12.17.2019 | Ørsta | 728 |
| 15 år | Filip Hoggen | 2004 | 1,05 | 12.17.2019 | Ørsta | 668 |

| Stav - Jenter | | | | | | |
|---------------|------|-----------|----------|------|------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |

| | | | | | | |
|-------|----------------------|------|------|------------|------------|-----|
| 14 år | Maria Mjelva Straume | 2005 | 1,70 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 344 |
|-------|----------------------|------|------|------------|------------|-----|

Lengde utan tillop – Jenter

| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
|-------|-------------------------|-----------|----------|------------|------------|--------------|
| 10 år | Madeleine Kristoffersen | 2009 | 2,01 | 12.17.2019 | Ørsta | 976 |
| | Frøya Bernseter Keilen | 2009 | 1,80 | 12.17.2019 | Ørsta | 850 |
| | Pia Flatjord Tofteland | 2009 | 1,87 | 12.17.2019 | Ørsta | 892 |
| | Linnea Nupen Aarskog | 2009 | 1,61 | 12.17.2019 | Ørsta | 736 |
| | Rebekka Mo Myklebust | 2009 | 1,35 | 12.17.2019 | Ørsta | 580 |
| | Ramona Magdalena Ose | 2009 | 1,35 | 12.17.2019 | Ørsta | 580 |
| 11 år | Julie Hovden Ryste | 2008 | 1,90 | 12.17.2019 | Ørsta | 832 |
| | Marit Hovland | 2008 | 1,78 | 12.17.2019 | Ørsta | 760 |
| | Selma Fure | 2008 | 1,63 | 12.17.2019 | Ørsta | 670 |
| | Aragan Mustafe Adan | 2008 | 1,38 | 12.17.2019 | Ørsta | 520 |
| 12 år | Ida Rebbestad Schjetne | 2007 | 1,99 | 12.17.2019 | Ørsta | 814 |
| | Anne Stave | 2007 | 2,09 | 12.17.2019 | Ørsta | 874 |
| | Ylva Torine Thon | 2007 | 1,69 | 12.17.2019 | Ørsta | 634 |
| 13 år | Elise Aarflot | 2006 | 2,16 | 01.26.2019 | Ørsta | 868 |
| | Jenny Hermine Bjørneset | 2006 | 1,96 | 01.26.2019 | Ulsteinvik | 736 |
| 14 år | Thea Nilsen | 2005 | 2,21 | 01.27.2019 | Ulsteinvik | 838 |

Lengde utan tillop – Gutar

| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
|-------|-------------------------|-----------|----------|------------|-------|--------------|
| 10 år | Aron Bjørdal Berg | 2009 | 1,96 | 12.17.2019 | Ørsta | 930 |
| | Robin Honningsvåg | 2009 | 1,43 | 12.17.2019 | Ørsta | 665 |
| 11 år | Rasmus Nymark | 2008 | 2,08 | 12.17.2019 | Ørsta | 900 |
| | Vemund Råheim Vatne | 2008 | 1,82 | 12.17.2019 | Ørsta | 770 |
| | Niklas Velle Josefsen | 2008 | 1,73 | 12.17.2019 | Ørsta | 725 |
| | Matheo Vindfjell | 2008 | 1,70 | 12.17.2019 | Ørsta | 710 |
| | Jonatan Hovden Ryste | 2008 | 1,79 | 12.17.2019 | Ørsta | 755 |
| | Isak Arneson Lothe | 2008 | 1,57 | 12.17.2019 | Ørsta | 645 |
| 12 år | Håvard Bernseter Keilen | 2007 | 2,15 | 12.17.2019 | Ørsta | 850 |
| | Isak Vindfjell | 2007 | 2,02 | 12.17.2019 | Ørsta | 785 |
| 14 år | Johannes Vadstein | 2005 | 2,05 | 12.17.2019 | Ørsta | 650 |
| | Arnstein Nikolai Ose | 2005 | 1,35 | 12.17.2019 | Ørsta | 300 |
| 15 år | Filip Hoggen | 2004 | 2,51 | 12.17.2019 | Ørsta | 815 |
| 18 år | Elias Hovden Nilsen | 2001 | 2,75 | 12.17.2019 | Ørsta | 825 |

Lengde – Jenter

| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
|--------------|---------------------------------|-----------|----------|------------|------------|--------------|
| 10 år (sone) | Ramona Magdalena Ose | 2009 | 2,38 | 01.27.2019 | Ulsteinvik | 638 |
| | Julie Kornelia Bjørneset | 2009 | 1,72 | 03.24.2019 | Stange | 500 |
| | Madeleine Kristoffersen | 2009 | 2,94 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 756 |
| | Frøya Bernseter Keilen | 2009 | 3,06 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 781 |
| | Pia Flatjord Tofteland | 2009 | 3,38 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 848 |
| 11 år (sone) | Julie Hovden Ryste | 2008 | 4,08 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 943 |
| 12 år(sone) | Anne Stave | 2007 | 3,99 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 850 |
| | Wilma Johanne Rasmine Aksnes Wi | 2007 | 3,27 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 699 |
| 13 år (sone) | Elise Aarflot | 2006 | 4,53 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 901 |
| | Jenny Hermine Bjørneset | 2006 | 3,48 | 03.24.2019 | Stange | 680 |
| 14 år | Thea Nilsen | 2005 | 4,17 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 773 |
| 18 år | Zita Høvemann | 2001 | 4,00 | 03.09.2019 | Stryn | 657 |

Lengde – Gutar

| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
|--------------|------------------------------|-----------|----------|------------|------------|--------------|
| 10 år (sone) | Simon Olai Vinsrygg Vadstein | 2009 | 1,96 | 03.23.2019 | Stange | 562 |
| | Aron Bjørdal Berg | 2009 | 3,44 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 858 |
| 11 år (sone) | Jonatan Hovden Ryste | 2008 | 3,69 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 828 |
| | Andreas Vinsrygg Vadstein | 2008 | 3,07 | 01.27.2019 | Ulsteinvik | 704 |
| | Matheo Vindfjell | 2008 | 3,04 | 01.27.2019 | Ulsteinvik | 698 |
| 12 år (sone) | Noah Digernes Merheb | 2007 | 3,91 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 792 |
| | Oskar Mjelva Straume | 2007 | 4,09 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 828 |
| | Eirik Larsen Hasle | 2007 | 3,81 | 01.27.2019 | Ulsteinvik | 772 |
| | Gustav Andreas Lykkeslet Vik | 2007 | 2,27 | 03.09.2019 | Stryn | 464 |
| 14 år | Johannes Vinsrygg Vadstein | 2005 | 3,57 | 01.26.2019 | Ulsteinvik | 564 |
| | Arnstein Nikolai Ose | 2005 | 1,99 | 03.16.2019 | Florø | 248 |
| 15 år | Filip Hoggen | 2004 | 5,34 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 838 |
| | William Lillefosse | 2003 | 3,34 | 02.03.2019 | Ulsteinvik | 388 |
| 18 år | Elias Hovden Nilsen | 2001 | 5,49 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 738 |

Kule – Jenter

| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
|-------------|------------------------|-----------|----------|------------|------------|--------------|
| 10 år (2kg) | Ramona Magdalena Ose | 2009 | 4,32 | 12.17.2019 | Ørsta | 784 |
| | Frøya Bernseter Keilen | 2009 | 6,26 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 967 |
| | Rebekka Mo Myklebust | 2009 | 4,57 | 12.17.2019 | Ørsta | 814 |

| | | | | | | |
|--------------|-------------------------|------|-------|------------|------------|-----|
| | Pia Flatjord Tofteland | 2009 | 5,12 | 12.17.2019 | Ørsta | 880 |
| | Madeleine Kristoffersen | 2009 | 5,04 | 12.17.2019 | Ørsta | 870 |
| | Linnea Nupen Aarskog | 2009 | 3,40 | 12.17.2019 | Ørsta | 673 |
| 11 år (2 kg) | Julie Hovden Ryste | 2008 | 6,34 | 12.17.2019 | Ørsta | 810 |
| | Marit Hovland | 2008 | 5,67 | 12.17.2019 | Ørsta | 730 |
| | Selma Fure | 2008 | 4,30 | 12.17.2019 | Ørsta | 670 |
| | Aragan Mustafe Adan | 2008 | 4,13 | 12.17.2019 | Ørsta | 545 |
| 12 år (2kg) | Ida Rebbestad Schjetne | 2007 | 8,02 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 860 |
| | Anne Stave | 2007 | 5,37 | 12.17.2019 | Ørsta | 542 |
| | Ylva Torine Thon | 2007 | 5,13 | 12.17.2019 | Ørsta | 514 |
| 13 år (2kg) | Elise Aarflot | 2006 | 7,05 | 12.17.2019 | Ørsta | 636 |
| 14 år (3 kg) | Thea Nilsen | 2005 | 7,30 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 709 |
| KS (4 kg) | Christina Wilke | 1993 | 11,31 | 03.09.2019 | Stryn | |

Kule – Gutar

| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
|--------------|------------------------------|-----------|----------|------------|------------|--------------|
| 10 år (2kg) | Liam Digernes Mehreb | 2009 | 7,32 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 929 |
| | Aron Bjørdal Berg | 2009 | 5,19 | 12.17.2019 | Ørsta | 704 |
| | Robin Honningsvåg | 2009 | 3,45 | 12.17.2019 | Ørsta | 496 |
| 11 år (2 kg) | Vemund Råheim Vatne | 2008 | 5,68 | 12.17.2019 | Ørsta | 547 |
| | Niklas Velle Josefsen | 2008 | 5,02 | 12.17.2019 | Ørsta | 468 |
| | Rasmus Nymark | 2008 | 7,02 | 12.17.2019 | Ørsta | 708 |
| | Jonatan Hovden Ryste | 2008 | 6,87 | 12.17.2019 | Ørsta | 680 |
| | Matheo Vindfjell | 2008 | 6,08 | 12.17.2019 | Ørsta | 595 |
| | Isak Arneson Lothe | 2008 | 6,42 | 12.17.2019 | Ørsta | 636 |
| 12 år (3 kg) | Håvard Bernseter Keilen | 2007 | 7,70 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 703 |
| | Isak Vindfjell | 2007 | 7,30 | 12.17.2019 | Ørsta | 655 |
| | Gustav Andreas Lykkeslet Vik | 2007 | 4,17 | 03.09.2019 | Stryn | 280 |
| 14 år (4kg) | Johannes Vinsrygg Vadstein | 2005 | 5,45 | 12.17.2019 | Ørsta | 217 |
| | Arnstein Nikolai Ose | 2005 | 9,14 | 03.16.2019 | Florø | 660 |
| 15 år (4 kg) | Filip Hoggen | 2004 | 7,02 | 12.17.2019 | Ørsta | 190 |
| 16 år (5 kg) | William Lillefosse | 2003 | 9,07 | 03.01.2019 | Ulsteinvik | 511 |
| 18 år (6 kg) | Elias Hovden Nilsen | 2001 | 12,38 | 11.23.2019 | Ulsteinvik | 866 |

Førte stemne:

Trivselshall leikane

Ope KM

UM - innandørs

Strynehalleikane

Lakseleikane

Bamselekene

Sparebanken Møre leikane

Regional – Hallenmeisterschaft (Ostbrandenburg)

Treningsstemne

Frå dato

01.19.2019

01.26.2019

03.01.2019

03.09.2019

03.16.2019

03.22.2019

11.23.2019

11.30.2019

12.17.2019

Til dato

01.19.2019

01.26.2019

03.03.2019

03.09.2019

03.16.2019

03.22.2019

11.23.2019

11.30.2019

12.17.2019

Stad

Sandane

Ulsteinvik

Ulsteinvik

Stryn

Florø

Stange

Ulsteinvik

Kienbaum/GER

Ørsta

Statistikk – Gutar 2019

Kun godkjente resultat.

| 60m | | | | | | |
|-------|---------------------------|-----------|----------|------------|-------------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 10 år | Kristian Aarflot Årdal | 2009 | 11,13 | 22.06.2019 | Lillehammer | 478 |
| | Jonas Øglænd Vestgarden | 2009 | 10,02 | 10.09.2019 | Ørsta | 778 |
| 11 år | Vemund Råheim Vatne | 2008 | 10,72 | 24.08.2019 | Ørsta | 481 |
| | Andreas Vinsrygg Vadstein | 2008 | 10,09 | 24.08.2019 | Ørsta | 651 |
| | Niklas Velle Josefsen | 2008 | 9,98 | 07.09.2019 | Ikornes | 681 |
| | Jonatan Hovden Ryste | 2008 | 9,36 | 22.06.2019 | Lillehammer | 848 |
| | Mattheo Vindfjell | 2008 | 10,44 | 24.08.2019 | Ørsta | 557 |
| 12 år | Rasmus Nymark | 2008 | 10,02 | 24.08.2019 | Ørsta | 670 |
| | Oskar Mjelva Straume | 2007 | 8,70 | 22.06.2019 | Lillehammer | 919 |
| | Håvard Bernseter Keilen | 2007 | 10,07 | 26.05.2019 | Ulsteinvik | 549 |
| | Isak Vindfjell | 2007 | 9,02 | 24.08.2019 | Ørsta | 832 |
| | Noah Digernes Mehreb | 2007 | 10,37 | 26.05.2019 | Ulsteinvik | 468 |
| | Eirik Larsen Hasle | 2007 | 9,70 | 26.05.2019 | Ulsteinvik | 649 |
| | Benjamin Mo | 2007 | 10,16 | 26.05.2019 | Ulsteinvik | 524 |
| | Steffen Velle Josefsen | 2006 | 9,63 | 07.09.2019 | Ikornes | 559 |
| 15 år | Filip Hoggen | 2004 | 8,35 | 10.09.2019 | Ørsta | 784 |
| 16 år | Johannes Eiksund | 2003 | 7,70 | 01.06.2019 | Bergen | 919 |
| | William Lillefosse | 2003 | 9,39 | 10.09.2019 | Ørsta | 462 |

| 80m | | | | | | |
|-------|------------------------|-----------|----------|------------|-------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 10 år | Aron Bjørdal Berg | 2009 | 13,78 | 04.06.2019 | Ørsta | 641 |
| | Joel Mikael Tesfay | 2009 | 14,79 | 04.06.2019 | Ørsta | 419 |
| 11 år | Jonatan Hovden Ryste | 2008 | 12,73 | 04.06.2018 | Ørsta | 740 |
| | Vemund Råheim Vatne | 2008 | 13,45 | 04.06.2018 | Ørsta | 582 |
| | Niklas Velle Josefsen | 2008 | 13,42 | 04.06.2019 | Ørsta | 588 |
| | Rasmus Nymark | 2008 | 13,07 | 04.06.2019 | Ørsta | 665 |
| | Mattheo Vindfjell | 2008 | 14,09 | 04.06.2019 | Ørsta | 441 |
| 12 år | Oskar Mjelva Straume | 2007 | 11,64 | 04.06.2019 | Ørsta | 837 |
| | Isak Vindfjell | 2007 | 11,85 | 04.06.2019 | Ørsta | 791 |
| 13 år | Steffen Velle Josefsen | 2006 | 12,92 | 04.06.2019 | Ørsta | 445 |
| 14 år | Arnstein Nikolai Ose | 2005 | 18,14 | 04.06.2019 | Ørsta | 0 |
| 16 år | William Lillefosse | 2003 | 12,15 | 04.06.2019 | Ørsta | 439 |

| 100 m | | | | | | |
|-------|------------------------------|-----------|----------|------------|-------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 10 år | Liam Digernes Mehreb | 2009 | 17,26 | 10.09.2019 | Ørsta | |
| | Aron Bjørdal Berg | 2009 | 16,06 | 10.09.2019 | Ørsta | |
| | Robin Honningsvåg | 2009 | 20,19 | 10.09.2019 | Ørsta | |
| | Elias Nikolai Aakre Grimstad | 2009 | 18,64 | 10.09.2019 | Ørsta | |
| 11 år | Rasmus Nymark | 2008 | 16,94 | 10.09.2019 | Ørsta | |
| | Mattheo Vindfjell | 2008 | 17,34 | 10.09.2019 | Ørsta | |
| | Vemund Råheim Vatne | 2008 | 17,06 | 10.09.2019 | Ørsta | |
| | Jonatan Hovden Ryste | 2008 | 15,83 | 10.09.2019 | Ørsta | |
| | Andreas Vinsrygg Vadstein | 2008 | 16,75 | 10.09.2019 | Ørsta | |
| 12 år | Oskar Mjelva Straume | 2007 | 14,63 | 10.09.2019 | Ørsta | |
| | Noah Digernes Merheb | 2007 | 14,90 | 10.09.2019 | Ørsta | |
| | Noah Smith Solheim | 2007 | 19,51 | 10.09.2019 | Ørsta | |
| | Isak Vindfjell | 2007 | 14,84 | 10.09.2019 | Ørsta | |
| 16 år | Johannes Eiksund | 2003 | 11,88 | 16.05.2019 | Bærum | 969 |
| | William Lillefosse | 2001 | 14,79 | 10.09.2019 | Ørsta | 474 |

| 200 m | | | | | | |
|-------|-----------------------------|-----------|----------|------------|-------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 10 år | Elias Nikolai Åkre Grimstad | 2009 | 41,37 | 25.08.2019 | Ørsta | 101 |
| | Gaupe Gillberg Hjelmeland | 2009 | 38,61 | 25.08.2019 | Ørsta | 336 |
| 11 år | Jonatan Hovden Ryste | 2008 | 32,24 | 25.08.2019 | Ørsta | 741 |
| | Vemund Råheim Vatne | 2008 | 37,16 | 25.08.2019 | Ørsta | 323 |
| 12 år | Oskar Mjelva Straume | 2007 | 30,06 | 18.08.2019 | Molde | 790 |
| | Isak Vindfjell | 2007 | 30,61 | 25.08.2019 | Ørsta | 744 |
| | Benjamin Mo | 2007 | 33,48 | 25.08.2019 | Ørsta | 500 |

| | | | | | | |
|-------|------------------------|------|-------|------------|-------|-----|
| 13 år | Steffen Velle Josefsen | 2006 | 31,74 | 25.08.2019 | Ørsta | 512 |
| 15 år | Filip Hoggen | 2004 | 26,71 | 25.08.2019 | Ørsta | 769 |
| 16 år | Johannes Eiksund | 2003 | 24,27 | 15.06.2019 | Bærum | 934 |

| | | 400 m | | | | |
|-------|---------------------------|-------|-------|------------|-------------|-----|
| 15 år | Filip Hoggen | 2004 | 58,35 | 22.06.2019 | Lillehammer | 838 |
| 18 år | Nahom Kibreab Ghebrehiwet | 2001 | 52,92 | 16.06.2019 | Bærum | 923 |

| 600m | | | | | | |
|-------|----------------------------|-----------|----------|------------|-------------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 10 år | Aron Bjørdal Berg | 2009 | 2,06,22 | 10.09.2019 | Ørsta | 630 |
| 11 år | Jonathan Hovden Ryste | 2008 | 1,56,91 | 23.06.2019 | Lillehammer | 690 |
| 12 år | Benjamin Mo | 2007 | 2,06,03 | 24.08.2019 | Ørsta | 297 |
| | Håvard Bernseter Keilen | 2007 | 2,02,33 | 26.05.2019 | Ulsteinvik | 393 |
| | Noah Digernes Mehreb | 2007 | 1,57,97 | 26.05.2019 | Ulsteinvik | 506 |
| | Eirik Larsen Hasle | 2007 | 2,01,53 | 26.05.2019 | Ulsteinvik | 414 |
| 13 år | Steffen Velle Josefsen | 2006 | 2,01,94 | 24.08.2019 | Ørsta | 286 |
| | Mathias Nedrelid Vatne | 2006 | 1,53,61 | 24.08.2019 | Ørsta | 503 |
| 14 år | Johannes Vinsrygg Vadstein | 2005 | 1,57,92 | 17.08.2019 | Molde | 391 |
| 15 år | Filip Hoggen | 2004 | 1,41,99 | 25.05.2019 | Hornindal | 649 |

| 800m | | | | | | |
|-------|---------------------------|-----------|----------|------------|-------------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 15 år | Filip Hoggen | 2004 | 2,14,95 | 23.06.2019 | Lillehammer | 802 |
| 18 år | Nahom Kibreab Ghebrehiwet | 2001 | 2,00,65 | 08.09.2019 | Jessheim | 907 |

| 1500m | | | | | | |
|-------|------------------------|-----------|----------|------------|-------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 13 år | Mathias Nedrelid Vatne | 2006 | 5,30,76 | 25.08.2019 | Ørsta | 630 |

| 60 m hekk | | | | | | |
|--------------|---------------------------|------|-------|------------|-------|-----|
| 10 år (68,0) | Gaupe Gillberg Hjelmeland | 2009 | 14,79 | 25.08.2019 | Ørsta | 302 |
| 11 år(68,0) | Jonathan Hovden Ryste | 2008 | 12,56 | 25.08.2019 | Ørsta | 588 |
| | Vebjørn Råheim Vatne | 2008 | 13,05 | 25.08.2019 | Ørsta | 490 |
| | Matheo Vindfjell | 2008 | 13,37 | 25.08.2019 | Ørsta | 426 |
| 12 år (76,2) | Oskar Mjelva Straume | 2007 | 11,64 | 17.08.2019 | Molde | 712 |

| 1000 m kappgang | | | | | | |
|-----------------|----------------------|------|---------|------------|----------|---|
| G14 | Arnstein Nikolai Ose | 2005 | 8,24,35 | 31.08.2019 | Måndalen | 0 |

| Høgde | | | | | | |
|-------|-------------------------|-----------|----------|------------|------------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 11 år | Vemund Råheim Vatne | 2008 | 1,05 | 24.08.2019 | Ørsta | 769 |
| 12 år | Oskar Mjelva Straume | 2007 | 1,30 | 18.08.2019 | Ulsteinvik | 860 |
| | Håvard Bernseter Keilen | 2007 | 1,20 | 26.05.2019 | Ulsteinvik | 790 |
| 15 år | Filip Hoggen | 2004 | 1,43 | 10.09.2019 | Ørsta | 741 |
| 16 år | William Lillefosse | 2003 | 1,35 | 10.09.2019 | Ørsta | 629 |

| Lengde (0,5 m satssone tom 13 år) | | | | | | |
|-----------------------------------|------------------------------|-----------|----------|------------|-------------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 10 år | Elias Nikolai Aakre Grimstad | 2009 | 2,78 | 19.05.2019 | Ørsta | 726 |
| | Liam Digernes Mehreb | 2009 | 2,32 | 19.05.2019 | Ørsta | 634 |
| | Kristian Aarflot Årdal | 2009 | 3,20 | 22.06.2019 | Lillehammer | 810 |
| | Gaupe Gillberg Hjelmeland | 2009 | 2,80 | 25.08.2019 | Ørsta | 730 |
| | Aron Bjørdal Berg | 2009 | 3,14 | 10.09.2019 | Ørsta | 798 |
| | Robin Honningsvåg | 2009 | 1,97 | 10.09.2019 | Ørsta | 564 |
| | Jonas Øglænd Vestgarden | 2009 | 3,43 | 10.09.2019 | Ørsta | 856 |
| 11 år | Vemund Råheim Vatne | 2008 | 3,73 | 19.05.2019 | Ørsta | 838 |
| | Andreas Vinsrygg Vadstein | 2008 | 3,18 | 10.09.2019 | Ørsta | 726 |
| | Jonathan Hovden Ryste | 2008 | 3,91 | 22.06.2019 | Lillehammer | 872 |
| | Rasmus Nymark | 2008 | 3,58 | 19.05.2019 | Ørsta | 806 |
| | Matheo Vindfjell | 2008 | 3,48 | 19.05.2019 | Ørsta | 786 |
| 12 år | Oskar Mjelva Straume | 2007 | 4,25 | 25.08.2019 | Ørsta | 860 |
| | Håvard Bernseter Keilen | 2007 | 3,94 | 19.05.2019 | Ørsta | 818 |
| | Noah Digernes Mehreb | 2007 | 3,53 | 10.09.2019 | Ørsta | 716 |

| | | | | | | |
|-------|---------------------|------|------|------------|------------|-----|
| | Eirik Larsen Hasle | 2007 | 4,04 | 26.05.2019 | Ulsteinvik | 792 |
| | Noah Smith Solheim | 2007 | 2,40 | 10.09.2019 | Ørsta | 490 |
| | Isak Vindfjell | 2007 | 4,14 | 25.08.2019 | Ørsta | 838 |
| 13 år | Sador Mikael Tesfay | 2006 | 3,52 | 19.05.2019 | Ørsta | 634 |
| 15 år | Filip Hoggen | 2004 | 5,18 | 17.08.2019 | Molde | 806 |

Tresteg (0,5 m satssone tom 13 år)

| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
|-------|----------------------------|-----------|----------|------------|-------|--------------|
| 10 år | Aron Bjørdal Berg | 2009 | 6,58 | 04.06.2019 | Ørsta | 838 |
| 11 år | Vemund Råheim Vatne | 2008 | 6,98 | 04.06.2019 | Ørsta | 778 |
| | Matheo Vindfjell | 2008 | 6,27 | 04.06.2019 | Ørsta | 707 |
| | Rasmus Nymark | 2008 | 7,16 | 04.06.2019 | Ørsta | 796 |
| | Niklas Velle Josefsen | 2008 | 6,42 | 04.06.2019 | Ørsta | 722 |
| | Jonatan Hovden Ryste | 2008 | 8,28 | 04.06.2019 | Ørsta | 908 |
| 12 år | Oskar Mjelva Straume | 2007 | 9,27 | 04.06.2019 | Ørsta | 917 |
| | Isak Vindfjell | 2007 | 8,44 | 04.06.2019 | Ørsta | 834 |
| 14 år | Johannes Vinsrygg Vadstein | 2005 | 8,27 | 19.05.2018 | Ørsta | 627 |
| 15 år | Filip Hoggen | 2004 | 10,90 | 25.08.2019 | Ørsta | 810 |
| 16 år | William Lillefosse | 2003 | 8,42 | 27.08.2019 | Ørsta | 512 |

Kule

| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
|--------------|---------------------------|-----------|----------|------------|-----------------|--------------|
| 10 år (2 kg) | Joel Mikael Tesfay | 2009 | 4,81 | 19.05.2019 | Ørsta | 659 |
| | Odin Øye Hjellbrekke | 2009 | 4,97 | 19.05.2019 | Ørsta | 678 |
| | Liam Digernes Mehreb | 2009 | 7,71 | 19.05.2019 | Ørsta | 952 |
| 11 år (2 kg) | Andreas Vinsrygg Vadstein | 2008 | 6,12 | 24.08.2019 | Ørsta | 600 |
| | Rasmus Nymark | 2008 | 7,52 | 24.08.2019 | Ørsta | 768 |
| 12 år (3 kg) | Håvard Bernseter Keilen | 2007 | 7,08 | 19.05.2019 | Ørsta | 629 |
| | Benjamin Mo | 2007 | 7,56 | 19.05.2019 | Ørsta | 686 |
| | Oskar Mjelva Straume | 2007 | 5,93 | 23.06.2019 | Lillehammer | 491 |
| 14 år (4kg) | Arnstein Nikolai Ose | 2005 | 9,68 | 28.04.2019 | Loggane/Gloppen | 725 |
| 16 år(5 kg) | William Lillefosse | 2003 | 10,38 | 19.05.2019 | Ørsta | 668 |

Diskos

| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
|-----------------|----------------------|-----------|----------|------------|-----------------|--------------|
| 14 år (1kg) | Arnstein Nikolai Ose | 2005 | 28,38 | 05.05.2019 | Loggane/Gloppen | 439 |
| 18 år (1,75 kg) | Elias Hovden Nilsen | 2001 | 34,71 | 23.06.2019 | Lillehammer | 665 |

Slegge

| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
|--------------------|------------------------------|-----------|----------|------------|-----------------|--------------|
| 10 år (2 kg/110) | Elias Nikolai Aakre Grimstad | 2009 | 5,49 | 10.09.2019 | Ørsta | 427 |
| | Robin Honningsvåg | 2009 | 2,18 | 10.09.2019 | Ørsta | 295 |
| 11 år (2 kg /110) | Matheo Vindfjell | 2008 | 12,81 | 10.09.2019 | Ørsta | 432 |
| | Rasmus Nymark | 2008 | 15,14 | 10.09.2019 | Ørsta | 525 |
| | Vemund Råheim Vatne | 2008 | 14,07 | 10.09.2019 | Ørsta | 482 |
| | Jonatan Hovden Ryste | 2008 | 15,34 | 10.09.2019 | Ørsta | 533 |
| 12 år (2kg/110) | Noah Smith Solheim | 2007 | 8,79 | 10.09.2019 | Ørsta | 0 |
| | Isak Vindfjell | 2007 | 14,19 | 10.09.2019 | Ørsta | 199 |
| 14 år (4 kg/119,5) | Arnstein Nikolai Ose | 2005 | 33,23 | 07.07.2019 | Loggane/Gloppen | 844 |

Spyd

| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
|----------------|-----------------------------|-----------|----------|------------|-------|--------------|
| 10 år (400 gr) | Odin Øye Hjellbrekke | 2009 | 8,90 | 19.05.2019 | Ørsta | 456 |
| | Elias Nikolai Åkre Grimstad | 2009 | 12,64 | 19.05.2019 | Ørsta | 605 |
| | Aron Bjørdal Berg | 2009 | 10,75 | 04.06.2019 | Ørsta | 530 |
| | Joel Mikael Tesfay | 2009 | 10,89 | 04.06.2019 | Ørsta | 535 |
| | Gaupe Gillberg Hjelmeland | 2009 | 9,01 | 25.08.2019 | Ørsta | 460 |
| 11 år (400 gr) | Niklas Velle Josefsen | 2008 | 10,82 | 04.06.2019 | Ørsta | 280 |
| | Rasmus Nymark | 2008 | 13,86 | 25.08.2019 | Ørsta | 402 |
| | Matheo Vindfjell | 2008 | 7,42 | 04.06.2019 | Ørsta | 144 |
| | Vemund Råheim Vatne | 2008 | 10,21 | 04.06.2019 | Ørsta | 256 |
| | Jonatan Hovden Ryste | 2008 | 14,21 | 04.06.2019 | Ørsta | 416 |
| | Andreas Vinsrygg Vadstein | 2008 | 14,98 | 25.08.2019 | Ørsta | 447 |
| 12 år (400 gr) | Oskar Mjelva Straume | 2007 | 21,09 | 19.05.2019 | Ørsta | 475 |
| | Håvard Bernseter Keilen | 2007 | 25,24 | 19.05.2019 | Ørsta | 641 |

| | | | | | | |
|----------------|----------------------|------|-------|------------|----------------|------|
| | Benjamin Mo | 2007 | 14,21 | 19.05.2019 | Ørsta | 200 |
| | Isak Vindfjell | 2007 | 21,27 | 04.06.2019 | Ørsta | 482 |
| 14 år (600 gr) | Arnstein Nikolai Ose | 2005 | 15,79 | 19.05.2019 | Ørsta | 0 |
| 16 år (700 gr) | William Lillefosse | 2003 | 24,45 | 04.06.2019 | Ålesund | 0 |
| 18 år (800 gr) | Elias Hovden Nilsen | 2001 | 63,15 | 17.08.2019 | Kristiansand S | 1041 |

Liten ball – 150 g

| <i>Alder</i> | <i>Namn</i> | <i>Fødselsår</i> | <i>Resultat</i> | <i>Dato</i> | <i>Stad</i> | <i>Tyrvingpoeng</i> |
|--------------|----------------------|------------------|-----------------|-------------|-------------|---------------------|
| 12 år | Noah Digernes Mehreb | 2007 | 26,27 | 26.05.2019 | Ulsteinvik | 87 |
| | Benjamin Mo | 2007 | 20,10 | 26.05.2019 | Ulsteinvik | 0 |

1000 m stafett

| | | | | |
|----|---|---------|------------|-------|
| MS | Johannes Eiksund, Filip Hoggen | 2,13,38 | 28.04.2019 | Ørsta |
| | Jørgen Andre Førde, Nahom Kibreab Ghebrehiwet | | | |

Førte stemmer:

| | Frå dato | Til dato | Stad |
|---------------------------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| Treningstemne | 04.08.2019 | 08.04.2019 | Ørsta |
| Loggane Open | 04.28.2019 | 28.04.2019 | Loggane/Gloppen |
| Ørstastafetten | 04.28.2019 | 28.04.2019 | Ørsta |
| Skolecupen, finale | 05.02.2019 | 02.05.2019 | Molde |
| Loggane Open | 05.05.2019 | 05.05.2019 | Loggane/Gloppen |
| Nasjonalt åpningstevne | 05.12.2019 | 12.05.2019 | Drammen |
| Sparebank1 leikane(rekr.cup 3) | 05.19.2019 | 19.05.2019 | Ørsta |
| Sparebankleikane | 05.25.2019 | 26.05.2019 | Byrkjelo |
| Honndalsleikane | 05.25.2019 | 20.05.2019 | Hornindal |
| SBM Akslaleikane | 05.25.2019 | 25.05.2019 | Ålesund |
| Dimnaleikane | 05.26.2019 | 26.05.2019 | Ulsteinvik |
| Midsundleikane | 05.30.2019 | 30.05.2019 | Midsund |
| Framolekene | 05.31.2019 | 02.06.2019 | Bergen |
| Banestemne 10 år + (rekr.cup 4) | 06.04.2019 | 04.06.2019 | Ørsta |
| Loggane Open | 06.09.2019 | 09.06.2019 | Loggane/Gloppen |
| Tyrvinglekene | 06.14.2019 | 16.06.2019 | Bærum |
| Veidekkelekene | 06.20.2019 | 23.06.2019 | Lillehammer |
| Verdsungdomsspelen | 06.28.2019 | 30.06.2019 | Gøteborg, SW |
| Loggane Open | 07.07.2019 | 07.07.2019 | Loggane/Gloppen |
| Loggane Open | 07.21.2019 | 21.07.2019 | Loggane/Gloppen |
| NM | 08.02.2019 | 04.08.2019 | Hamar |
| Loggane Open | 08.11.2019 | 11.08.2019 | Loggane/Gloppen |
| Nordisk meisterskap U20 | 08.17.2019 | 18.08.2019 | Kristiansand S |
| KM | 08.17.2019 | 18.08.2019 | Molde |
| NM Junior | 08.23.2019 | 25.08.2019 | Sigdal |
| Ørstaleikane (rekr.cup 5) | 08.24.2019 | 25.08.2019 | Ørsta |
| Treningsstemne | 08.27.2019 | 27.08.2019 | Ørsta |
| Lerøylekene 13 - 14 år. | 08.31.2019 | 01.09.2019 | Måndalen |
| UM | 09.06.2019 | 08.09.2019 | Jessheim |
| Panoramaleikane | 09.07.2019 | 07.09.2019 | Ikornes |
| Treningsstemne (rekr.cup 6) | 09.10.2019 | 10.09.2019 | Ørsta |
| Loggane Open | 10.13.2019 | 13.10.2019 | Loggane/Gloppen |

Statistikk – jenter – 2019

Kun godkjente resultat.

| 60m | | | | | | |
|-----------------|--------------------------|-----------|----------|------------|----------------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 10 år | Madeleine Kristoffersen | 2009 | 10,83 | 24.08.2019 | Ørsta | 573 |
| | Guro Tiller | 2009 | 12,04 | 24.08.2019 | Ørsta | 246 |
| | Ramona Magdalena Ose | 2009 | 13,05 | 24.08.2019 | Ørsta | 0 |
| | Elen Flem Øye | 2009 | 10,82 | 24.08.2019 | Ørsta | 576 |
| | Ingrid Øyehaug Moe | 2009 | 13,96 | 24.08.2019 | Ørsta | 0 |
| | Nora Madison Lundquist | 2009 | 10,14 | 24.08.2019 | Ørsta | 759 |
| | Pia Flatjord Tofteland | 2009 | 10,45 | 24.08.2019 | Ørsta | 676 |
| 11 år | Oda Heltne Tønnessen | 2009 | 12,62 | 24.08.2019 | Ørsta | 90 |
| | Marit Hovland | 2008 | 11,25 | 24.08.2019 | Ørsta | 352 |
| | Julie Hovden Ryste | 2008 | 9,52 | 22.06.2019 | Lillehammer | 819 |
| | Aragan Mustafe Adan | 2008 | 11,09 | 26.05.2019 | Ulsteinvik | 395 |
| 12 år | Rebecca Myklebust Mo | 2007 | 10,54 | 24.08.2019 | Ørsta | 462 |
| 13 år | Elise Aarflot | 2006 | 8,41 | 22.06.2019 | Lillehammer | 997 |
| 14 år | Jenny Hermine Bjørneset | 2006 | 9,81 | 24.08.2019 | Ørsta | 619 |
| | Thea Nilsen | 2005 | 9,37 | 17.08.2019 | Molde | 697 |
| 18 år | Maria Mjelva Straume | 2005 | 9,29 | 22.06.2019 | Lillehammer | 719 |
| | Sigrd Vartdal | 2001 | 8,59 | 10.09.2019 | Ørsta | 827 |
| 80 m | | | | | | |
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 10 år | Pia Flatjord Tofteland | 2009 | 14,36 | 04.06.2019 | Ørsta | 546 |
| | Frøya Bernseter Keilen | 2009 | 14,94 | 04.06.2019 | Ørsta | 424 |
| | Madeleine Kristoffersen | 2009 | 14,44 | 04.06.2019 | Ørsta | 529 |
| | Ramona Magdalena Ose | 2009 | 17,02 | 04.06.2019 | Ørsta | 0 |
| | Anny Ottestad | 2009 | 15,33 | 04.06.2019 | Ørsta | 342 |
| | Signe Rebbestad Vartdal | 2009 | 15,43 | 04.06.2019 | Ørsta | 321 |
| | Elen Flem Øye | 2009 | 14,42 | 04.06.2019 | Ørsta | 533 |
| 11 år | Julie Hovden Ryste | 2008 | 12,97 | 04.06.2019 | Ørsta | 712 |
| | Marit Hovland | 2008 | 14,93 | 04.06.2019 | Ørsta | 300 |
| 100 m | | | | | | |
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 10 år | Frøya Bernseter Keilen | 2009 | 16,54 | 10.09.2019 | Ørsta | |
| | Rebekka Myklebust Mo | 2009 | 20,75 | 10.09.2019 | Ørsta | |
| | Oda Heltne Tønnessen | 2009 | 20,54 | 10.09.2019 | Ørsta | |
| | Pia Flatjord Tofteland | 2009 | 17,05 | 10.09.2019 | Ørsta | |
| | Guro Tiller | 2009 | 19,31 | 10.09.2019 | Ørsta | |
| | Ramona Magdalena Ose | 2009 | 21,44 | 10.09.2019 | Ørsta | |
| | Linnea Nupen Aarskog | 2009 | 20,00 | 10.09.2019 | Ørsta | |
| 11 år | Madeleine Kristoffersen | 2009 | 18,35 | 10.09.2019 | Ørsta | |
| | Martine Amelia Bjørneset | 2009 | 34,46 | 10.09.2019 | Ørsta | |
| | Julie Hovden Ryste | 2008 | 16,15 | 10.09.2019 | Ørsta | |
| | Frida Slotterøy | 2008 | 20,71 | 10.09.2019 | Ørsta | |
| | Marit Hovland | 2008 | 18,79 | 10.09.2019 | Ørsta | |
| | Elise Aarflot | 2006 | 13,96 | 23.06.2019 | Lillehammer | 910 |
| | Jenny Hermine Bjørneset | 2006 | 16,14 | 10.09.2019 | Ørsta | 561 |
| 18 år | Sigrd Vartdal | 2001 | 13,50 | 06.09.2019 | Jessheim | 840 |
| 200 m | | | | | | |
| 10 år | Ingrid Øyehaug Moe | 2009 | 49,34 | 25.08.2019 | Ørsta | 0 |
| | Pia Flatjord Tofteland | 2009 | 34,93 | 25.08.2019 | Ørsta | 693 |
| | Madeleine Kristoffersen | 2009 | 39,29 | 25.08.2019 | Ørsta | 353 |
| | Ramona Magdalena Ose | 2009 | 46,92 | 25.08.2019 | Ørsta | 0 |
| | Nora Madison Lundquist | 2009 | 34,69 | 25.08.2019 | Ørsta | 712 |
| | Julie Hovden Ryste | 2008 | 33,10 | 25.08.2019 | Ørsta | 734 |
| | Rebecca Mo | 2007 | 35,90 | 25.08.2019 | Ørsta | 422 |
| 12 år | Elise Aarflot | 2006 | 28,92 | 18.08.2019 | Molde | 904 |
| 13 år | Jenny Hermine Bjørneset | 2006 | 34,49 | 26.05.2019 | Ulsteinvik | 470 |
| 18 år | Sigrd Vartdal | 2001 | 26,59 | 21.06.2019 | Lillehammer | 930 |
| 400 m | | | | | | |
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 13 år | Jenny Hermine Bjørneset | 2006 | 1,14,06 | 04.06.2019 | Ørsta | |
| 17 år | Amalie Tomasgard | 2002 | 1,09,48 | 11.08.2019 | Stjørdal | 563 |
| 600 m | | | | | | |
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 10 år | Nora Madison Lundquist | 2009 | 2,17,62 | 24.08.2019 | Ørsta | 457 |
| | Martine Amelia Bjørneset | 2009 | 4,18,96 | 10.09.2019 | Ørsta | 0 |
| | Frøya Bernseter Keilen | 2009 | 3,04,05 | 10.09.2019 | Ørsta | 0 |
| | Guro Tiller | 2009 | 3,06,08 | 10.09.2019 | Ørsta | 0 |
| | Julie Hovden Ryste | 2008 | 2,04,70 | 23.06.2019 | Lillehammer | 647 |
| 12 år | Rebecca Mo | 2007 | 2,17,70 | 24.08.2019 | Ørsta | 215 |
| 14 år | Jenny Hermine Bjørneset | 2006 | 1,51,62 | 24.08.2019 | Ørsta | 769 |
| | Maria Mjelva Straume | 2005 | 1,45,25 | 31.08.2019 | Måndalen | 874 |
| 800m | | | | | | |
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 13 år | Jenny Hermine Bjørneset | 2006 | 3,06,75 | 04.06.2019 | Ørsta | |
| 14 år | Maria Mjelva Straume | 2005 | 2,29,81 | 24.08.2019 | Ørsta | 867 |
| 17 år | Amalie Tomasgard | 2002 | 2,32,63 | 24.08.2019 | Ørsta | 720 |
| 1500m | | | | | | |
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 13 år | Jenny Hermine Bjørneset | 2006 | 5,34,16 | 25.08.2019 | Ørsta | 825 |
| 14 år | Maria Mjelva Straume | 2005 | 5,10,11 | 25.08.2019 | Ørsta | 909 |
| 17 år | Amalie Tomasgard | 2002 | 5,22,83 | 29.06.2019 | Göteborg – SWE | 737 |
| 1000 m kappgang | | | | | | |
| 13 år | Jenny Hermine Bjørneset | 2006 | 6,57,15 | 31.08.2019 | Måndalen | 95 |

| 60m hekk | | | | | | |
|--------------|-------------------------|-----------|----------|------------|----------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 10 år (68,0) | Nora Madison Lundquist | 2009 | 13,65 | 25.08.2019 | Ørsta | 610 |
| | Elen Flem Øye | 2009 | 13,78 | 25.08.2019 | Ørsta | 585 |
| | Madeleine Kristoffersen | 2009 | 14,19 | 25.08.2019 | Ørsta | 507 |
| | Guro Tiller | 2009 | 15,46 | 25.08.2019 | Ørsta | 266 |
| 11 år (68,0) | Julie Hovden Ryste | 2008 | 12,64 | 25.08.2019 | Ørsta | 669 |
| | Marit Hovland | 2008 | 15,03 | 25.08.2019 | Ørsta | 215 |
| 13 år 76,2) | Elise Aarflot | 2006 | 11,32 | 31.08.2019 | Måndalen | 768 |

| Høgde | | | | | | |
|-------|--------------------|-----------|----------|------------|---------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 10 år | Elen Flem Øye | 2009 | 1,05 | 24.08.2019 | Ørsta | 872 |
| 11 år | Julie Hovden Ryste | 2008 | 1,10 | 24.08.2019 | Ørsta | 820 |
| KS | Christina Wilke | 1993 | 1,50 | 25.05.2019 | Ålesund | |

| Stav | | | | | | |
|-------|----------------------|------|------|------------|----------|-----|
| 14 år | Maria Mjelva Straume | 2005 | 1,82 | 31.08.2019 | Måndalen | 440 |

| Lengde (0,5 m satssone tom 13 år) | | | | | | |
|-----------------------------------|--------------------------|-----------|----------|------------|------------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 10 år | Guro Tiller | 2009 | 2,60 | 10.09.2019 | Ørsta | 685 |
| | Madeleine Kristoffersen | 2009 | 2,90 | 10.09.2019 | Ørsta | 748 |
| | Ramona Magdalena Ose | 2009 | 2,14 | 10.09.2019 | Ørsta | 588 |
| | Linnea Nupen Aarskog | 2009 | 2,17 | 19.05.2019 | Ørsta | 594 |
| | Signe Roksvåg Torkildsen | 2009 | 2,33 | 19.05.2019 | Ørsta | 628 |
| | Frøya Bernseter Keilen | 2009 | 3,21 | 10.09.2019 | Ørsta | 813 |
| | Martine Amelia Bjørneset | 2009 | 1,70 | 10.09.2019 | Ørsta | 496 |
| | Elen Flem Øye | 2009 | 3,26 | 19.05.2019 | Ørsta | 823 |
| | Pia Flatjord Tofteland | 2009 | 3,36 | 25.08.2019 | Ørsta | 844 |
| | Nora Madison Lundquist | 2009 | 3,11 | 25.08.2019 | Ørsta | 792 |
| | Ingrid Øyehaug Moe | 2009 | 1,52 | 25.08.2019 | Ørsta | 458 |
| | Oda Heltne Tønnessen | 2009 | 2,36 | 10.09.2019 | Ørsta | 634 |
| | Rebecca Myklebust Mo | 2009 | 1,75 | 10.09.2019 | Ørsta | 506 |
| 11 år | Julie Hovden Ryste | 2008 | 3,82 | 25.08.2019 | Ørsta | 888 |
| | Aragasan Mustafa Adan | 2008 | 2,75 | 26.05.2019 | Ulsteinvik | 676 |
| | Frida Slotterøy | 2008 | 2,26 | 10.09.2019 | Ørsta | 561 |
| | Marit Hovland | 2008 | 2,87 | 10.09.2019 | Ørsta | 689 |
| 12 år | Rebecca Mo | 2007 | 3,24 | 25.08.2019 | Ørsta | 693 |
| 13 år | Elise Aarflot | 2006 | 4,73 | 19.05.2019 | Ørsta | 943 |
| | Jenny Hermine Bjørneset | 2006 | 3,62 | 25.08.2019 | Ørsta | 710 |
| 14 år | Thea Nilsen | 2005 | 4,26 | 26.05.2019 | Ulsteinvik | 792 |
| | Maria Mjelva Straume | 2005 | 3,81 | 19.05.2019 | Ørsta | 697 |

| Tresteg (0,5 m satssone tom 13 år) | | | | | | |
|------------------------------------|-------------------------|-----------|----------|------------|----------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 10 år | Pia Flatjord Tofteland | 2009 | 6,53 | 04.06.2019 | Ørsta | 853 |
| | Frøya Bernseter Keilen | 2009 | 6,73 | 04.06.2019 | Ørsta | 873 |
| | Madeleine Kristoffersen | 2009 | 5,53 | 04.06.2019 | Ørsta | 753 |
| | Linnea Nupen Aarskog | 2009 | 3,60 | 04.06.2019 | Ørsta | 360 |
| 11 år | Julie Hovden Ryste | 2008 | 8,27 | 04.06.2019 | Ørsta | 947 |
| | Marit Hovland | 2008 | 6,20 | 04.06.2019 | Ørsta | 740 |
| 13 år | Jenny Hermine Bjørneset | 2006 | 8,18 | 10.09.2019 | Ørsta | 834 |
| | Elise Aarflot | 2006 | 9,01 | 01.09.2019 | Måndalen | 881 |
| 14 år | Thea Nilsen | 2005 | 9,12 | 25.08.2019 | Ørsta | 832 |
| | Maria Mjelva Straume | 2005 | 8,33 | 04.06.2019 | Ørsta | 753 |
| 18år | Åse Øyehaug | 2001 | 9,97 | 19.05.2019 | Ørsta | 757 |

| Kule | | | | | | |
|--------------|--------------------------|-----------|----------|------------|----------------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 10 år (2kg) | Ramona Magdalena Ose | 2009 | 4,11 | 09.06.2019 | Ørsta | 758 |
| | Linnea Nupen Aarskog | 2009 | 3,19 | 19.05.2019 | Ørsta | 648 |
| | Pia Flatjord Tofteland | 2009 | 4,93 | 19.05.2019 | Ørsta | 857 |
| | Signe Roksvåg Torkildsen | 2009 | 4,57 | 19.05.2019 | Ørsta | 817 |
| | Oda Heltne Tønnessen | 2009 | 5,74 | 24.08.2019 | Ørsta | 936 |
| | Frøya Bernseter Keilen | 2009 | 5,99 | 19.05.2019 | Ørsta | 951 |
| | Ingrid Øyehaug Moe | 2009 | 2,64 | 24.08.2019 | Ørsta | 582 |
| | Nora Madison Lundquist | 2009 | 4,82 | 24.08.2019 | Ørsta | 844 |
| | Guro Tiller | 2009 | 4,08 | 24.08.2019 | Ørsta | 755 |
| | Marit Hovland | 2008 | 5,63 | 24.08.2019 | Ørsta | 725 |
| 11 år (2 kg) | Rebecca Mo | 2007 | 6,99 | 24.08.2019 | Ørsta | 737 |
| 12 år (2 kg) | Ragnhild Hovland | 2006 | 5,38 | 19.05.2019 | Ørsta | 436 |
| 13 år (2 kg) | Christina Wilke | 1993 | 10,81 | 07.09.2019 | Løwenburg, GER | |

| Diskos | | | | | | |
|----------------|-----------------|-----------|----------|------------|-----------------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 14 år 0,75 kg) | Thea Nilsen | 2005 | 26,19 | 01.09.2019 | Måndalen | 519 |
| KS (1 kg) | Christina Wilke | 1993 | 23,57 | 28.04.2019 | Loggane/Gloppen | |

| Slegge | | | | | | |
|--------------------|-------------------------|-----------|----------|------------|-----------------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 10 år (2kg/110) | Guro Tiller | 2009 | 6,30 | 10.09.2019 | Ørsta | 415 |
| | Oda Heltne Tønnessen | 2009 | 7,87 | 10.09.2019 | Ørsta | 493 |
| | Ramona Magdalena Ose | 2009 | 12,69 | 10.09.2019 | Ørsta | 734 |
| | Frøya Bernseter Keilen | 2009 | 11,84 | 10.09.2019 | Ørsta | 692 |
| | Julie Hovden Ryste | 2008 | 18,78 | 10.09.2019 | Ørsta | 724 |
| 11 år (2kg/110) | Jenny Hermine Bjørneset | 2006 | 14,19 | 25.05.2019 | Ålesund | 0 |
| 14 år (3 kg/119,5) | Thea Nilsen | 2005 | 18,09 | 25.05.2019 | Ålesund | 374 |
| 17 år (3kg/119,5) | Anna Hjellen Haugland | 2002 | 49,48 | 21.07.2019 | Loggane/Gloppen | 1065 |
| 17 år (4 kg/119,5) | Anna Hjellen Haugland | 2002 | 41,33 | 10.09.2019 | Ørsta | |

| Spyd | | | | | | |
|-------|------|-----------|----------|------|------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |

| | | | | | | |
|----------------|--------------------------|------|-------|------------|-------------|-----|
| 10 år (400 gr) | Ramona Magdalena Ose | 2009 | 8,11 | 25.08.2019 | Ørsta | 505 |
| | Oda Heltne Tønnessen | 2009 | 11,28 | 19.05.2019 | Ørsta | 349 |
| | Elen Flem Øye | 2009 | 12,56 | 04.06.2019 | Ørsta | 728 |
| | Frøya Bernseter Keilen | 2009 | 12,61 | 04.06.2019 | Ørsta | 730 |
| | Pia Flatjord Tofteland | 2009 | 9,11 | 04.06.2019 | Ørsta | 550 |
| | Madeleine Kristoffersen | 2009 | 11,36 | 04.06.2019 | Ørsta | 668 |
| | Linnea Nupen Aarskog | 2009 | 7,41 | 25.08.2019 | Ørsta | 470 |
| 11 år (400 gr) | Ingrid Øyehaug Moe | 2009 | 3,48 | 25.08.2019 | Ørsta | 274 |
| | Marit Hovland | 2008 | 9,30 | 04.06.2019 | Ørsta | 250 |
| | Julie Hovden Ryste | 2008 | 12,64 | 04.06.2019 | Ørsta | 417 |
| | Erika Bogdan | 2008 | 6,35 | 19.05.2019 | Ørsta | 102 |
| 13 år (400 gr) | Jenny Hermine Bjørneset | 2006 | 13,20 | 19.05.2019 | Ørsta | 40 |
| 14 år (400g) | Thea Nilsen | 2005 | 33,40 | 22.06.2019 | Lillehammer | 860 |
| 14 år (500 gr) | Thea Nilsen | 2005 | 24,89 | 04.06.2019 | Ørsta | |
| KJ (600g) | Andrine Hjellen Haugland | 1999 | 49,90 | 08.04.2019 | Ørsta | |
| KS (600 gr) | Christina Wilke | 1993 | 34,86 | 04.06.2019 | Ørsta | |

| Liten ball – 150g | | | | | | |
|-------------------|----------------------|-----------|----------|------------|------------|--------------|
| Alder | Namn | Fødselsår | Resultat | Dato | Stad | Tyrvingpoeng |
| 10 år | Ramona Magdalena Ose | 2009 | 11,89 | 25.05.2019 | Byrkjelo | 107 |
| 11 år | Aragan Mustafe Adan | 2008 | 16,65 | 26.05.2019 | Ulsteinvik | 118 |

| 1000 m stafett | | | | | | |
|----------------|---|--|---------|------------|-------|--|
| KS | Andrine Hjellen Haugland, Hannah Marie Skjeret Åse Øyehaug, Sigrid Vartdal | | 2,35,40 | 28.04.2019 | Ørsta | |

| Førte stemmer: | Frå dato | Til dato | Stad |
|---------------------------------|------------|------------|-----------------|
| Treningsstemne | 04.08.2019 | 08.04.2019 | Ørsta |
| Loggane open | 04.28.2019 | 28.04.2019 | Loggane/Gloppen |
| Ørstastafetten | 04.28.2019 | 28.04.2019 | Ørsta |
| Skolecupfinalen | 05.02.2019 | 02.05.2019 | Molde |
| Hamar IL Spydgalla | 05.10.2019 | 10.05.2019 | Hamar |
| Sparebank1 leikane (rekr.cup 3) | 05.19.2019 | 19.05.2019 | Ørsta |
| Sparebankleikane | 05.25.2019 | 26.05.2019 | Byrkjelo |
| SBM Akslaleikane | 05.25.2019 | 25.05.2019 | Ålesund |
| Dimnaleikane | 05.26.2019 | 26.05.2019 | Ulsteinvik |
| Honndalsleikane | 05.25.2019 | 25.05.2019 | Hornindal |
| Framo - lekene | 05.31.2019 | 02.06.2019 | Bergen |
| Banestemne 10 år + (rekr.cup 4) | 06.04.2019 | 04.06.2019 | Ørsta |
| Loggane open | 06.09.2019 | 09.06.2019 | Loggane/Gloppen |
| Tyrvinglekene | 06.14.2019 | 16.06.2019 | Bærum |
| Veidekkelekene | 06.20.2019 | 23.06.2019 | Lillehammer |
| Verdsungdomsspelen | 06.28.2019 | 30.06.2019 | Göteborg, SWE |
| Loggane open | 07.21.2019 | 21.07.2019 | Loggane/Gloppen |
| NM | 08.02.2109 | 04.08.2019 | Hamar |
| Midt Norsk mesterskap | 08.10.2019 | 11.08.2019 | Stjørdal |
| KM | 08.17.2019 | 18.08.2019 | Molde |
| NM Junior | 08.23.2019 | 25.08.2019 | Sigdal |
| Ørstaleikane (rekr.cup 5) | 08.24.2019 | 25.08.2019 | Ørsta |
| Treningsstemne | 08.27.2019 | 27.08.2019 | Ørsta |
| Lerøylekene 13 - 14 år | 08.31.2019 | 01.09.2019 | Mandalen |
| UM | 09.06.2019 | 08.09.2019 | Jessheim |
| 26. Internationale Løwenspiele | 08.07.2019 | 08.08.2019 | Löwenburg, GER |
| Panoramaleikane | 09.07.2019 | 07.09.2019 | Ikornes |
| Treningsstemne (rekr.cup 6) | 09.10.2019 | 10.09.2019 | Ørsta |

FRIIDRETT

BANEREKORDAR Ørsta stadion

KVINNER

LØP

| Øving | Resultat | Namn | Klubb | Dato |
|------------|----------|-------------------------|-------------------|------------|
| 100 m | 12,20 | Anne Marit Kleive | Aksla IL | 09.10.1984 |
| 200 m | 24,80 | Anne Marit Kleive | Aksla IL | 08.30.1986 |
| 400 m | 55,70 | Anne Marit Kleive | Aksla IL | 09.10.1984 |
| 800 m | 2,11,70 | Monica Hansen | Mo IL | 09.20.1984 |
| 1 000 m | 3,13,13 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta IL | 10.16.2004 |
| 1 500 m | 4,31,60 | Gunvor Hilde | Elnesvågen IL | 09.10.1984 |
| 3 000 m | 9,40,50 | Ingvild Lein | Frosta IL | 09.20.1984 |
| 5 000 m | 17,43,10 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta IL | 09.20.2005 |
| 100 m hekk | 15,00 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta IL | 09.10.1984 |
| 200 m hekk | 30,91 | Hilde Røsvik | Ålesund FIK | 09.01.2007 |
| 400 m hekk | 62,80 | Kristin Hovind | IL Stålkameratene | 09.20.1984 |

HOPP

| Øving | Resultat | Namn | Klubb | Dato |
|---------|----------|-----------------------|----------|------------|
| Høgde | 1,80 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta IL | 05.15.1984 |
| Stav | 2,10 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Ørsta IL | 09.03.2002 |
| Lengde | 5,75 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta IL | 07.25.1984 |
| Tresteg | 11,17 | Aina Opsal Bakke | Ørsta IL | 07.05.2011 |

KAST

| Øving | Resultat | Namn | Klubb | Dato |
|--------|----------|--------------------------|----------|------------|
| Kule | 12,86 | Erna Slettvoll | Glimt | 09.10.1984 |
| Diskos | 43,50 | Anne Britt Norø | Byåsen | 09.20.1984 |
| Spyd | 49,90 | Andrine Hjellen Haugland | Ørsta IL | 04.08.2019 |
| Slegge | 41,33 | Anna Hjellen Haugland | Ørsta IL | 09.10.2019 |

FRIIDRETT

BANEREKORDAR Ørsta stadion

MENN

LØP

| Øving | Resultat | Namn | Klubb | Dato |
|---------------|----------|--------------------|------------------|------------|
| 100 m | 10,60 | Audun Garshol | Hareid IL | 07.29.1972 |
| 200 m | 21,90 | Audun Garshol | Hareid IL | 07.29.1972 |
| 400 m | 49,00 | Helge Pharo | IK Tjalve | 07.18.1968 |
| 800 m | 1,52,90 | Frank Otto Meinset | Hødd IL | 09.02.1984 |
| 1 000 m | 2,33,60 | Karl Henning Halse | Ørsta IL | 10.05.1986 |
| 1 500 m | 3,42,40 | Arne Kvalheim | IK Tjalve | 07.18.1968 |
| 3 000 m | 8,37,10 | Frank Otto Meinset | Hødd IL | 09.02.1984 |
| 5 000 m | 14,35,00 | Kennet Evanger | Alta | 09.02.1984 |
| 10 000 m | 30,21,30 | Kennet Evanger | Alta | 09.01.1984 |
| 110 m hekk | 14,90 | Einar Hernes | Bodø & Omegn FIK | 09.01.1984 |
| 200 m hekk | 25,15 | Toralv Opsal | Ålesund FIK | 08.23.2015 |
| 400 m hekk | 54,80 | Bjørn Rolland | Tingvoll FIK | 09.02.1984 |
| 3000 m hinder | 9,15,60 | John Skjelvåg | Ogndal | 09.02.1984 |

HOPP

| Øving | Resultat | Namn | Klubb | Dato |
|---------|----------|------------------|------------|------------|
| Høgde | 2,03 | Bård Inge Bø | Bergsøy IL | 08.20.1995 |
| Stav | 4,40 | Øystein Kamperud | Moelven IL | 00.00.1995 |
| Lengde | 7,08 | Magnus Grenland | Hommelvik | 09.01.1984 |
| Tresteg | 14,51 | Sigurd Langeland | Høyang | 07.29.1972 |

KAST

| Øving | Resultat | Namn | Klubb | Dato |
|----------------|----------|---------------------|------------------|------------|
| Kule | 17,09 | Bjørn Bang Andersen | BUL | 07.02.1963 |
| Diskos | 53,84 | Øystein Bjørnbæk | Bodø & Omegn FIK | 09.01.1984 |
| Spyd(gml.type) | 74,48 | Narve Hoff | Aksla IL | 09.01.1984 |
| Spyd | 54,88 | Arild Amundsen | Ørsta IL | 10.05.1995 |
| Slegge | 62,66 | Magne Føleide | Florø IL | 07.30.1972 |

STAFETT

| Øving | Resultat | Namn | Klubb | Dato |
|-----------|----------|------|-------------|------------|
| 4 x 100 m | 48,30 | | IK Tjalve | 05.31.1997 |
| 4 x 200 m | 1,53,44 | | Ørsta IL | 09.29.2000 |
| 4 x 400 m | 3,50,61 | | IK Tjalve | 05.31.1997 |
| 4 x 600m | 6,44,60 | | Modum FIK | 06.01.1997 |
| 4 x 800 m | 8,54,41 | | BFG Fana | 06.01.1997 |
| 1 000 m | 2,24,56 | | Ålesund FIK | 05.10.2014 |

MANGEKAMP

| Øving | Resultat | Namn | Klubb | Dato |
|--------|----------|---------------------|----------|------------|
| 5 kamp | 3370 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta IL | 08.15.1978 |
| 7 kamp | 4691 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta IL | 09.30.1984 |

STAFETT

| Øving | Resultat | Namn | Klubb | Dato |
|-----------|----------|------|-------------|------------|
| 4 x 100 m | 40,40 | | Moss IL | 05.31.1997 |
| 4 x 200 m | 1,37,92 | | Ørsta IL | 09.27.1997 |
| 4 x 400 m | 3,15,83 | | IL Skjalg | 06.01.1997 |
| 4 x 600m | 5,54,79 | | Bergen Turn | 06.01.1997 |
| 4 x 800 m | 16,05,54 | | BFG Fana | 05.31.1997 |
| 1 000 m | 1,59,90 | | Ørsta IL | 10.16.1965 |

MANGEKAMP

| Øving | Resultat | Namn | Klubb | Dato |
|---------|----------|----------------|-----------|------------|
| 5 kamp | 2911 | Hermod Flåen | IL Valder | 06.27.1979 |
| 10 kamp | 4772 | Hans Lundestad | Ørsta IL | 10.13.1985 |



LAGSREKORDAR

Kvinner Senior

| LØP | | | | |
|--------------------|----------|-------------------------|---------------|------------|
| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
| 100 m | 12,2 | Kari Lundestad | Ørsta | 08.25.1985 |
| 100 m Elektr. | 12,35 | Hannah Marie Skjeret | Lillehammer | 06.21.2015 |
| 150 m | 22,01 | Åse Øyehaug | Tingvoll | 09.16.2018 |
| 200 m | 25,3 | Kari Lundestad | Raufoss | 08.04.1985 |
| 200 m Elektr. | 25,32 | Hannah Marie Skjeret | Lillehammer | 06.20.2014 |
| 400 m | 56,6 | Ingrid Hjørdis Bjørdal | Ørsta | 09.10.1994 |
| 400 m Elektr. | 56,89 | Ingrid Hjørdis Bjørdal | Huddinge - SW | 09.03.1994 |
| 800 m | 2,13,68 | Silje Fjørtoft | Byrkjelo | 08.27.2006 |
| 1 000 m | 3,13,13 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 10.16.2004 |
| 1 500 m | 4,28,12 | Silje Fjørtoft | Tønsberg | 08.05.2007 |
| 3 000 m | 9,30,25 | Silje Fjørtoft | Tønsberg | 08.03.2007 |
| 5 000 m | 17,43,10 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 09.20.2005 |
| 100 m hekk | 15,0 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 09.01.1984 |
| 100 m hekk Elektr. | 15,66 | Grete Bjørdalsbakke | Aksla | 09.12.1984 |
| 200 m hekk | 33,91 | Åse Øyehaug | Ørsta | 08.21.2016 |
| 400 m hekk | 67,3 | Kari Lundestad | Ørsta | 10.04.1984 |
| 2 000 m hinder | 6,48,43 | Silje Fjørtoft | Byrkjelo | 08.26.2006 |
| 3 000 m hinder | 9,57,98 | Silje Fjørtoft | Bislett | 06.15.2007 |

| HOPP | | | | |
|-----------------|-------|--------------------------|-------------|------------|
| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
| Høgde | 1,85 | Grete Bjørdalsbakke | Steinkjer | 09.17.1983 |
| Høgde u/tilløp | 1,52 | Grete Bjørdalsbakke | Rosendal | 03.11.1984 |
| Stav | 2,40 | Christina Wilke | Midsund | 05.13.2018 |
| Lengde | 6,03 | Grete Bjørdalsbakke | Aksla | 08.23.1981 |
| Lengde u/tilløp | 2,84 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 03.13.1982 |
| Tresteg | 11,43 | Aina Opsal Bakke | Lillehammer | 06.24.2011 |
| KAST | | | | |
| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
| Kule | 11,87 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 09.24.1980 |
| Diskos | 42,30 | Ingerid Qvale | Løten | 10.10.1975 |
| Slegge | 41,33 | Anna Hjellen Haugland | Ørsta | 09.10.2019 |
| Spyd | 49,90 | Andrine Hjellen Haugland | Ørsta | 04.08.2019 |

LAGSREKORDAR INNANDØRS

Kvinner Senior

| LØP | | | | |
|--------|---------|----------------------|------------|------------|
| Øving | Res. | Namn | Stad | Dato |
| 60 m | 7,81 | Hannah Marie Skjeret | Bærum | 03.08.2014 |
| 200 m | 25,20 | Hannah Marie Skjeret | Stange | 03.23.2014 |
| 400 m | 1,04,65 | Amalie Tomasgard | Ulsteinvik | 01.27.2019 |
| 800 m | 2,33,33 | Amalie Tomasgard | Ulsteinvik | 11.23.2019 |
| 1500 m | 5,28,49 | Amalie Tomasgard | Steinkjer | 03.11.2018 |
| HOPP | | | | |
| Øving | Res. | Namn | Stad | Dato |
| Høgde | 1,50 | Christina Wilke | Ulsteinvik | 11.24.2018 |
| Stav | 2,20 | Maria Sætre | Ulsteinvik | 11.28.2015 |
| KAST | | | | |
| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
| Kule | 11,31 | Christina Wilke | Stryn | 03.09.2019 |

| MANGEKAMP | | | | |
|-----------|------|---|-------|------------|
| Øving | Res | Namn/einskildresultat | Stad | Dato |
| 5 kamp | 3370 | Grete Bjørdalsbakke 15,90 - 10,92 - 1,70 - 5,35 - 2,57,00 | Ørsta | 08.15.1978 |
| 7 kamp | 4691 | Grete Bjørdalsbakke 15,11 - 11,85 - 1,77 - 27,00 - 30,61 - 5,52 - 2,54,70 | Ørsta | 09.30.1984 |

STAFETT

| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
|-----------|---------|--|-------------|------------|
| 4 x 100 m | 51,76 | Hanna Hoggen Gjærset, Hannah Marie Skjeret, Åse Øyehaug, Sigrid Vartdal | Lillehammer | 06.24.2017 |
| 4 x 200 m | 1,53,44 | Silje Kristin Nilsen, Karin Yksnøy Bergmann, Anita Kristiansen og Lene Kristiansen | Ørsta | 09.28.2000 |
| 4 x 400 m | 4,20,40 | Else Liadal, Grete Bjørdalsbakke, Dagrun Opsal, Ragnhild Sætre | Ørsta | 08.08.1976 |
| 1 000 m | 2,25,70 | Tone Bjørdalsbakke Mo , Lene Kristiansen, Ida Kristine Myrøld, Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 05.30.2004 |



LAGSREKORDAR

Kvinner Junior

| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
|---------------|---------|-------------------------|--------------|------------|
| 100 m | 12,2 | Kari Lundestad | Ørsta | 08.25.1985 |
| 100 m Elektr. | 12,35 | Hannah Marie Skjeret | Lillehammer | 06.21.2015 |
| 150 m | 22,01 | Åse Øyehaug | Tingvoll | 09.16.2018 |
| 200 m | 25,3 | Kari Lundestad | Raufoss | 08.04.1985 |
| 200 m Elektr. | 25,32 | Hannah Marie Skjeret | Lillehammer | 06.20.2014 |
| 400 m | 56,6 | Ingrid Hjørdis Bjørdal | Ørsta | 09.10.1994 |
| 400 m Elektr. | 56,89 | Ingrid Hjørdis Bjørdal | Huddinge- SW | 09.03.1994 |
| 800 m | 2,13,68 | Silje Fjørtoft | Byrkjelo | 08.27.2006 |
| 1 000 m | 3,13,13 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 10.16.2004 |
| 1 500 m | 4,28,12 | Silje Fjørtoft | Tønsberg | 08.05.2007 |
| 3 000 m | 9,30,25 | Silje Fjørtoft | Tønsberg | 08.03.2007 |

STAFETT

| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
|-----------|---------|---|------------|------------|
| 4 x 200 m | 1,51,19 | Hannah Marie Skjeret, Sigrid Vartdal, Åse Øyehaug, Hanna Hoggen Gjærset | Ulsteinvik | 02.05.2017 |

INNANDØRS

Kvinner Junior

LØP

| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
|--------|---------|----------------------|------------|------------|
| 60 m | 7,81 | Hannah Marie Skjeret | Bærum | 03.08.2014 |
| 200 m | 25,20 | Hannah Marie Skjeret | Stange | 03.23.2014 |
| 400 m | 1,04,65 | Amalie Tomasgard | Ulsteinvik | 01.27.2019 |
| 800 m | 2,33,33 | Amalie Tomasgard | Ulsteinvik | 11.23.2019 |
| 1500 m | 5,28,49 | Amalie Tomasgard | Steinkjer | 03.11.2018 |

| | | | | |
|----------------|----------|-------------------------|----------|------------|
| 5 000 m | 17,43,10 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 09.20.2005 |
| 100 m hekk | 15,2 | Grete Bjørdalsbakke | Aksla | 09.22.1979 |
| 200 m hekk | 33,91 | Åse Øyehaug | Ørsta | 08.21.2016 |
| 400 m hekk | 67,3 | Kari Lundestad | Ørsta | 10.04.1984 |
| 2 000 m hinder | 6,48,43 | Silje Fjørtoft | Byrkjelo | 08.26.2006 |
| 3 000 m hinder | 9,57,98 | Silje Fjørtoft | Bislett | 06.15.2007 |

HOPP

| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
|-----------------|-------|---------------------|-------------|------------|
| Høgde | 1,81 | Grete Bjørdalsbakke | Fana | 07.27.1979 |
| Høgde u/tilløp | 1,50 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 12.12.1979 |
| Stav | 2,12 | Maria Sætre | Stjørdal | 09.05.2015 |
| Lengde | 5,77 | Grete Bjørdalsbakke | Aksla | 09.05.1979 |
| Lengde u/tilløp | 2,83 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 12.29.1979 |
| Tresteg | 11,43 | Aina Opsal Bakke | Lillehammer | 06.24.2011 |

KAST

| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
|--------|-------|--------------------------|-------|------------|
| Kule | 11,87 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 09.24.1980 |
| Diskos | 42,30 | Ingerid Qvale | Løten | 10.10.1975 |
| Slegge | 41,33 | Anna Hjellen Haugland | Ørsta | 09.10.2019 |
| Spyd | 49,90 | Andrine Hjellen Haugland | Ørsta | 04.08.2019 |

MANGEKAMP

| Øving | Res | Namn/einskildresultat | Stad | Dato |
|--------|------|--|-------|------------|
| 5 kamp | 3370 | Grete Bjørdalsbakke 15,90 - 10,92 - 1,70 - 5,35 - 2,57,00 | Ørsta | 08.15.1978 |

STAFETT

| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
|-----------|---------|--|-------------|------------|
| 4 x 100 m | 51,76 | Hanna Hoggen Gjærset, Hannah Marie Skjeret, Åse Øyehaug, Sigrid Vartdal | Lillehammer | 06.24.2017 |
| 4 x 200 m | 1,53,44 | Silje Kristin Nilsen, Karin Yksnøy Bergmann, Anita Kristinsen og Lene Kristiansen | Ørsta | 09.28.2000 |
| 4 x 400 m | 4,20,40 | Else Liadal, Grete Bjørdalsbakke, Dagrun Opsal, Ragnhild Sætre | Ørsta | 08.08.1976 |
| 1 000 m | 2,25,70 | Tone Bjørdalsbakke Mo , Lene Kristiansen, Ida Kristine Myrøld, Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 05.30.2004 |

HOPP

| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
|-------|------|-------------|------------|------------|
| Høgde | 1,48 | Maria Sætre | Ulsteinvik | 01.31.2016 |
| Stav | 2,20 | Maria Sætre | Ulsteinvik | 11.28.2015 |

KAST

| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
|-------|------|--------------------------|------------|------------|
| Kule | 9,36 | Andrine Hjellen Haugland | Ulsteinvik | 11.19.2016 |

STAFETT

| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
|-----------|---------|---|------------|------------|
| 4 x 200 m | 1,51,19 | Hannah Marie Skjeret, Sigrid Vartdal, Åse Øyehaug, Hanna Hoggen Gjærset | Ulsteinvik | 02.05.2017 |



LAGSREKORDAR

Menn Senior

| LØP | | | | |
|--------------------|------------|-----------------------|------------------|------------|
| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
| 100 m | 10,7 | Kjell Brenne | Tresfjord | 07.08.1965 |
| 100 m Elektr. | 11,36 | Jarl Sæten Birkeland | Lillehammer | 06.29.2003 |
| 200 m | 21,4 | Kjell Brenne | Timisoara - Rom | 10.01.1965 |
| 200 m Elektr. | 23,30 | Jørn Erik Norangshol | Straumsnes | 06.02.1999 |
| 400 m | 48,8 | Ivar Lødemel | Bislett | 06.12.1974 |
| 400 m Elektr. | 49,57 | Jørn Erik Norangshol | Levanger | 08.22.1998 |
| 800 m | 1,51,20 | Ottar Pilskog | Bislett | 08.26.1971 |
| 1 000 m | 2,27,87 | John-Arne Winsnes | Frankfurt | 05.01.1996 |
| 1 500 m | 3,53,65 | John-Arne Winsnes | Ludvigshafen - T | 07.03.1996 |
| 3 000 m | 8,36,90 | Per Johann Sandbakk | Bislett | 09.24.1979 |
| 5 000 m | 14,46,80 | Kåre Heggen | Bislett | 08.28.1976 |
| 10 000 m | 30,49,76 | Arild Bjørddal | Byrkjelo | 07.25.1983 |
| 110 m hekk | 15,8 | Jan Mørkedal | Ørsta | 08.16.1994 |
| 110 m hekk Elektr. | 15,98 | Erik Drange Tønnessen | Ørsta | 05.20.2002 |
| 400 m hekk | 55,2 | Oddbjørn Brungot | Nadderud | 07.15.1973 |
| 3 000 m hinder | 9,12,54 | Arild Bjørddal | Øvre Årdal | 06.12.1983 |
| Maraton | 2,35,41,00 | Per Johann Sandbakk | Fjørtoft | 08.07.1982 |

HOPP

| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
|-----------------|-------|-----------------------|------------|------------|
| Høgde | 2,00 | Hans Lundestad | Moss | 06.23.1984 |
| Høgde u/tilløp | 1,65 | Yngve Sporstøl | Valderøy | 03.03.1990 |
| Lengde | 6,68 | Per Midtkandal | Bergen | 09.24.1966 |
| Lengde u/tilløp | 3,30 | Olav Leira | Trondheim | 02.23.1964 |
| Stav | 3,50 | Erik Drange Tønnessen | Elnesvågen | 10.01.2006 |
| Tresteg | 13,78 | Per Midtkandal | Sundalsøra | 09.04.1966 |

KAST

| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
|--------|-------|-----------------------|------------------|------------|
| Kule | 13,10 | Nils Årskog | Ørsta | 05.10.1967 |
| Diskos | 37,28 | Andreas Langlo | Huddiksvall, SWE | 09.12.2004 |
| Slegge | 33,03 | Erik Drange Tønnessen | Ørsta | 06.20.2006 |
| Spyd | 63,15 | Elias Hovden Nilsen | Kristandsand S | 08.17.2019 |

MANGEKAMP

| Øving | Res | Namn/einskildresultat | Stad | Dato |
|--------|------|---------------------------------------|-------|------------|
| 5 kamp | 2655 | Kåre Aarseth | Ørsta | 09.24.1966 |
| | | 5,92 - 39,70 - 23,5 - 27,42 - 4,47,70 | | |
| | | Jørn Erik Norangshol | | |

INNANDØRS

Menn Senior

LØP

| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
|-------|---------|----------------------------|------------|------------|
| 60 m | 7,45 | Johannes Eiksund | Ulsteinvik | 03.01.2019 |
| 100 m | 11,94 | Johannes Eiksund | Florø | 03.16.2019 |
| 200 m | 24,41 | Johannes Eiksund | Ulsteinvik | 11.23.2019 |
| 400 m | 54,06 | Nahom Kilbreab Ghebrehewit | Ulsteinvik | 01.27.2019 |
| 800 m | 2,04,02 | Nahom Kilbreab Ghebrehewit | Ulsteinvik | 03.02.2019 |

HOPP

| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
|--------|------|---------------------|------------|------------|
| Høgde | 1,70 | Elias Hovden Nilsen | Ulsteinvik | 03.02.2019 |
| Lengde | 5,49 | Elias Hovden Nilsen | Ulsteinvik | 11.23.2019 |
| Stav | 2,33 | Elias Hovden Nilsen | Ulsteinvik | 01.31.2016 |

KAST

| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
|-------|-------|-----------------------|------------|------------|
| Kule | 11,55 | Erik Drange Tønnessen | Ulsteinvik | 02.04.2017 |

| 10 kamp | | 11,40 - 5,35 - 9,03 - 1,50 - 51,20 - 18,40 - 23,79 - 2,40 - 29,17 - 4,34,10 | Trondheim | 09.12.1998 |
|----------------|----------|---|---------------|------------|
| STAFETT | | | | |
| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
| 4 x 100 m | 44,00 | Oddbjørn Brungot , Einar Rostad, Anton Røed Kristiansen, Ivar Lødemel | Sarpsborg | 06.11.1973 |
| 4 x 200 m | 1,37,92 | Rivo og Andry Andrianjafintrimo, Øyvind Sandbakk, Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 09.27.1997 |
| 4 x 400 m | 3,26,40 | Torbjørn Ryssevik , PS Aarseth, Jan Mørkedal, Lars Jostein Norangshol | Ørsta | 08.28.1968 |
| 4 x 1 500 m | 16,26,10 | Kåre Heggen, Oddbjørn Mulelid, Ole Berget, Leif Muribø | Fana - Bergen | 08.20.1978 |
| 1 000 m | 1,59,60 | Per Midtkandal, Kåre Aarseth, O.J. Ertresvåg, Kjell Brenne | Ørsta | 10.16.1965 |



LAGSREKORDAR

Menn Junior

| LØP | | | | |
|----------------|----------|------------------------|-----------------|------------|
| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
| 100 m | 11,1 | Anton Røed Kristiansen | Ålesund | 09.02.1972 |
| 100 m Elektr. | 11,36 | Jarl Sæten Birkeland | Lillehammer | 06.29.2003 |
| 200 m | 22,8 | Ivar Lødemel | Stavanger | 08.02.1974 |
| 200 m Elektr. | 23,30 | Jørn Erik Norangshol | Straumsnes | 06.02.1999 |
| 400 m | 48,8 | Ivar Lødemel | Bislett | 06.12.1974 |
| 400 m Elektr. | 49,57 | Jørn Erik Norangshol | Levanger | 08.22.1998 |
| 800 m | 1,56,90 | Karl Henning Halse | Ørsta | 05.31.1986 |
| 1 000 m | 2,33,60 | Karl Henning Halse | Ørsta | 10.05.1986 |
| 1 500 m | 4,00,96 | Karl Henning Halse | Oslo | |
| 3 000 m | 8,55,35 | Jørn Helge Egset | Tsjekkoslovakia | 06.28.1990 |
| 5 000 m | 15,33,97 | Jørn Helge Egset | Overhalla | 05.30.1992 |
| 110 m hekk | 15,8 | Jan Mørkedal | Ørsta | 08.16.1964 |
| 400 m hekk | 55,2 | Oddbjørn Brungot | Nadderud | 07.15.1973 |
| 2 000 m hinder | 6,12,80 | Arild Bjørddal | Førde | 06.18.1977 |
| 3 000 m hinder | 9,44,40 | Arild Bjørddal | Hareid | 07.03.1977 |

| HOPP | | | | |
|-----------------|------|------------------|----------------|------------|
| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
| Høgde | 2,00 | Hans Lundestad | Moss | 06.23.1984 |
| Høgde u/tilløp | 1,65 | Yngve Spørstøl | Valderøy | 03.03.1990 |
| Lengde | 6,68 | Per Midtkandal | Bergen | 09.24.1966 |
| Lengde u/tilløp | 3,20 | Oddbjørn Brungot | Tønsberg | 03.10.1974 |
| Stav | 3,30 | Sindre Sandbakk | Sollefteå - SW | 08.07.2001 |

INNANDØRS

Menn Junior

| LØP | | | | |
|------------|---------|---------------------------|------------|------------|
| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
| 60 m | 7,45 | Johannes Eiksund | Ulsteinvik | 03.01.2019 |
| 100 m | 11,94 | Johannes Eiksund | Florø | 03.16.2019 |
| 200 m | 24,41 | Johannes Eiksund | Ulsteinvik | 11.23.2019 |
| 400 m | 54,06 | Nahom Kibreab Ghebrehewit | Ulsteinvik | 01.27.2019 |
| 800 m | 2,04,02 | Nahom Kibreab Ghebrehewit | Ulsteinvik | 03.02.2019 |

| HOPP | | | | |
|-------------|------|---------------------|------------|------------|
| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
| Høgde | 1,70 | Elias Hovden Nilsen | Ulsteinvik | 03.02.2019 |
| Lengde | 5,47 | Elias Hovden Nilsen | Ulsteinvik | 11.23.2019 |
| Stav | 2,33 | Elias Hovden Nilsen | Ulsteinvik | 01.31.2016 |

| | | | | |
|---------|-------|----------------|------------|------------|
| Tresteg | 13,76 | Per Midtkandal | Sunnalsøra | 09.04.1966 |
|---------|-------|----------------|------------|------------|

| KAST | | | | |
|-----------------|-------|---------------------|------------------|------------|
| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
| Kule | 13,10 | Nils Årskog | Ørsta | 05.10.1967 |
| Diskos | 37,28 | Andreas Langlo | Huddiksvall - SW | 09.12.2004 |
| Slegge | 32,35 | Øyvind Opsal Bakke | Elnesvågen | 09.08.2005 |
| Spyd (gml.type) | 51,98 | Nils Årskog | Ørsta | 05.25.1966 |
| Spyd | 63,15 | Elias Hovden Nilsen | Kristandsand S | 08.17.2019 |

| MANGEKAMP | | | | |
|-----------|------|--|-----------|------------|
| Øving | Res | Namn/einskildresultat | Stad | Dato |
| 5 kamp | 2523 | Otto Botnen 5,68 - 43,56 - 24,80 - 29,63 - 5,00,00 | Ørsta | 06.30.1964 |
| 10 kamp | 4779 | Jørn Erik Norangshol 11,40 - 5,35 - 9,03 - 1,50 - 51,20 - 18,40 - 23,79 - 2,40 - 29,17 - 4,34,10 | Trondheim | 09.12.1998 |

| STAFETT | | | | |
|-------------|----------|--|--------------|------------|
| Øving | Res | Namn | Stad | Dato |
| 4 x 100 m | 44,00 | Oddbjørn Brungot , Einar Rostad, Anton Røed Kristiansen, Ivar Lødemel | Sarpsborg | 06.11.1973 |
| 4 x 200 m | 1,37,92 | Rivo og Andry Andrianjafintrimo, Øyvind Sandbakk, Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 09.27.1997 |
| 4 x 400 m | 3,27,90 | Oddbjørn Brungot , Einar Rostad, Anton Røed Kristiansen, Ivar Lødemel | Sarpsborg | 06.10.1973 |
| 4 x 1 500 m | 17,13,30 | Tommas Molnes, John-Arne Winsnes, Jørn Helge Egset og Nils Vegard Øye | Kristiansund | 09.15.1990 |
| 1 000 m | 2,02,10 | Oddbjørn Brungot, Anton Røed Kristiansen, Øystein Sæther, Ivar Lødemel | Stavanger | 08.04.1974 |



FRIIDRETT

ALDERSREKORDAR LØP 10 - 19 ÅR

Nye aldersrekordar for 2019 er utheva. *Innandørs er i kursiv*

Jenter

Gutar

40 meter - Elektroniske tider

| | | | | | | |
|-------|-----------------------|-------|------------|-------------------------------|--------------------------------------|------------|
| 10 år | 7,16 Åshild Opsal | Ørsta | 08.18.2009 | 40 meter - Elektroniske tider | Ørsta | 09.18.2008 |
| 11 år | 6,59 Aina Opsal Bakke | Fana | 07.12.2004 | 10 år | 6,93 Toralv Opsal | Ørsta |
| 12 år | 6,19 Aina Opsal Bakke | Fana | 06.05.2005 | 11 år | 6,71 Toralv Opsal | Ørsta |
| | | | | 11 år | 6,8 man Leon Andre Erviksæter Solvåg | Stryn(i) |
| | | | | 12 år | 6,60 Toralv Opsal | Ørsta |
| | | | | 13 år | 6,72 Harald Jonas Riiber | Ørsta |
| | | | | 14 år | 5,8man Johannes Eiksund | Stryn(i) |

60 meter - Manuelle tider

| | | | | | | |
|-------|-------------------------|----------|------------|---------------------------|-----------------------------|------------|
| 11 år | 8,5 Grete Bjørdalsbakke | Konsberg | 09.04.1971 | 60 meter - Manuelle tider | Molde | 09.11.1993 |
| 12 år | 8,3 Lene Kristiansen | Ålesund | 09.24.1995 | 11 år | 8,6 Rivo Andrianjafintrimo | Bislett |
| 13 år | 8,1 Lene Kristiansen | Ørsta | 06.11.1996 | 12 år | 8,6 Geir Eiken | Ørsta |
| 14 år | 8,1 Kari Lundestad | Ålesund | 09.15.1979 | 13 år | 8,0 Rivo Andrianjafintrimo | Ålesund |
| 15 år | 7,8 Kari Lundestad | Ørsta | 09.24.1980 | 14 år | 7,3 Anton Røed Kristiansen | Ørsta |
| 16 år | 8,3 Ida Kristine Myrøld | Ørsta | 05.27.2003 | 15 år | | |
| 17 år | 8,3 Ida Kristine Myrøld | Ørsta | 05.06.2004 | 16 år | 8,3 Even Bjekkhagen Standal | Ørsta |
| | | | | 17 år | 7,3 Jarl Sæten Birkeland | Ørsta |

60 meter - Elektroniske tider

| | | | | | | |
|-------|---------------------------|-------------|------------|-------------------------------|-----------------------------|-------------|
| 10 år | 9,89 Marie Steinnes | Hareid | 06.29.2014 | 60 meter - Elektroniske tider | Ørsta | 05.21.2017 |
| 11 år | 9,12 Lene Kristiansen | Bergsøy | 05.25.1994 | 10 år | 9,44 Oskar Mjelva Straume | 11.23.2019 |
| 12 år | 8,58 Lene Kristiansen | Oslo | 07.23.1995 | 10 år | 9,83 Aron Bjørdal Berg | Ørsta |
| 13 år | 8,24 Lene Kristiansen | Ørsta | 09.07.1996 | 11 år | 8,90 Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta |
| 14 år | 8,00 Hannah Marie Skjeret | Lillehammer | 06.19.2010 | 11 år | 9,40 Jonatan Hovden Ryste | 11.23.2019 |
| 15 år | 8,24 Hannah Marie Skjeret | Fana | 06.04.2011 | 12 år | 8,65 Rivo Andrianjafintrimo | Lillehammer |
| 16 år | 8,17 Hannah Marie Skjeret | Fana | 06.02.2012 | 12 år | 8,97 Oskar Mjelva Straume | 11.23.2019 |
| 17 år | 7,95 Hannah Marie Skjeret | Fana | 06.01.2013 | 13 år | 8,20 Rivo Andrianjafintrimo | Kongsberg |
| 18 år | 7,96 Hannah Marie Skjeret | Fana | 05.31.2014 | 14 år | 7,78 Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta |
| | | | | 14 år | 8,86 Filip Hoggan | Bergen (i) |

| | | | |
|-------------------|------------------------------|-----------------------|------------|
| 15 år | 7,64 Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 08.19.1997 |
| 15 <i>Inne</i> | 7,67 <i>Johannes Eiksund</i> | <i>Ulsteinvik (i)</i> | 11.24.2018 |
| 16 år | 7,58 Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 09.24.1998 |
| 16 <i>år Inne</i> | 7,45 <i>Johannes Eiksund</i> | <i>Ulsteinvik (i)</i> | 03.01.2019 |
| 17 år | 7,86 Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 07.27.1995 |
| 18 år | 7,76 Andry Andrianjafintrimo | Ørsta | 05.27.1997 |

80 meter - Elektroniske tider

| | | | |
|-------|----------------------------|-------|------------|
| 10 år | 13,15 Ina Karen Lianes | Ørsta | 06.07.2005 |
| 11 år | 12,70 Maria Myklebust | Ørsta | 06.11.2013 |
| 12 år | 11,49 Aina Opsal Bakke | Ørsta | 06.07.2005 |
| 13 år | 11,11 Hannah Marie Skjeret | Ørsta | 06.06.2009 |
| 14 år | 11,44 Hanna Hoggen Gjærset | Ørsta | 06.14.2016 |
| 15 år | 11,07 Aina Opsal Bakke | Ørsta | 06.07.2008 |
| 16 år | 10,76 Hannah Marie Skjeret | Ørsta | 06.19.2012 |
| 17 år | 11,06 Aina Opsal Bakke | Ørsta | 06.01.2010 |
| 19 år | 10,34 Hannah Marie Skjeret | Ørsta | 2015 |

80 meter - Elektroniske tider

| | | | |
|-------|------------------------------|-------|------------|
| 10 år | 12,93 Arnstein Madsen Stokke | Ørsta | 06.06.2009 |
| 11 år | 12,62 Oskar Mjelva Straume | Ørsta | 06.05.2018 |
| 12 år | 11,64 Oskar Mjelva Straume | Ørsta | 06.04.2019 |
| 13 år | 10,98 Hadid Tavaen | Ørsta | 06.06.2009 |
| 14 år | 11,37 Filip Hoggen | Ørsta | 06.05.2018 |
| 15 år | 11,83 Magnus Urkegjerde | Ørsta | 06.07.2008 |
| 17 år | 11,19 Kai Are Kristiansen | Ørsta | 06.12.2007 |

100 meter - Manuelle tider

| | | | |
|-------|--------------------------|-----------|------------|
| 13 år | 13,7 Grete Bjørdalsbakke | Ålesund | 06.16.1973 |
| 14 år | 13,0 Lene Kristiansen | Molde | 09.14.1997 |
| 15 år | 12,6 Kari Lundestad | Steinkjer | 09.27.1980 |
| 16 år | 12,6 Kari Lundestad | Ålesund | 08.22.1981 |
| 17 år | 12,3 Kari Lundestad | Hareid | 08.22.1982 |
| 18 år | 12,4 Kari Lundestad | Steinkjer | 09.17.1983 |

100 meter - Manuelle tider

| | | | |
|-------|-----------------------------|---------|------------|
| 13 år | 12,8 Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 09.12.1995 |
| 14 år | 11,7 Anton Røed Kristiansen | Ørsta | 07.08.1980 |
| 15 år | 11,4 Anton Røed Kristiansen | Oslo | 05.11.1971 |
| 16 år | 11,1 Anton Røed Kristiansen | Ålesund | 09.02.1972 |
| 17 år | 11,2 Ivar Lødemel | Bislett | 05.25.1973 |
| 18 år | 11,1 Ivar Lødemel | Bislett | 06.27.1974 |

100 meter - Elektroniske tider

| | | | |
|-------|------------------------------|-------------|------------|
| 10 år | 16,54 Frøya Bernseter Keilen | Ørsta | 09.10.2019 |
| 11 år | 16,15 Julie Hovden Ryste | Ørsta | 09.10.2019 |
| 12 år | 15,08 Marie Steinnes | Ørsta | 09.22.2016 |
| 13 år | 13,01 Hannah Marie Skjeret | Lillehammer | 09.27.2009 |
| 14 år | 12,57 Hannah Marie Skjeret | Lillehammer | 06.20.2010 |
| 15 år | 12,92 Lene Kristiansen | Straumsnes | 06.21.1998 |
| 16 år | 12,55 Hannah Marie Skjeret | Lillehammer | 09.23.2012 |

100 meter - Elektroniske tider

| | | | |
|-------|------------------------------|-------------|------------|
| 10 år | 16,40 Simen Vatne Haram | Ørsta | 09.08.2015 |
| 11 år | 15,51 Oskar Mjelva Straume | Ørsta | 09.04.2018 |
| 12 år | 15,08 Luke M. S. Davidsen | Ørsta | 09.08.2015 |
| 13 år | 12,98 Rivo Andrianjafintrimo | Molde | 09.09.1995 |
| 14 år | 12,60 Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 09.24.1995 |
| 15 år | 11,92 Rivo Andrianjafintrimo | Lillehammer | 06.29.1997 |
| 16 år | 11,68 Jarl Sæten Birkeland | Bergen | 09.08.2001 |

| | | | | | | | | | | |
|-------|-------|----------------------|-------------|------------|--------------|-------------|--------------|-------------------------|--------------|-------------------|
| 17 år | 12,48 | Hannah Marie Skjeret | Ulsteinvik | 05.25.2013 | 16 år | Inne | 11,94 | Johannes Eiksund | Florø | 03.16.2019 |
| 18 år | 12,43 | Hannah Marie Skjeret | Nadderud | 06.15.2014 | 17 år | | 11,58 | Jarl Sæten Birkeland | Ørsta | 05.20.2002 |
| 19 år | 12,35 | Hannah Marie Skjeret | Lillehammer | 06.21.2015 | 18 år | | 11,36 | Jarl Sæten Birkeland | Lillehammer | 06.29.2003 |

150 meter

| | | | | |
|-------|-------|-------------|------------|------------|
| 17 år | 22,01 | Åse Øyehaug | Straumsnes | 09.16.2018 |
|-------|-------|-------------|------------|------------|

200 meter - Manuelle tider

| | | | | | | | | | | |
|-------|-------|-----------------------|-----------|------------|-----------------------------------|--|------|------------------------|-----------|------------|
| 13 år | 28,80 | Marianne Hauge Kriken | Ørsta | 06.22.1993 | 200 meter - Manuelle tider | | | | | |
| 14 år | 28,90 | Marianne Hauge Kriken | Ørsta | 09.06.1994 | 13 år | | 28,2 | Øyvind Sandbakk | Ørsta | 07.07.1994 |
| 15 år | 26,20 | Kari Lundestad | Steinkjer | 09.28.1980 | 14 år | | 25,7 | Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 05.23.1996 |
| 16 år | 26,10 | Kari Lundestad | Ålesund | 08.13.1981 | 15 år | | 23,6 | Anton Rød Kristiansen | Ørsta | 08.18.1971 |
| 17 år | 25,60 | Kari Lundestad | Ålesund | 09.12.1982 | 16 år | | 23,4 | Anton Rød Kristiansen | Ålesund | 08.18.1972 |
| 18 år | 25,80 | Kari Lundestad | Steinkjer | 09.18.1983 | 17 år | | 22,9 | Anton Rød Kristiansen | Nadderud | 07.13.1973 |
| | | | | | 18 år | | 22,8 | Ivar Lødemel | Stavanger | 08.02.1974 |

200 meter - Elektroniske tider

| | | | | | | | | | | |
|-------|-------|----------------------|-------------|------------|---------------------------------------|-------------|--------------|-----------------------------|-----------------------|-------------------|
| 10 år | 33,91 | Sigrid Vartdal | Ørsta | 08.21.2011 | 200 meter - Elektroniske tider | | | | | |
| 11 år | 32,09 | Aina Opsal Bakke | Ørsta | 08.17.2004 | 10 år | | 35,54 | Elias Nilsen | Ørsta | 09.06.2011 |
| 12 år | 28,78 | Aina Opsal Bakke | Fana | 06.03.2005 | 10 år | Inne | 32,75 | Aron Bjørddal Berg | Ulsteinvik (i) | 11.23.2019 |
| 13 år | 26,89 | Hannah Marie Skjeret | Lillehammer | 09.26.2009 | 11 år | | 31,53 | Noah Digernes Merheb | Ålesund | 05.26.2018 |
| 14 år | 26,01 | Hannah Marie Skjeret | Lillehammer | 06.17.2010 | 11 år | Inne | 30,49 | Oskar Mjelva Straume | Ulsteinvik (i) | 11.24.2018 |
| 15 år | 26,71 | Hannah Marie Skjeret | Lillehammer | 06.24.2011 | 12 år | | 28,96 | Toralv Opsal | Ørsta | 09.11.2010 |
| 16 år | 25,96 | Hannah Marie Skjeret | Lillehammer | 09.22.2012 | 12 år | Inne | 28,93 | Noah Digernes Merheb | Ulsteinvik (i) | 11.23.2019 |
| 17 år | 25,33 | Hannah Marie Skjeret | Nadderud | 06.14.2013 | 13 år | | 27,19 | Toralv Opsal | Molde | 05.29.2011 |
| 18 år | 25,32 | Hannah Marie Skjeret | Lillehammer | 06.20.2014 | 14 år | | 25,86 | Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 09.24.1996 |
| 19 år | 25,45 | Hannah Marie Skjeret | | 00.00.2015 | 14 år | Inne | 27,09 | Filip Høggen | Ulsteinvik (i) | 11.24.2018 |
| | | | | | 15 år | | 24,83 | Rivo Andrianjafintrimo | Lillehammer | 06.27.1997 |
| | | | | | 15 år | Inne | 25,71 | Johannes Eiksund | Ulsteinvik (i) | 11.24.2018 |
| | | | | | 16 år | | 23,82 | Jarl Sæten Birkeland | Lillehammer | 06.29.2001 |
| | | | | | 16 år | Inne | 24,41 | Johannes Eiksund | Ulsteinvik (i) | 11.23.2019 |
| | | | | | 17 år | | 23,58 | Jarl Sæten Birkeland | Straumsnes | 06.22.2002 |
| | | | | | 18 år | | 23,58 | Jarl Sæten Birkeland | Ørsta | 05.18.2003 |

300 meter - Manuelle tider

| | | | | | | | | | | |
|-------|-------|-------------------------|-------|------------|-----------------------------------|--|------|-------------------------|-------|------------|
| 14 år | 47,70 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 07.30.2002 | 300 meter - Manuelle tider | | | | | |
| 15 år | 45,70 | Ida Kristine Myrøld | Ørsta | 07.30.2002 | 14 år | | 46,4 | Øyvind Opsal Bakke | Ørsta | 07.30.2002 |
| | | | | | 15 år | | 40,4 | Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 09.07.1993 |
| | | | | | 16 år | | 44,9 | Even Bjerkhagen Standal | Ørsta | 10.01.2002 |
| | | | | | 17 år | | 37,4 | Jarl Sæten Birkeland | Ørsta | 10.01.2002 |

300 meter - Elektroniske tider

| | | | | | | | |
|-------|----------------------------|-------|------------|-------|----------------------------------|----------------|------------|
| 13 år | 47,80 Aina Opsal Bakke | Ørsta | 09.28.2006 | 10 år | 62,91 Hallvard Gramshaug Fonseca | Ørsta | 06.05.2018 |
| 14 år | 44,01 Hannah Marie Skjeret | Ørsta | 08.17.2010 | 11 år | 54,18 Noah Digernes Merheb | Ørsta | 06.05.2018 |
| 15 år | 43,38 Aina Opsal Bakke | Ørsta | 06.07.2008 | 12 år | 63,48 Sigbjørn Gramshaug Fonseca | Ørsta | 06.05.2018 |
| 16 år | 42,86 Aina Opsal Bakke | Ørsta | 06.06.2009 | 13 år | 41,69 Toralv Opsal | Ørsta | 09.29.2011 |
| 17 år | 44,03 Aina Opsal Bakke | Ørsta | 08.17.2010 | 14 år | 47,60 Nazim Rizai | Ørsta | 09.11.2012 |
| 18 år | 41,21 Hannah Marie Skjeret | Ørsta | 08.24.2014 | 15 år | 44,21 Kai Are Kristiansen | Ørsta | 09.13.2005 |
| 19 år | 42,67 Hannah Marie Skjeret | Ørsta | 06.16.2015 | 16 år | 37,42 Jarl Sæten Birkeland | Sollefteå - SW | 07.08.2001 |

400 meter - Manuelle tider

| | | | | | | | |
|-------|-----------------------------|---------|------------|-------|----------------------------|----------|------------|
| 15 år | 61,4 Kari Lundestad | Hareid | 06.22.1980 | 15 år | 54,4 Ivar Lødemel | Ørsta | 05.26.1971 |
| 16 år | 58,8 Kari Lundestad | Ålesund | 08.22.1981 | 16 år | 52,5 Anton Rød Kristiansen | Farstad | 06.18.1972 |
| 17 år | 56,6 Ingrid Hjørdis Bjørdal | Ørsta | 09.10.1994 | 17 år | 49,3 Ivar Lødemel | Nadderud | 07.15.1973 |
| 18 år | 60,7 Kari Lundestad | Ålesund | 08.28.1983 | 18 år | 48,8 Ivar Lødemel | Bislett | 06.12.1974 |

400 meter - Elektroniske tider

| | | | | | | | |
|-------------------|---------------------------------|----------------|------------|-------------------|-----------------------------------|----------------|------------|
| 10 år | 1,42,85 Marie Saanum | Ørsta | 09.22.2016 | 10 år | 1,30,11 Frode Andreas Kolbjørnsen | Ørsta | 09.20.2019 |
| 11 år | 1,18,08 Marie Steinnes | Ørsta | 08.29.2015 | 11 år | 1,28,03 Håvard Bernseter Keilen | Ørsta | 09.20.2018 |
| 12 år | 1,36,80 Amalie Myhre - Steinnes | Ørsta | 09.22.2016 | 12 år | 1,35,06 Filip Hoggen | Ørsta | 09.22.2016 |
| 14 år | 63,85 Maria Tamires Birkeland | Ørsta | 09.29.2011 | 13 år | 1,27,95 Johannes Vadstein | Ørsta | 09.22.2018 |
| 15 år | 63,10 Aina Opsal Bakke | Straumsnes | 08.17.2008 | 15 år | 54,74 Jørn Erik Norangshol | Molde | 09.18.1993 |
| 15 år <i>Inne</i> | 1,08,74 Hanna Hoggen Gjærset | Ulsteinvik (i) | 01.15.2017 | 15 år <i>Inne</i> | 58,98 Filip Hoggen | Ulsteinvik (i) | 01.27.2019 |
| 16 år | 61,81 Aina Opsal Bakke | Midsund | 08.09.2009 | 16 år | 53,34 Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 09.10.1994 |
| 16 år <i>Inne</i> | 1,06,91 Åse Øyehaug | Ulsteinvik (i) | 01.15.2017 | 17 år | 51,73 Jørn Erik Norangshol | Lillehammer | 06.24.1995 |
| 17 år | 1,05,58 Åse Øyehaug | Bergen | 06.03.2018 | 17 år <i>Inne</i> | 56,63 Nahom Kibreab Ghebrehewit | Ulsteinvik (i) | 11.24.2018 |
| 17 år <i>Inne</i> | 1,04,65 Amalie Tomasgard | Ulsteinvik (i) | 01.27.2019 | 18 år | 50,24 Jørn Erik Norangshol | Bergsøy | 08.24.1996 |
| 18 år | 58,11 Ingrid Hjørdis Bjørdal | Lillehammer | 06.24.1995 | 18 år <i>Inne</i> | 54,06 Nahom Kibreab Ghebrehewit | Ulsteinvik (i) | 01.27.2019 |
| 19 år | 63,52 Hannah Marie Skjeret | Ørsta | 09.21.2015 | | | | |

600 meter - Elektroniske tider

| | | | | | | | |
|-------|---------------------------------|-------------|------------|-------------------|------------------------------|-------------|------------|
| 10 år | 2,16,97 Sigrid Vartdal | Ørsta | 08.20.2011 | 10 år | 2,02,11 Simen Vatne Haram | Ørsta | 05.25.2015 |
| 11 år | 2,01,50 Ann Lauren Ose | Ørsta | 09.09.2008 | 11 år | 1,52,75 Jens Jørgen Winsnes | Ørsta | 08.20.2011 |
| 12 år | 1,57,28 Tone Aarflot Kalland | Lillehammer | 06.23.2005 | 11 år <i>Inne</i> | 2,00,97 Noah Digernes Merheb | Bergen (i) | 02.11.2018 |
| 13 år | 1,51,62 Jenny Hermine Bjørneset | Ørsta | 08.24.2019 | 12 år | 1,49,44 Toralv Opsal | Lillehammer | 09.11.2010 |

| | | | | | | | | | |
|-------------------|---------|-------------------------|----------------|------------|-------------------|---------|---------------------------|----------------|------------|
| 13 år <i>Inne</i> | 1,54,44 | Maria Mjelva Straume | Ulsteinvik (i) | 11.24.2018 | 12 år <i>Inne</i> | 1,53,45 | Noah Digernes Merheb | Ulsteinvik (i) | 11.23.2019 |
| 14 år | 1,43,82 | Kristine Eikrem Engeset | Aksla | 06.08.2002 | 13 år | 1,43,04 | Toralv Opsal | Ørsta | 09.18.2011 |
| 14 år <i>Inne</i> | 1,53,13 | Mara Mjelva Straume | Ulsteinvik (i) | 11.23.2019 | 14 år | 1,45,70 | Filip Hoggen | Midsund | 05.13.2018 |
| 15 år | 1,50,57 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 09.30.2003 | 14 år <i>Inne</i> | 1,46,83 | Filip Hoggen | Ulsteinvik (i) | 11.24.2018 |
| 16 år | 1,43,84 | Amalie Tomasgard | Tingvoll | 09.16.2018 | 15 år | 1,38,32 | Håkon Opsal | Molde | 05.03.2011 |
| 16 år <i>Inne</i> | 1,53,78 | Amalie Tomasgard | Bergen (i) | 02.11.2018 | 16 år | 1,34,31 | Kristian Woldseth | Molde | 05.03.2011 |
| | | | | | 16 år <i>Inne</i> | 1,35,94 | Elias Hovden Nilsen | Stange (i) | 03.18.2017 |
| | | | | | 17 år <i>Inne</i> | 1,44,39 | Elias Hovden Nilsen | Bergen (i) | 02.11.2018 |
| | | | | | 18 år | 1,31,86 | Jørgen Andre Førde | Tingvoll | 09.16.2018 |
| 800 meter | | | | | 800 meter | | | | |
| 11 år | 2,43,40 | Merete Vatne | Ørsta | 09.24.1988 | 10 år | 3,00,82 | Håkon Woldsund | Ørsta | 08.23.2008 |
| 12 år | 2,31,30 | Monica Roth | Bergsøy | 09.22.1985 | 11 år | 2,32,82 | Børre Nilsen | Molde | 09.12.1993 |
| 13 år | 2,27,80 | Anne Kristin Sætre | Ålesund | 08.17.1980 | 12 år | 2,25,40 | Pål Are Eikrem | Ørsta | 10.05.1995 |
| 14 år | 2,25,74 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 08.18.2002 | 13 år | 2,10,90 | Ole Johnny Kvalsund | Bergsøy | 08.08.1987 |
| 14 år <i>Inne</i> | 2,47,35 | Maria Mjelva Straume | Ulsteinvik (i) | 01.26.2019 | 14 år | 2,09,52 | Ole Johnny Kvalsund | Lillehammer | 06.26.1988 |
| 15 år | 2,22,31 | Kristine Eikrem Engeset | Lillehammer | 06.29.2003 | 14 år <i>Inne</i> | 2,43,50 | Filip Hoggen | Ulsteinvik (i) | 01.27.2018 |
| 15 år <i>Inne</i> | 2,42,68 | Amalie Tomasgard | Ulsteinvik (i) | 11.25.2017 | 15 år | 2,06,32 | Jørn Erik Norangshol | Straumsnes | 07.25.1993 |
| 16 år | 2,17,60 | Kristine Eikrem Engeset | Lillehammer | 06.27.2004 | 15 år <i>Inne</i> | 2,16,78 | Filip Hoggen | Ulsteinvik (i) | 11.23.2019 |
| 16 år <i>Inne</i> | 2,36,52 | Amalie Tomasgard | Ulsteinvik (i) | 01.27.2018 | 16 år | 2,01,00 | Geir Endal | Ålesund | 09.29.1984 |
| 17 år | 2,14,06 | Kristine Eikrem Engeset | Moss | 09.04.2005 | 17 år | 1,59,40 | Geir Endal | Ålesund | 08.24.1985 |
| 17 år <i>Inne</i> | 2,33,33 | Amalie Tomasgard | Ulsteinvik (i) | 11.23.2019 | 17 år <i>Inne</i> | 2,18,38 | Nahom Kibreab Ghebrehewit | Ulsteinvik (i) | 11.24.2018 |
| 18 år | 2,22,60 | Silje Fjørtoft | Elnesvågen | 09.18.2005 | 18 år | 1,57,40 | Karl Henning Halse | Ørsta | 05.26.1984 |
| 1 000 meter | | | | | 18 år <i>Inne</i> | 2,04,02 | Nahom Kibreab Ghebrehewit | Ulsteinvik (i) | 03.02.2019 |
| 11 år | 4,07,00 | Merete Vatne | Ørsta | 10.12.1988 | 19 år <i>Inne</i> | 2,11,20 | Jørgen Andre Førde | Ulsteinvik (i) | 01.26.2019 |
| 12 år | 3,27,15 | Monica Roth | Nadderud | 08.11.1985 | 1 000 meter | | | | |
| 13 år | 3,23,70 | Monica Roth | Ørsta | 10.08.1986 | 11 år | 3,26,67 | Tore Sørheim | Nadderud | 08.11.1985 |
| 14 år | 3,14,48 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 06.11.2002 | 12 år | 3,17,10 | Pål Arne Eikrem | Ørsta | 09.28.1995 |
| 15 år | 3,15,48 | Silje Fjørtoft | Ørsta | 06.11.2002 | 13 år | 3,08,80 | Pål Arne Eikrem | Ørsta | 08.17.1996 |
| 16 år | 3,13,13 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 10.16.2004 | 14 år | 2,57,10 | Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 10.06.1992 |
| 17 år | 3,49,20 | Karin Yksnøy Bergmann | Ørsta | 06.11.2002 | 15 år | 2,51,30 | Øyvind Sandbakk | Bismo | 06.30.1996 |
| | | | | | 16 år | 2,52,56 | Ingar Mikal Halse | Ørsta | 08.15.1996 |
| | | | | | 17 år | 2,35,50 | Geir Endal | Ørsta | 06.19.1985 |
| | | | | | 18 år | 2,40,70 | Ståle Liadal | Ørsta | 06.19.1985 |

| | | | | | | | | | | | |
|---|--|----------------------|-------------------|--|--|---|-------------------------------------|----------------------|--|-------------------|--|
| 1 000 meter kappgang | | | | | | 1 000 meter kappgang | | | | | |
| 13 år | 6,57,15 Jenny Hermine Bjørneset | Måndalen | 08.31.2019 | | | 13 år | 6,46,86 Toralv Opsal | Stjørdal | | 09.03.2011 | |
| 14 år | 6,20,33 Maria Tamires Birkeland | Stjørdal | 09.03.2011 | | | 13 år <i>Inne</i> | 9,10,93 Arnstein Nikolai Ose | Ulstenvik (i) | | 01.27.2018 | |
| | | | | | | 14 år <i>Inne</i> | 7,19,58 William Lillefosse | Ulstenvik (i) | | 11.25.2017 | |
| | | | | | | 14 år | 8,24,35 Arnstein Nikolai Ose | Måndalen | | 08.31.2019 | |
| 1 500 meter | | | | | | 1 500 meter | | | | | |
| 13 år | 5,17,10 Monica Roth | Lillehammer | 06.28.1986 | | | 12 år | 5,16,70 Eirik Løvoll | Ørsta | | 09.12.1987 | |
| 14 år | 5,02,73 Kristine Eikrem Engeset | Lillehammer | 06.27.2002 | | | 13 år | 4,43,50 Ole Johnny Kvalsund | Ørsta | | 08.02.1987 | |
| 15 år | 4,56,50 Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 09.06.2003 | | | 14 år | 4,35,50 Jan Ståle Myklebust | Molde | | 08.10.1989 | |
| 16 år | 4,48,71 Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 08.07.2004 | | | 15 år | 4,25,66 Ingar Mikal Halse | Molde | | 09.06.1992 | |
| <i>16 år Inne</i> | <i>5,28,49 Amalie Tomasgard</i> | <i>Steinkjer (i)</i> | <i>03.11.2018</i> | | | 16 år | 4,19,00 Øyvind Sandbakk | Molde | | 06.14.1997 | |
| 17 år | 4,38,59 Kristine Eikrem Engeset | Haugesund | 08.07.2005 | | | 17 år | 4,12,90 Hallvard Moe | Ålesund | | 08.08.1983 | |
| 18 år | 4,44,60 Silje Fjørtoft | Lillehammer | 06.23.2005 | | | 18 år | 4,06,94 Øyvind Sandbakk | Straumsnes | | 06.12.1999 | |
| 2 000 meter | | | | | | 2 000 meter | | | | | |
| 14 år | 7,30,93 Silje Fjørtoft | Ørsta | 10.09.2001 | | | 15 år | 6,13,88 Odd Magne Liaskar | Florø | | 09.15.1999 | |
| 15 år | 6,44,52 Kristine Eikrem Engeset | Overhalla | 08.31.2003 | | | | | | | | |
| 3 000 meter | | | | | | 3000 meter | | | | | |
| 15 år | 11,00,06 Kristine Eikrem Engeset | Straumsnes | 09.14.2003 | | | 15 år | 9,54,60 Jan Ståle Myklebust | Ørsta | | 06.06.1990 | |
| 16 år | 10,29,96 Kristine Eikrem Engeset | Fagernes | 08.15.2004 | | | 16 år | 9,23,39 Øyvind Sandbakk | Nesbyen | | 09.03.1997 | |
| 17 år | 9,53,12 Kristine Eikrem Engeset | Bergsøy | 06.19.2005 | | | 17 år | 9,08,90 Jørn Helge Egset | Straumsnes | | 06.11.1989 | |
| 18 år | 10,12,39 Silje Fjørtoft | Haugesund | 08.05.2005 | | | 18 år | 8,55,35 Jørn Helge Egset | Tsjekkoslovakia | | 06.28.1990 | |
| 5 000 meter | | | | | | 5 000 meter | | | | | |
| 17 år | 17,43,10 Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 09.20.2005 | | | 17 år | 15,48,10 Jørn Helge Egset | Sundsvall - SW | | 06.03.1989 | |
| 18 år | 18,34,50 Silje Fjørtoft | Ørsta | 09.20.2005 | | | 18 år | 15,48,60 Øyvind Sandbakk | Ålesund | | 08.28.1999 | |
| 60 meter hekk - 68 cm - Elektroniske tider | | | | | | 60 meter hekk – 68 cm – Elektroniske tider | | | | | |
| 10 år | 12,95 Sigrild Vardal | Høddvoll | 09.12.2011 | | | 10 år | 12,06 Simen Vatne Haram | Ørsta | | 08.22.2015 | |
| 11 år | 12,12 Marie Steinnes | Ørsta | 08.22.2015 | | | 11 år | 11,83 Oskar Mjelva Straume | Ålesund | | 05.26.2018 | |
| 12 år | 11,48 Aina Opsal Bakke | Nadderud | 06.19.2005 | | | <i>11 år Inne</i> | <i>13,28 Noah Digernes Merheb</i> | <i>Ulstenvik (i)</i> | | <i>01.28.2017</i> | |
| 13 år | 12,41 Ragnhild Krutnes | Lillehammer | 09.27.2009 | | | | | | | | |
| 14 år | 12,74 Siri Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 09.13.2005 | | | 60 meter hekk – 76,2 cm – Manuelle tider | | | | | |
| | | | | | | 11 år | 14,2 Amund Ose Andreassen | Ørsta | | 08.01.1987 | |
| | | | | | | 12 år | 10,9 Øyvind Sandbakk | Ørsta | | 09.21.1993 | |

| | | | | | | |
|-------------------------------------|----------------------------------|-------------|------------|---|--------------|------------|
| 14 år | 34,73 Åse Øyehaug | Stjørdal | 09.06.2015 | 400 meter hekk - 91,4 cm - Elektroniske tider 18 år 60,18 Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 09.10.1996 |
| 15 år | 33,91 Åse Øyehaug | Ørsta | 08.21.2016 | | | |
| 17 år | 34,32 Lene Kristiansen | Ørsta | 10.05.2000 | | | |
| 300 m hekk (76,2) | | | | | | |
| 15 år | 50,06 Åse Øyehaug | Sandnes | 09.02.2016 | 1500 meter hinder - 76,2 cm 16 år 4,36,17 Øyvind Sandbakk | Bollnäs - SW | 06.05.1997 |
| 16 år | 48,36 Åse Øyehaug | Bergen | 09.01.2017 | | | |
| 17 år | 50,38 Åse Øyehaug | Bergen | 06.02.2018 | | | |
| 2 000 meter hinder - 76,2 cm | | | | 2 000 meter hinder - 91,4 cm 17 år 6,48,85 Odd Magne Liaskar 18 år 6,16,46 Øyvind Sandbakk | Bergen | 09.07.2001 |
| 17 år | 6,54,06 Kristine Eikrem Engeset | Moss | 09.03.2005 | | | |
| 18 år | 7,24,05 Silje Fjørtoft | Moss | 09.03.2005 | | | |
| 3 000 meter hinder | | | | 2 000 meter hinder - 91,4 cm 17 år 6,48,85 Odd Magne Liaskar 18 år 6,16,46 Øyvind Sandbakk | Bergen | 09.07.2001 |
| 17 år | 10,54,40 Kristine Eikrem Engeset | Straumsnes | 07.10.2005 | | | |
| 18 år | 11,12,39 Silje Fjørtoft | Kaunas, LIT | 07.22.2005 | | Ålesund | 08.28.1999 |



FRIIDRETT

ALDERSREKORDAR HOPP 10 - 19 ÅR

Nye aldersrekordar for 2019 er utheva. Nye innandørsrekorder er i kursiv

| Jenter | | Gutar | |
|---------------------|-------------------------------|---------------------|-------------------|
| Lengde uten tilløp | | Lengde uten tilløp | |
| 10 år | 2,02 Maria Myklebust | Ørsta | 12.05.2012 |
| 11 år | 2,30 Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 12.17.1971 |
| 12 år | 2,46 Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 12.15.1972 |
| 13 år | 2,54 Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 03.17.1973 |
| 14 år | 2,63 Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 12.20.1974 |
| 15 år | 2,59 Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 01.31.1975 |
| 16 år | 2,74 Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 12.17.1976 |
| 17 år | 2,79 Grete Bjørdalsbakke | Askøy | 03.06.1977 |
| 18 år | 2,82 Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 11.28.1978 |
| 19 år | 2,32 Andrine Hjellen Haugland | Ørsta | 03.14.2018 |
| Lengde | | Lengde | |
| 11 år | 4,52 Grete Bjørdalsbakke | Kongsberg | 09.05.1971 |
| 12 år | 4,84 Grete Bjørdalsbakke | Kongsberg | 09.02.1972 |
| 13 år | 5,17 Grete Bjørdalsbakke | Bergen | 08.26.1973 |
| 14 år | 5,21 Grete Bjørdalsbakke | Ålesund | 08.24.1974 |
| 15 år | 5,34 Grete Bjørdalsbakke | Noresund | 08.02.1975 |
| 16 år | 5,77 Grete Bjørdalsbakke | Ålesund | 09.05.1976 |
| 17 år | 5,73 Grete Bjørdalsbakke | Lillehammer | 08.27.1977 |
| 18 år | 5,76 Grete Bjørdalsbakke | Steinkjer | 08.12.1978 |
| 19 år | 4,88 Hannah Maria Skjeret | Ulsteinvik | 09.20.2015 |
| Lengde med satssone | | Lengde med satssone | |
| 10 år | 3,74 Marie Steinnes | Ørsta | 09.09.2014 |
| | | Lengde med satssone | |
| | | 10 år | 3,86 Toralv Opsal |
| Lengde med satssone | | Lengde med satssone | |
| 10 år | 3,86 Toralv Opsal | Ørsta | 08.23.2008 |
| Lengde | | Lengde | |
| 11 år | 4,50 Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 1993 |
| 12 år | 4,68 Geir Eiken | Ørsta | 08.23.1972 |
| 13 år | 5,14 Rivo Andrianjafintrimo | Molde | 09.10.1995 |
| 14 år | 5,77 Rivo Andrianjafintrimo | Lillehammer | 06.23.1996 |
| 15 år | 5,95 Jan Erik Kristiansen | Ørsta | 09.26.1992 |
| 15 år inne | 5,34 Filip Hoggen | Ulsteinvik (i) | 11.23.2019 |
| 16 år | 6,28 Jarl Sæten Birkeland | Ulsteinvik | 05.19.2001 |
| 17 år | 6,37 Jarl Sæten Birkeland | Ørsta | 10.08.2002 |
| 18 år | 6,60 Per Midtkandal | Nordfjordeid | 10.10.1965 |
| 18 år inne | 5,49 Elias Hovden Nilsen | Ulsteinvik (i) | 11.23.2019 |
| Lengde med satssone | | Lengde med satssone | |
| 10 år | 3,86 Toralv Opsal | Ørsta | 08.23.2008 |

| | | | | | | | | | | | |
|--------------|-------------|-------------|-------------------------------|-----------------------|-------------------|--------------|-------------|-------------|-----------------------------|-----------------------|-------------------|
| 10 år | Inne | 3,38 | Pia Flatjord Tofteland | Ulsteinvik (i) | 11.23.2019 | 10 år | Inne | 3,65 | Oskar Mjelva Straume | Ulsteinvik(i) | 01.15.2017 |
| 11 år | | 4,36 | Lene Kristiansen | Ørsta | 08.20.1994 | 11 år | | 4,47 | Kai Are Kristiansen | Ørsta | 06.12.2001 |
| 11 år | Inne | 4,08 | Julie Hovden Ryste | Ulsteinvik (i) | 11.23.2019 | 11 år | Inne | 3,93 | Oskar Mjelva Straume | Ulsteinvik (i) | 11.24.2018 |
| 12 år | | 4,63 | Aina Opsal Bakke | Ørsta | 08.28.2005 | 12 år | | 4,81 | Kai Are Kristiansen | Høddvoll | 09.21.2002 |
| 12 år | Inne | 4,27 | Elise Aarflot | Ulsteinvik (i) | 11.24.2018 | 12 år | Inne | 4,09 | Oskar Mjelva Straume | Ulsteinvik (i) | 11.23.2019 |
| 13 år | | 4,97 | Hannah Marie Skjeret | Høddvoll | 09.13.2009 | 13 år | | 5,28 | Toralv Opsal | Høddvoll | 05.21.2011 |
| 13 år | Inne | 4,53 | Elise Aarflot | Ulsteinvik (i) | 11.23.2019 | 14 år | | 5,55 | Kai Are Kristiansen | Elnesvågen | 09.18.2004 |
| 14 år | | 5,00 | Aina Opsal Bakke | Fana | 02.06.2007 | | | | | | |
| 14 år | Inne | 4,17 | Thea Nilsen | Ulsteinvik (i) | 11.23.2019 | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | |
|----------------|--|-------|----------------------|-------------|------------|----------------|--|-------|------------------------|--------------|------------|
| Tresteg | | | | | | Tresteg | | | | | |
| 13 år | | 9,89 | Lene Kristiansen | Ørsta | 09.24.1996 | 13 år | | 10,81 | Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 09.28.1995 |
| 14 år | | 10,55 | Aina Opsal Bakke | Ørsta | 04.10.2007 | 14 år | | 11,51 | Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 09.24.1996 |
| 15 år | | 11,05 | Aina Opsal Bakke | Lillehammer | 09.27.2008 | 15 år | | 12,26 | Rivo Andrianjafintrimo | Bollnäs - SW | 06.05.1997 |
| 16 år | | 11,42 | Aina Opsal Bakke | Lillehammer | 09.26.2009 | 16 år | | 12,30 | Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 09.29.1998 |
| 17 år | | 11,37 | Aina Opsal Bakke | Nadderud | 06.12.2010 | 17 år | | 13,16 | Jarl Sæten Birkeland | Straumsnes | 06.22.2002 |
| 18 år | | 11,43 | Aina Opsal Bakke | Lillehammer | 06.24.2011 | 18 år | | 11,91 | Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 09.24.1996 |
| 19 år | | 10,60 | Hannah Marie Skjeret | Ørsta | 09.21.2015 | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | |
|-----------------------------|--|-------|----------------------|----------|------------|-----------------------------|--|-------|--------------|----------|------------|
| Tresteg med satssone | | | | | | Tresteg med satssone | | | | | |
| 10 år | | 8,07 | Guro Øyehaug | Ørsta | 10.01.2013 | 10 år | | 8,23 | Toralv Opsal | Ørsta | 09.18.2008 |
| 11 år | | 8,45 | Guro Øyehaug | Ørsta | 06.17.2014 | 11 år | | 9,58 | Toralv Opsal | Ørsta | 09.08.2009 |
| 12 år | | 9,78 | Aina Opsal Bakke | Ørsta | 09.13.2005 | 12 år | | 10,42 | Toralv Opsal | Ørsta | 08.17.2010 |
| 13 år | | 10,57 | Hannah Marie Skjeret | Stjørdal | 09.06.2009 | 13 år | | 11,42 | Toralv Opsal | Byrkjelo | 07.01.2011 |
| 14 år | | 10,94 | Aina Opsal Bakke | Byrkjelo | 06.30.2007 | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|--|------|-----------------------|--------|------------|--------------------------|--|------|-------------------|------------|------------|
| Høgde uten tilløp | | | | | | Høgde uten tilløp | | | | | |
| 10 år | | 0,95 | Åshild Opsal | Ørsta | 12.12.2009 | 10 år | | 0,90 | Toralv Opsal | Ørsta | 02.06.2008 |
| | | 0,95 | Sigrid Vartdal | Ørsta | 12.14.2011 | 11 år | | 1,17 | Kjetil Aarseth | Ulsteinvik | 11.11.1984 |
| 11 år | | 1,13 | Siri Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 12.21.2002 | 12 år | | 1,20 | Geir Arne Aarseth | Ørsta | 12.12.1983 |
| 12 år | | 1,20 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 03.19.1972 | 13 år | | 1,37 | Yngve Spørstøl | Ørsta | 12.29.1985 |
| 13 år | | 1,29 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 03.17.1973 | 14 år | | 1,40 | Yngve Spørstøl | Ørsta | 12.30.1986 |
| 14 år | | 1,37 | Grete Bjørdalsbakke | Hareid | 12.20.1974 | 15 år | | 1,50 | Yngve Spørstøl | Ørsta | 12.28.1987 |
| 15 år | | 1,37 | Grete Bjørdalsbakke | Hareid | 03.08.1975 | 16 år | | 1,55 | Yngve Spørstøl | Ørsta | 12.28.1988 |

| | | | | | | | |
|-------|-------------------------------|------------|------------|-------|---------------------|-------|------------|
| 16 år | 1,46 Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 12.14.1976 | 17 år | 1,50 Hans Lundestad | Ørsta | 03.06.1973 |
| 17 år | 1,47 Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 01.25.1977 | 18 år | 1,65 Yngve Spørstøl | Ørsta | 03.03.1990 |
| 18 år | 1,45 Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 02.26.1978 | | | | |
| 19 år | 1,20 Andrine Hjellen Haugland | Ulsteinvik | 10.30.2018 | | | | |

Høgde

| | | | | | | | |
|--------------------------|--------------------------------|-----------------------|-------------------|--------------------------|----------------------------------|-----------------------|-------------------|
| 10 år | 1,15 Åshild Opsal | Ørsta | 08.23.2009 | Høgde | 1,20 Toralv Opsal | Høddvoll | 05.31.2008 |
| 10 år | 1,15 Felicia Larkerød Flo | Ørsta | 07.24.2012 | 10 år <i>Inne</i> | 1,20 Oskar Mjelva Straume | Ulsteinvik (i) | 01.14.2017 |
| 11 år | 1,40 Ingvild Endal | Kristiansund | 09.14.1986 | 11 år | 1,40 Toralv Opsal | Høddvoll | 06.26.2009 |
| 11 år <i>Inne</i> | 1,20 Julie Hovden Ryste | Ulsteinvik (i) | 11.23.2019 | 11 år <i>Inne</i> | 1,25 Oskar Mjelva Straume | Ulsteinvik (i) | 11.24.2018 |
| 12 år | 1,54 Ingvild Endal | Ulsteinvik | 08.16.1987 | 12 år | 1,54 Ole Johnny Kvalsund | Kristiansund | 06.13.1986 |
| 13 år | 1,65 Ingvild Endal | Steinkjer | 07.06.1988 | 12 år <i>Inne</i> | 1,30 Oskar Mjelva Straume | Ulsteinvik (i) | 11.23.2019 |
| 14 år | 1,65 Ingvild Endal | Stovner, Oslo | 06.29.1989 | 13 år | 1,65 Ole Johnny Kvalsund | Ørsta | 08.08.1987 |
| 15 år | 1,62 Grete Bjørdalsbakke | Hareid | 08.27.1975 | 14 år | 1,80 Yngve Spørstøl | Molde | 09.20.1986 |
| 16 år | 1,70 Grete Bjørdalsbakke | Lyngby - DK | 07.17.1976 | 15 år | 1,93 Yngve Spørstøl | Ørsta | 08.01.1987 |
| 17 år | 1,77 Grete Bjørdalsbakke | Greve - DK | 08.14.1977 | 15 år <i>Inne</i> | 1,65 Elias Hovden Nilsen | Ulsteinvik (i) | 11.19.2016 |
| 18 år | 1,80 Grete Bjørdalsbakke | Gjøvik | 08.26.1978 | 16 år | 1,94 Yngve Spørstøl | Steinkjer | 08.07.1988 |
| | | | | 16 år <i>Inne</i> | 1,65 Elias Hovden Nilsen | Bærum(i) | 03.05.2017 |
| | | | | 17 år | 2,00 Yngve Spørstøl | Fredrikstad | 07.22.1989 |
| | | | | 17 år <i>Inne</i> | 1,65 Elias Hovden Nilsen | Bergen (i) | 02.11.2018 |
| | | | | 18 år | 2,00 Hans Lundestad | Moss | 06.23.1984 |
| | | | | 18 år <i>Inne</i> | 1,70 Elias Hovden Nilsen | Ulsteinvik | 03.02.2019 |

Stav

| | | | | | | | |
|-------------------|----------------------------------|-----------------|-------------------|-------------------|--------------------------|----------------|------------|
| 13 år | 1,82 Maria Mjelva Straume | Måndalen | 08.31.2019 | Stav | 2,13 Sindre Sandbakk | Ørsta | 09.12.1995 |
| 14 år | 2,12 Maria Sætre | Stjørdal | 09.05.2015 | 11 år | 2,29 Sindre Sandbakk | Ørsta | 09.10.1996 |
| 14 år <i>Inne</i> | 2,20 Maria Sætre | Ulsteinvik (i) | 11.28.2015 | 12 år | 2,70 Sindre Sandbakk | Kongsberg | 08.30.1997 |
| 15 år | 2,10 Tone Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 09.03.2002 | 13 år | 1,70 Jakob Rudi Nordang | Ulsteinvik (i) | 01.30.2016 |
| 15 år <i>Inne</i> | 2,20 Maria Sætre | Ulsteinvik (i) | 01.31.2016 | 13 år <i>Inne</i> | 3,00 Sindre Sandbakk | Ørsta | 07.23.1998 |
| 16 år | 1,53 Tone Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 10.07.2003 | 14 år | 2,10 Jakob Rudi Nordang | Ulsteinvik (i) | 01.14.2017 |
| | | | | 14 år <i>Inne</i> | 3,16 Øyvind Sandbakk | Ørsta | 09.10.1996 |
| | | | | 15 år | 2,33 Elias Hovden Nilsen | Ulsteinvik (i) | 01.31.2016 |
| | | | | 15 år <i>Inne</i> | 3,20 Sindre Sandbakk | Levanger | 07.06.2000 |
| | | | | 16 år | 3,30 Sindre Sandbakk | Sollefteå - SW | 07.08.2001 |
| | | | | 17 år | 3,20 Øyvind Sandbakk | Krokum - SW | 07.04.1999 |
| | | | | 18 år | | | |



Nye aldersrekorder for 2019 er utheva. Innandørs i kursiv.

[illegible]

| | | | | | | | | | |
|-----------------------|--------------|------------------------------------|------------------------|-------------------|-----------------------|--------------|-----------------------------------|------------------------|-------------------|
| Diskos 0,6 kg | 10 år | 16,40 Åshild Opsal | Ørsta | 08.06.2009 | Diskos 0,6 kg | 10 år | 13,71 Arnstein Madsen Stokke | Ørsta | 09.18.2009 |
| | 11 år | 20,31 Åshild Opsal | Ørsta | 08.12.2010 | | 11 år | 31,08 Toralv Opsal | Ørsta | 08.18.2009 |
| | 12 år | 28,34 Åshild Opsal | Hasselholm-SW | 07.31.2011 | | 12 år | 19,39 Kai Are Kristiansen | Ørsta | 09.03.2002 |
| | 13 år | 36,30 Anita Kristiansen | Bislett | 06.28.1996 | | | | | |
| | 14 år | 34,16 Bodil Vartdal Ryste | Kongsberg | 08.29.1993 | | | | | |
| Diskos 0,75 kg | 14 år | 26,19 Thea Nilsen | Måndalen | 09.01.2019 | Diskos 0,75 kg | 12 år | 31,84 Toralv Opsal | Ørsta | 08.22.2010 |
| | 15 år | 34,88 Lene Kristiansen | Straumsnes | 06.02.1998 | | 13 år | 41,71 Toralv Opsal | Stjørdal | 09.03.2011 |
| | 16 år | 33,32 Lene Kristiansen | Lillehammer | 06.25.1999 | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Diskos 1,0 kg | 15 år | 16,91 Anna Hjellen Haugland | Ørsta | 10.05.2017 | Diskos 1,0 kg | 13 år | 29,68 Tarjei Almestad | Ørsta | 08.13.1996 |
| | 16 år | 19,66 Anna Hjellen Haugland | Tingvoll | 09.16.2018 | | 14 år | 30,39 Håkon Opsal | Ørsta | 07.13.2010 |
| | 17 år | 29,36 Lene Kristiansen | Molde | 09.16.2000 | | 15 år | 36,91 Elias Hovden Nilsen | Ørsta | 10.06.2016 |
| | 18 år | 42,30 Ingerid Qvale | Løten | 10.11.1975 | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Slegge 2,0 kg | 10 år | 19,71 Åshild Opsal | Ørsta | 08.06.2009 | Diskos 1,5 kg | 15 år | 26,00 Øyvind Sandbakk | Ørsta | 08.13.1996 |
| | 11 år | 20,85 Annelin Elde Sætre | Ørsta | 12.04.2008 | | 16 år | 34,49 Øyvind Opsal Bakke | Huddiksvall-SW | 09.12.2004 |
| | 12 år | 30,42 Åshild Opsal | Ørsta | 08.20.2011 | | 17 år | 35,18 Øyvind Opsal Bakke | Nadderud | 06.18.2005 |
| | 13 år | 31,11 Anna Hjellen Haugland | Byrkjelo | 06.26.2015 | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Slegge 3,0 kg | 13 år | 19,54 Tove Lise Norangshol | Ørsta | 08.27.1994 | Diskos 1,75 kg | 16 år | 18,79 Kai Are Kristiansen | Levanger | 09.17.2006 |
| | 14 år | 28,51 Anna Hjellen Haugland | Bergen | 06.04.2016 | | 17 år | 28,33 Øyvind Opsal Bakke | Straumsnes | 07.23.2005 |
| | 15 år | 39,61 Anna Hjellen Haugland | Loggane/Gloppen | 10.15.2017 | | 18 år | 34,71 Elias Hovden Nilsen | Lillehammer | 06.23.2019 |
| | 16 år | 46,46 Anna Hjellen Haugland | Loggane/Gloppen | 05.27.2018 | | | | | |
| | 17 år | 49,48 Anna Hjellen Haugland | Loggane/Gloppen | 07.21.2019 | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Slegge 4,0 kg | 15 år | 31,70 Anna Hjellen Haugland | Ørsta | 10.05.2017 | Slegge 2 kg | 10 år | 24,63 Toralv Opsal | Ørsta | 12.04.2008 |
| | 16 år | 40,57 Anna Hjellen Haugland | Ørsta | 07.19.2018 | | 11 år | 31,02 Toralv Opsal | Ørsta | 08.23.2009 |
| | 17 år | 41,33 Anna Hjellen Haugland | Ørsta | 09.10.2019 | | | | | |
| | 18 år | 25,27 Andrine Hjellen Haugland | Ørsta | 10.05.2017 | | | | | |
| | 19 år | 27,22 Andrine Hjellen Haugland | Ørsta | 07.19.2018 | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | Slegge 4 kg | 13 år | 19,32 Øyvind Opsal Bakke | Ørsta | 10.02.2001 |
| | | | | | | 14 år | 33,23 Arnstein Nikolai Ose | Loggane/Gloppen | 07.07.2019 |
| | | | | | | 15 år | 32,73 Øyvind Opsal Bakke | Ørsta | 09.02.2003 |
| | | | | | | 16 år | 33,62 Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 10.10.1994 |
| | | | | | | | | | |

[illegible]

Slengball 1 kg

| | | |
|-------|----------------------------|-------|
| 10 år | 15,28 Åshild Opsal | Ørsta |
| 11 år | 21,30 Lene Kristiansen | Ørsta |
| 12 år | 27,30 Lene Kristiansen | Ørsta |
| 13 år | 31,62 Tove Lise Norangshol | Ørsta |
| 14 år | 32,32 Anita Kristiansen | Ørsta |

4 Kamp - 60m - Lengde - Kule - 800m

| | | |
|-------|-----------------------|-------|
| 11 år | 3577 Lene Kristiansen | Ørsta |
|-------|-----------------------|-------|

4 Kamp - 60m - Lengde - Kule (2kg) - 600m

| | | |
|-------|----------------------------|-------|
| 10 år | 2619 Åse Øyeheug | Ørsta |
| 11 år | 2881 Anna Hjellen Haugland | Ørsta |
| 12 år | 3074 Åshild Opsal | Ørsta |

6 Kamp - 60m - 60m hekk - Høgde - Lengde - Kule - 800m

| | | |
|-------|--------------------------|-------|
| 13 år | 5663 Lene Kristiansen | Ørsta |
| 14 år | 3817 Bodil Vartdal Ryste | Ørsta |

7 Kamp - 80m hekk - 200m - 800m - Høgde - Lengde - Kule - Spyd

| | | |
|-------|--------------------------|-------|
| 15 år | 2992 Bodil Vartdal Ryste | Ørsta |
|-------|--------------------------|-------|

Slengball 1 kg

| | | |
|-------|------------------------------|---------|
| 10 år | 13,90 Håkon Opsal | Ålesund |
| 11 år | 23,91 Toralv Opsal | Ørsta |
| 12 år | 32,64 Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta |
| 13 år | 35,00 Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta |
| 14 år | 35,84 Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta |

4 Kamp - 60m - Lengde - Kule (3kg) - 600m

| | | |
|-------|-----------------------------|-------|
| 12 år | 3031 Arnstein Madsen Stokke | Ørsta |
|-------|-----------------------------|-------|

4 Kamp - 60m - Lengde - Kule - 800m

| | | |
|-------|----------------------|-------|
| 11 år | 3172 Øyvind Sandbakk | Ørsta |
| 12 år | 3325 Sindre Sandbakk | Ørsta |

6 Kamp - 60m - Lengde - kule (3kg) - 60m hekk - Høgde - 600m

| | | |
|-------|-------------------|-------|
| 13 år | 5366 Toralv Opsal | Ørsta |
|-------|-------------------|-------|

6 Kamp - 60m - 80m hekk - Høgde - Lengde - Kule - 800m

| | | |
|-------|-----------------------------|---------|
| 13 år | 4548 Sindre Sandbakk | Ålesund |
| 14 år | 4907 Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta |

9 Kamp - 100m - 100m hekk - Diskos - Stav - Spyd - Lengde - Kule - Høgde - 1000m

| | | |
|-------|---------------------------|----------|
| 15 år | 4528 Øyvind Sandbakk | Nadderud |
| 16 år | 4226 Jørn Erik Norangshol | Ørsta |

10 Kamp - 100 m - Lengde - Kule 5 kg - Høgde - 300 m - 100 m hekk - Diskos 1,5 kg - Stav - Spyd 700 gr - 1000 m

| | | |
|-------|--------------------------|--------|
| 16 år | 4609 Elias Hovden Nilsen | Bergen |
|-------|--------------------------|--------|

10 Kamp - 100m - Lengde - Kule - Høgde - 400m - 110m hekk - Diskos - Stav - Spyd - 1500m

| | | |
|-------|---------------------------|-------|
| 17 år | 4754 Jørn Erik Norangshol | Ørsta |
|-------|---------------------------|-------|

09.03.1995



FRIIDRETT

DEI 10 BESTE GJENNOM TIDENE

Endringer for 2019 er utheva. *Innandørs i kursiv*

LØP

KVINNER

60 m Manuelle tider

| | | |
|-----|------------------------|------------|
| 7,7 | Kari Lundestad | Ørsta |
| 7,8 | Ingrid Hjørdis Bjørdal | Ørsta |
| 8,0 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta |
| 8,1 | Marianne Liadal | Ørsta |
| 8,1 | Lene Kristiansen | Ørsta |
| 8,3 | Åse Aam | Hovdebygda |
| 8,3 | Ida Kristine Myrøld | Hornindal |
| 8,3 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Ørsta |
| 8,4 | Benedicte Aambakk | Hornindal |
| 8,5 | Marta Lystad | Ørsta |
| 8,5 | Aina Opsal Bakke | Elnesvågen |

60 m Manuelle tider

| | | | |
|-----|------------------------|------------|------------|
| 7,1 | Anton Røed Kristiansen | Ørsta | 07.14.1976 |
| 7,2 | Rune Innselset | Ørsta | 06.11.1996 |
| 7,2 | Vidar Opsal | Ørsta | 1991 |
| 7,3 | Knut Olav Melle | Ørsta | 05.28.2002 |
| 7,3 | Jarl Sæten Birkeland | Ørsta | 06.11.1996 |
| 7,4 | Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 05.06.1997 |
| 7,6 | Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 07.30.2002 |
| 7,7 | Erik Drange Tønnessen | Ørsta | 08.03.1997 |
| 7,9 | Tarjei Almestad | Torvikbukt | 07.23.1998 |
| 7,9 | Øyvind Sandbakk | Ørsta | |

MENN

60 m Elektroniske tider

| | | |
|-------------|------------------------|--------------------|
| 7,95 | Hannah Marie Skjeret | Fana |
| 8,23 | Lene Kristiansen | Lillehammer |
| 8,23 | Ida Kristine Myrøld | Fana |
| 8,38 | Anita Kristiansen | Ålesund |
| 8,41 | Elise Aarflot | Lillehammer |
| 8,47 | Aina Opsal Bakke | Lillehammer |
| 8,51 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Stjørdal |
| 8,59 | Sigridd Vartdal | Ørsta |
| 8,72 | Maren Nordang | Høddvoll |
| 8,76 | Marianne Hauge Kriken | Ørsta |
| 8,76 | Lene Haugstøl | Ørsta |

60 m Elektroniske tider

| | | | |
|-------------|-------------------------|---------------|-------------------|
| 7,52 | Andry Andrianjafintrimo | Ørsta | 08.10.1999 |
| 7,64 | Rivo Andrianjafintrimo | Ørsta | 08.19.1997 |
| 7,70 | Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 08.10.1999 |
| 7,70 | Johannes Eiksund | Bergen | 06.01.2019 |
| 7,94 | Rolf Fiksdal | Ørsta | 08.15.1995 |
| 7,98 | Hallgeir Aam | Ørsta | 08.01.1995 |
| 7,98 | Jarl Sæten Birkeland | Ørsta | 09.28.2000 |
| 7,99 | Håkon Opsal | Fana | 06.04.2011 |
| 8,00 | Jan Erik Kristiansen | Ørsta | 08.01.1995 |
| 8,06 | Øyvind Sandbakk | Ørsta | 08.13.1996 |

60 m Innandørs

| | | | |
|-------------|--------------------------|-----------------------|-------------------|
| 7,81 | Hannah Marie Skjeret | Bærum (i) | 03.08.2014 |
| 8,28 | Sigrid Vartdal | Steinkjer (i) | 03.10.2018 |
| 8,47 | Hanna Hoggen Gjærset | Bærum (i) | 03.04.2017 |
| 8,59 | Andrine Hjellen Haugland | Ulsteinvik (i) | 01.15.2017 |
| 8,66 | Elise Aarflot | Ulsteinvik (i) | 11.23.2019 |
| 8,76 | Åse Øyehaug | Stange (i) | 03.18.2017 |
| 8,81 | Maren Lillevik | Ulsteinvik (i) | 11.14.2017 |
| 8,83 | Marie Steinnes | Ulsteinvik (i) | 11.16.2016 |
| 9,06 | Iselin Vartdal Aam | Ulsteinvik (i) | 11.14.2017 |
| 9,06 | Sarah Moussa | Ulsteinvik (i) | 01.27.2018 |

100 m Manuelle tider

| | | | |
|------|------------------------|------------|------------|
| 12,2 | Kari Lundestad | Ålesund | 08.25.1985 |
| 12,8 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 08.22.1979 |
| 12,9 | Ingrid Hjørdis Bjørdal | Ørsta | 07.07.1994 |
| 13,0 | Åse Aam | Stranda | 06.15.1963 |
| 13,0 | Lene Kristiansen | Molde | 09.14.1997 |
| 13,1 | Marianne Liadal | Ørsta | 09.15.1971 |
| 13,1 | Sigrid Vartdal | Hornindal | 06.10.2017 |
| 13,3 | Ida Kristine Myrøld | Torvikbukt | 06.16.2002 |
| 13,4 | Hanna Hoggen Gjærset | Hornindal | 06.10.2017 |
| 13,6 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 10.08.2002 |

100 m Elektroniske tider

| | | | |
|-------|------------------------|----------------|------------|
| 12,35 | Hannah Marie Skjeret | Lillehammer | 06.21.2015 |
| 12,50 | Kari Lundestad | Raufoss | 09.05.1982 |
| 12,63 | Ida Kristine Myrøld | Lillehammer | 06.27.2004 |
| 12,87 | Lene Kristiansen | Lillehammer | 06.27.1999 |
| 13,05 | Aina Opsal Bakke | Lillehammer | 06.22.2008 |
| 13,11 | Ingrid Hjørdis Bjørdal | Østersund - SW | 05.30.1993 |
| 13,21 | Sigrid Vartdal | Malvik | 09.16.2017 |
| 13,30 | Anita Kristiansen | Lillehammer | 07.01.2001 |
| 13,56 | Hanna Hoggen Gjærset | Lillehammer | 06.24.2018 |
| 13,86 | Silje Kristin Nilsen | Bergsøy | 05.25.1999 |

60 m Innandørs

| | | | |
|-------------|-----------------------------|-----------------------|-------------------|
| 7,45 | Johannes Eiksund | Ulsteinvik (i) | 03.01.2019 |
| 8,19 | Elias Hovden Nilsen | Stange (i) | 03.18.2018 |
| 8,66 | Filip Hoggen | Bergen (i) | 02.10.2018 |
| 8,97 | Oskar Mjelva Straume | Ulsteinvik (i) | 11.23.2019 |

100 m Manuelle tider

| | | | |
|------|------------------------|-----------|------------|
| 10,7 | Kjell Brenne | Tresfjord | 07.08.1965 |
| 11,0 | Karl Johan Hånes | Bergen | 10.04.1963 |
| 11,1 | Kåre Aarseth | Ørsta | 09.15.1965 |
| 11,1 | Anton Røed Kristiansen | Oslo | 09.02.1972 |
| 11,1 | Ivar Lødemel | Bislett | 06.27.1974 |
| 11,3 | Rasmus Lystad | Ålesund | 08.26.1961 |
| 11,4 | Jan Mørkedal | Ørsta | 10.08.1963 |
| 11,4 | Rune Innselset | Gjøvik | 09.07.1975 |
| 11,5 | Otto Bothen | Bislett | 09.14.1966 |
| 11,5 | Torbjørn Ryssevik | Ørsta | 06.23.1968 |

100 m Elektroniske tider

| | | | |
|--------------|-------------------------|--------------|-------------------|
| 11,36 | Jarl Sæten Birkeland | Lillehammer | 06.29.2003 |
| 11,62 | Jørn Erik Norangshol | Lillehammer | 06.27.1999 |
| 11,66 | Andry Andrianjafintrimo | Ørsta | 08.10.1999 |
| 11,73 | Rivo Andrianjafintrimo | Lillehammer | 06.28.1998 |
| 11,88 | Johannes Eiksund | Bærum | 05.16.2019 |
| 11,94 | Erik Drange Tøhnnessen | Ørsta | 05.20.2002 |
| 12,14 | Leif Inge Skare | | 1992 |
| 12,27 | Terje Rebbestad | Ørsta | 12.06.2007 |
| 12,28 | Jan Erik Kristiansen | | 1992 |
| 12,30 | Simon Rasmussen | Straumsnes | 06.18.2006 |

100 m Innandørs**11,94 Johannes Eiksund Florø 03.16.2019****200 m Manuelle tider**

| | | | |
|------|------------------------|-------------|------------|
| 25,3 | Kari Lundestad | Ørsta | 08.04.1985 |
| 25,9 | Ingrid Hjørdis Bjørdal | Ørsta | 07.07.1994 |
| 26,7 | Ida Kristine Myrøld | Straumsnes | 06.13.2004 |
| 26,9 | Grete Bjørdalsbakke | Lyngby - DK | 07.18.1976 |
| 27,1 | Sigrid Vartdal | Hornindal | 06.10.2017 |
| 27,3 | Åse Aam | Tønsberg | 09.07.1963 |
| 27,9 | Lene Kristiansen | Straumsnes | 06.13.2004 |
| 28,0 | Anita Kristiansen | Straumsnes | 06.13.2004 |
| 28,5 | Ragnhild Norangshol | Ørsta | 06.14.1972 |
| 28,5 | Marianne Liadal | Ørsta | 07.26.1972 |

200 m Elektroniske tider

| | | | |
|--------------|------------------------|--------------------|-------------------|
| 25,32 | Hannah Marie Skjeret | Lillehammer | 06.20.2014 |
| 25,55 | Kari Lundestad | Steinkjer | 1985 |
| 26,01 | Ida Kristine Myrøld | Moss | 09.03.2005 |
| 26,17 | Ingrid Hjørdis Bjørdal | Kristiansund | 08.12.1994 |
| 26,59 | Sigrid Vartdal | Lillehammer | 06.21.2019 |
| 26,65 | Aina Opsal Bakke | Lillehammer | 06.21.2007 |
| 26,91 | Lene Kristiansen | Molde | 06.13.1998 |
| 27,82 | Anita Kristiansen | Lillehammer | 06.29.2001 |
| 27,87 | Maren Nordang | Gjøteborg - SW | 06.27.2009 |
| 28,22 | Hanna Hoggen Gjærset | Bærum | 06.16.2018 |

200 m Innandørs

| | | | |
|--------------|-----------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25,20 | Hannah Marie Skjeret | Stange (i) | 03.23.2014 |
| 26,78 | <i>Sigrid Vartdal</i> | <i>Steinkjer</i> | <i>03.10.2018</i> |
| 27,80 | <i>Hanna Hoggen Gjærset</i> | <i>Stange (i)</i> | <i>03.19.2017</i> |
| 28,80 | <i>Åse Øyehaug</i> | <i>Bergen (i)</i> | <i>02.10.2018</i> |
| 29,23 | <i>Elise Aarflot</i> | <i>Stange (i)</i> | <i>03.24.2019</i> |

400 m Manuelle tider

| | | | |
|------|------------------------|-------|------------|
| 56,6 | Ingrid Hjørdis Bjørdal | Ørsta | 09.10.1994 |
|------|------------------------|-------|------------|

200 m Manuelle tider

| | | | |
|------|------------------------|-----------------|------------|
| 21,4 | Kjell Brenne | Timisoara - Rom | 10.01.1965 |
| 22,8 | Ivar Lødemel | Stavanger | 08.02.1974 |
| 22,9 | Anton Røed Kristiansen | Nadderud | 07.13.1973 |
| 23,1 | Kåre Aarseth | Ørsta | 10.02.1965 |
| 23,3 | Rasmus Lystad | Hamar | 08.04.1962 |
| 23,3 | Øystein Sæther | Ålesund | 09.29.1974 |
| 23,4 | Rune Innselset | Ålesund | 06.24.1976 |
| 23,5 | Jostein Kongsvoll | Trondheim | 08.11.1966 |
| 23,5 | Jarl Sæten Birkeland | Ørsta | 09.03.2002 |
| 23,6 | Ottar Pilskog | Ørsta | 06.23.1971 |

200 m Elektroniske tider

| | | | |
|--------------|-------------------------|---------------|-------------------|
| 23,30 | Jørn Erik Norangshol | Straumsnes | 06.20.1999 |
| 23,42 | Andry Andrianjafintrimo | Lillehammer | 08.08.1998 |
| 23,58 | Jarl Sæten Birkeland | Straumsnes | 06.22.2002 |
| 24,08 | John-Arne Winsnes | Ludwigshaf -D | 06.29.1995 |
| 24,27 | Johannes Eiksund | Bærum | 06.15.2019 |
| 24,41 | Rivo Andrianjafintrimo | Stampesletta | 06.06.1998 |
| 24,46 | Simon Rasmussen | Straumsnes | 06.17.2006 |
| 24,94 | Erik Drange Tønnessen | Ørsta | 05.16.2004 |
| 25,05 | Leif Inge Skare | | 1992 |
| 25,11 | Kjetil Myklebust | Lillehammer | 06.27.1997 |

200 m Innandørs

| | | | |
|--------------|-----------------------------|-----------------------|-------------------|
| 24,41 | Johannes Eiksund | Ulsteinvik (i) | 11.23.2019 |
| 26,36 | <i>Elias Hovden Nilsen</i> | <i>Stange (i)</i> | <i>03.19.2017</i> |
| 27,09 | <i>Filip Hoggen</i> | <i>Ulsteinvik (i)</i> | <i>11.24.2018</i> |
| 28,93 | Noah Digernes Mehreb | Ulsteinvik (i) | 11.23.2019 |

400 m Manuelle tider

| | | | |
|------|--------------|---------|------------|
| 48,8 | Ivar Lødemel | Bislett | 06.12.1974 |
|------|--------------|---------|------------|

| | | | | | | | |
|------|-------------------------|---------|------------|------|-------------------------|-----------|------------|
| 56,9 | Kari Lundestad | Ørsta | 09.01.1984 | 50,2 | Øystein Sæther | Bislett | 07.01.1976 |
| 61,8 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 10.11.1975 | 50,8 | Kjell Brenne | Ålesund | 09.09.1967 |
| 62,5 | Ragnhild Norangshol | Aksla | 09.02.1972 | 50,8 | Lars Jostein Norangshol | Ålesund | 09.21.1970 |
| 64,0 | Anne Lisbeth Opsal | Volda | 08.18.1979 | 51,0 | Ottar Pilskog | Trondheim | 07.12.1981 |
| 64,1 | Ida Kristine Myrøld | Ørsta | 06.10.2003 | 51,2 | Torbjørn Ryssevik | Molde | 06.16.1968 |
| 65,0 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 09.03.2002 | 51,5 | Oddbjørn Brungot | Molde | 06.25.1972 |
| 65,5 | Åse Øyehaug | Ørsta | 09.22.2016 | 51,8 | Jan Mørkedal | Ålesund | 08.24.1968 |
| 65,8 | Ragnhild Sætre | Ålesund | 06.24.1976 | 52,3 | Anton Røed Kristiansen | Bislett | 05.24.1973 |
| 66,6 | Elsa Liadal | Ålesund | 06.13.1976 | 52,6 | Einar Rostad | Hareid | 07.08.1973 |

400 m Elektroniske tider

| | | | | | | | |
|-------|-------------------------|---------------|------------|--------------|----------------------------------|----------------|-------------------|
| 56,89 | Ingrid Hjørdis Bjørdal | Huddinge - SW | 09.03.1994 | 49,57 | Jørn Erik Norangshol | Levanger | 08.22.1998 |
| 58,11 | Kari Lundestad | Byrkjelo | 07.06.1985 | 51,99 | John-Arne Winsnes | Ludwigshaf - D | 06.29.1995 |
| 59,59 | Aina Opsal Bakke | Fana | 06.05.2011 | 51,84 | Simon Rasmussen | Fana | 06.11.2006 |
| 60,63 | Silje Fjørtoft | Ørsta | 08.19.2006 | 52,00 | Karl Henning Halse | Trondheim | 1986 |
| 60,86 | Ida Kristine Myrøld | Straumsnes | 07.23.2005 | 52,76 | Jarl Sæten Birkeland | Ålesund | 08.24.2003 |
| 61,64 | Hannah Marie Skjeret | Molde | 08.30.2014 | 52,92 | Nahom Kibreab Ghebrehewit | Bærum | 06.16.2019 |
| 61,86 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 06.07.2005 | 54,34 | Andry Andrianjafintrimo | Lillehammer | 06.24.1995 |
| 62,05 | Maria Tamires Birkeland | Lillehammer | 06.22.2013 | 54,82 | Kjetil Myklebust | Straumsnes | 09.05.1998 |
| 62,67 | Åse Øyehaug | Lillehammer | 06.24.2017 | 55,15 | Erik Drange Tønnessen | Elnevågen | 10.01.2006 |
| 64,46 | Lene Kristiansen | Ålesund | 29.08.1998 | 55,54 | Øyvind Sandbakk | Ørsta | 06.09.1998 |

400 m Inne

| | | | | | | | |
|----------------|-------------------------|-----------------------|-------------------|--------------|----------------------------------|-----------------------|-------------------|
| 1,04,65 | Amalie Tomasgard | Ulsteinvik (i) | 01.27.2019 | 54,06 | Nahom Kibreab Ghebrehewit | Ulsteinvik (i) | 01.27.2019 |
| 1,05,66 | Åse Øyehaug | Ulsteinvik (i) | 28.01.2018 | 58,98 | Filip Hoggen | Ulsteinvik (i) | 01.27.2019 |
| 1,08,74 | Hanna Hoggen Gjærset | Ulsteinvik (i) | 15.01.2017 | | | | |

800 m

| | | | | | | | |
|---------|-------------------------|----------------|------------|--------------|-------------------------|------------|------------|
| 2,13,68 | Silje Fjørtoft | Byrkjelo | 08.27.2006 | 800 m | Ottar Pilskog | Bislett | 08.26.1971 |
| 2,14,06 | Kristine Eikrem Engeset | Moss | 09.04.2005 | 1,51,2 | Lars Jostein Norangshol | Trondheim | 06.10.1970 |
| 2,24,6 | Ingrid Hjørdis Bjørdal | Hornindal | 07.09.1994 | 1,53,87 | John-Arne Winsnes | Landau - D | 06.10.1995 |
| 2,25,7 | Kari Lundestad | Ørsta | 09.30.1984 | 1,54,4 | Øystein Sæther | Larvik | 08.01.1979 |
| 2,26,08 | Amalie Tomasgard | Gøteborg – SWE | 06.29.2018 | 1,55,04 | Simon Rasmussen | Fana | 06.09.2006 |
| 2,26,1 | Ragnhild Norangshol | Ørsta | 07.30.1972 | 1,55,5 | Oddbjørn Muelid | Stovner | 07.31.1978 |
| 2,26,5 | Line Berg | Bergsøy | 09.15.1985 | 1,55,9 | Torbjørn Ryssevik | Meisingset | 07.10.1971 |
| 2,27,8 | Anne Kristin Sætre | Aksla | 08.17.1980 | 1,56,9 | Karl Henning Halse | Ørsta | 05.31.1986 |

| | | | | | | | |
|--------------------------|-----------------------------|-----------------------|-------------------|----------------|----------------------------------|-----------------------|-------------------|
| 2,28,7 | Monica Roth | Bergsøy | 08.03.1986 | 1,58,0 | Jørn Erik Norangshol | Ørsta | 08.18.1996 |
| 2,29,81 | Maria Mjelva Straume | Ørsta | 08.24.2019 | 1,58,4 | Ole Berget | Bislett | 09.15.1979 |
| 2,31,23 | Maria Tamires Birkeland | Fana | 06.01.2012 | | | | |
| 800 m Innandørs | | | | | | | |
| 2,33,33 | Amalie Tomasgard | Ulsteinvik (i) | 11.23.2019 | 2,04,02 | Nahom Kibreab Ghebrehewit | Ulsteinvik (i) | 03.02.2019 |
| 2,38,07 | Åse Øyehaug | Ulsteinvik (i) | 01.27.2018 | 2,11,20 | Jørgen Andre Førde | Ulsteinvik (i) | 01.26.2019 |
| 2,47,35 | Maria Mjelva Straume | Ulsteinvik (i) | 01.26.2019 | 2,16,78 | Filip Hoggen | Ulsteinvik (i) | 11.23.2019 |
| 1 000 m | | | | | | | |
| 3,13,13 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 10.16.2004 | 2,27,87 | John-Arne Winsnes | Frankfurt - D | 05.01.1996 |
| 3,14,91 | Line Berg | Nadderud | 08.11.1985 | 2,33,6 | Karl Henning Halse | Ørsta | 10.08.1986 |
| 3,15,5 | Silje Fjørtoft | Ørsta | 06.11.2002 | 2,33,9 | John Hånes | Ørsta | 07.14.1971 |
| 3,21,8 | Anne Kristin Sætre | Ålesund | 09.19.1982 | 2,35,5 | Geir Endal | Ørsta | 06.19.1985 |
| 3,23,7 | Monica Roth | Ørsta | 10.08.1986 | 2,36,3 | Halvard Moe | Ørsta | 06.19.1985 |
| 3,31,5 | Merete Vatne | Ørsta | 06.28.1989 | 2,38,7 | Per Johan Sandbakk | Ørsta | 07.14.1976 |
| 1 500 m | | | | | | | |
| 4,28,12 | Silje Fjørtoft | Tønsberg | 05.08.2007 | 3,53,65 | John-Arne Winsnes | Ludwigshaf -D | 06.03.1995 |
| 4,38,59 | Kristine Eikrem Engeset | Haugesund | 08.07.2005 | 3,56,3 | Kåre Heggen | Bislett | 07.13.1976 |
| 5,10,11 | Maria Mjelva Straume | Ørsta | 08.25.2019 | 3,56,8 | Lars Jostein Norangshol | Bislett | 08.05.1970 |
| 5,12,10 | Linda Innselset | Ørsta | 08.19.2000 | 3,57,5 | Per Johan Sandbakk | Bislett | 07.01.1976 |
| 5,13,43 | Amalie Tomasgard | Gøteborg – SWE | 06.30.2018 | 3,58,1 | Karl Henning Halse | Straumsnes | 07.02.1989 |
| 5,14,00 | Bodil Vartdal Ryste | Ørsta | 08.07.2001 | 4,01,2 | Leif Muribø | Bislett | 07.13.1977 |
| 5,16,0 | Anne Kristin Sætre | Ørsta | 09.24.1980 | 4,01,9 | Arild Bjørdal | Ålesund | 06.19.1983 |
| 5,17,1 | Monica Roth | Lillehammer | 06.28.1986 | 4,02,4 | Ole Berget | Bislett | 07.13.1977 |
| 5,18,7 | Line Berg | Ørsta | 09.18.1985 | 4,03,7 | Ottar Pilskog | Ørsta | 06.02.1971 |
| 5,22,4 | Anne Grete Brautaset | Ørsta | 09.24.1980 | 4,04,3 | John Hånes | Ålesund | 08.18.2018 |
| 1500 m Innandørs. | | | | | | | |
| 5,28,49 | Amalie Tomasgard | Steinkjer (i) | 03.11.2018 | | | | |

| | | | | | | | | |
|----------------|-----------------|-------------------------|--------------|------------|----------|-------------------------|-----------------|------------|
| 3 000 m | 9,30,25 | Silje Fjørtoft | Tønsberg | 03.08.2007 | 8,36,9 | Per Johan Sandbakk | Bislett | 07.24.1979 |
| | 9,53,12 | Kristine Eikrem Engeset | Haugesund | 08.07.2005 | 8,37,4 | Kåre Heggen | Byrkjelo | 07.17.1976 |
| | 10,59,44 | Bodil Vartdal Ryste | Ørsta | 09.27.1997 | 8,37,8 | Arild Bjørdal | Ålesund | 07.13.1983 |
| | 11,38,1 | Grete Hjelle | Ørsta | 10.06.1982 | 8,49,6 | Leif Muribø | Bislett | 07.24.1979 |
| | 11,51,9 | Dagrun Opsal | Ørsta | 06.12.1979 | 8,55,35 | Jørn Helge Egset | Tsjekkoslovakia | 06.28.1990 |
| | 11,55,0 | Anne Mari Sætre | Ørsta | 09.30.1978 | 8,59,58 | Øyvind Sandbakk | Einesvågen | 09.18.1999 |
| | 11,55,36 | Silje Heltne | Ørsta | 06.17.2006 | 8,59,6 | Johan Kjøde | Ålesund | 09.11.1965 |
| | 12,21,2 | Monica Roth | Ørsta | 06.08.1988 | 8,59,8 | Lars Jostein Norangshol | Ørsta | 08.26.1970 |
| | 12,24,2 | Anne Kristin Sætre | Ørsta | 09.02.1984 | 9,01,4 | Ole Berget | Stovner | 06.15.1977 |
| | 13,08,1 | Kari Lundestad | Ørsta | 09.29.1982 | 9,03,6 | Odd Foldal | Ørsta | 09.27.1972 |
| | | | | | | | | |
| | 5 000 m | | | | | | | |
| | 17,43,1 | Kristine Eikrem Engeset | Ørsta | 09.20.2005 | 14,46,8 | Kåre Heggen | Stovner | 07.28.1976 |
| | 18,34,5 | Silje Fjørtoft | Ørsta | 09.20.2005 | 14,52,33 | Arild Bjørdal | Fana | 07.09.1983 |
| | 24,33,2 | Kari Lundestad | Ørsta | 09.01.1982 | 14,54,8 | Per Johan Sandbakk | Årdal | 08.15.1981 |
| 5 000 m | | | | | 15,25,4 | Leif Muribø | Hareid | 09.03.1978 |
| | | | | | 15,33,97 | Jørn Helge Egset | Overhalla | 05.30.1992 |
| | | | | | 15,40,0 | Jon Øyvind Strand | Sundalsøra | 09.10.1978 |
| | | | | | 15,45,4 | Per Atle Røe | Ålesund | 08.24.1980 |
| | | | | | 15,46,3 | Erlend Slokvik | Ålesund | 09.23.1979 |
| | | | | | 15,48,6 | Øyvind Sandbakk | Ålesund | 08.28.1999 |
| | | | | | 15,51,6 | Odd Foldal | Ørsta | 09.13.1972 |
| | | | | | | | | |
| | 10 000 m | | | | | | | |
| | 30,49,76 | Arild Bjørdal | Byrkjelo | | 30,49,76 | Arild Bjørdal | Byrkjelo | 07.25.1982 |
| | 31,14,99 | Per Johan Sandbakk | Byrkjelo | | 31,14,99 | Per Johan Sandbakk | Byrkjelo | 07.25.1982 |
| | 32,29,2 | Kåre Heggen | Ørsta | | 32,29,2 | Kåre Heggen | Ørsta | 08.10.1976 |
| | 32,45,2 | Leif Muribø | Ørsta | | 32,45,2 | Leif Muribø | Ørsta | 08.10.1976 |
| | 32,58,0 | Odd Foldal | Hareid | | 32,58,0 | Odd Foldal | Hareid | 09.04.1974 |
| | 33,20,6 | Karl Johan Vartdal | Aksla | | 33,20,6 | Karl Johan Vartdal | Aksla | 06.09.1982 |
| | 34,24,5 | Per Atle Røe | Ørsta | | 34,24,5 | Per Atle Røe | Ørsta | 06.12.1979 |
| | 34,37,8 | Nils Martin Romestrand | Ørsta | | 34,37,8 | Nils Martin Romestrand | Ørsta | 08.29.1973 |
| | 34,37,92 | John-Arne Winsnes | Ludwigshaf-D | | 34,37,92 | John-Arne Winsnes | Ludwigshaf-D | 09.05.1996 |
| | 36,23,0 | Harry Moe | Ørsta | | 36,23,0 | Harry Moe | Ørsta | 08.18.1966 |

1 Engelsk mil

| | | | |
|---------|-------------------|---------|------------|
| 4,21,6 | Arild Bjørdal | Ålesund | 08.28.1983 |
| 4,35,42 | John-Arne Winsnes | Ålesund | 09.25.1994 |
| 4,36,8 | Tomas Molnes | Ørsta | 04.25.1991 |
| 4,50,7 | Nils Vegard Øye | Ørsta | 04.25.1991 |

100 m hekk Manuelle tider

| | | | |
|------|-----------------------|-----------|------------|
| 15,0 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 09.01.1984 |
| 18,3 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 09.24.2002 |
| 18,4 | Anita Kristiansen | Ørsta | 08.19.2000 |
| 18,4 | May Ch. Myklebust | Trondheim | 08.30.1986 |
| 18,4 | Lene Kristiansen | Ørsta | 09.24.2002 |
| 18,8 | Ida Kristine Myrøld | Ørsta | 10.14.2003 |
| 18,9 | Kari Lundestad | Ørsta | 09.01.1984 |
| 19,4 | Maria Mork | Ørsta | 08.22.1981 |
| 21,9 | Karin Yksnøy Bergmann | Ørsta | 09.24.2002 |

100 m hekk Elektroniske tider

| | | | |
|-------|-----------------------|---------|------------|
| 15,66 | Grete Bjørdalsbakke | Ålesund | 09.12.1981 |
| 15,84 | Lene Kristiansen | Ørsta | 08.19.2000 |
| 17,45 | Anita Kristiansen | Ørsta | 08.07.2004 |
| 17,62 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 08.07.2004 |
| 17,97 | Ida Kristine Myrøld | Ørsta | 08.28.2004 |

200 m hekk

| | | | |
|-------|-------------|-------|------------|
| 33,91 | Åse Øyehaug | Ørsta | 08.21.2016 |
|-------|-------------|-------|------------|

400 m hekk Manuelle tider

| | | | |
|------|---------------------|-------|------------|
| 67,3 | Kari Lundestad | Ørsta | 10.04.2004 |
| 71,8 | Grete Bjørdalsbakke | Molde | 09.25.1977 |

110 m hekk Manuelle tider

| | | | |
|------|------------------------|-----------|------------|
| 15,8 | Jan Mørkedal | Ørsta | 08.16.1964 |
| 16,4 | Oddbjørn Brungot | Hamar | 09.09.1972 |
| 16,9 | Jørn Erik Norangshol | Trondheim | 09.25.1999 |
| 17,1 | Yngve Spørstøl | Ørsta | 06.09.1990 |
| 19,3 | Hans Lundestad | Ørsta | 10.13.1985 |
| 19,5 | Anton Røed Kristiansen | Sandane | 08.14.1971 |
| 19,9 | Rasmus Lystad | Ørsta | 10.06.1962 |
| 19,9 | Olav Leira | Ørsta | 10.06.1962 |
| 20,7 | Hans Einar Engeset | Ålesund | 07.29.1962 |

110 m hekk Elektroniske tider

| | | | |
|-------|-----------------------|-------|------------|
| 15,98 | Erik Drange Tønnessen | Ørsta | 05.20.2002 |
| 20,88 | Leif Inge Skare | Ørsta | 09.20.1992 |

400 m hekk Manuelle tider

| | | | |
|------|--------------------|----------|------------|
| 55,2 | Oddbjørn Brungot | Nadderud | 07.15.1973 |
| 56,1 | Jan Mørkedal | Bislett | 06.11.1969 |
| 59,0 | Karl Henning Halse | Ålesund | 08.17.1986 |
| 64,0 | Arild Bjørdal | Ålesund | 1984 |
| 64,2 | Hallvard Moe | Ørsta | 09.25.1985 |
| 64,4 | Rasmus Lystad | Ørsta | 10.06.1962 |

| | | | |
|------|--------------------|---------|------------|
| 64,6 | Kjell Petter Stene | Ørsta | 08.01.1981 |
| 64,8 | Asbjørn Gjerset | Elverum | 1965 |

400 m hekk Elektroniske tider

| | | | |
|-------|----------------------|----------------|------------|
| 58,84 | Jørn Erik Norangshol | Levanger | 08.23.1998 |
| 60,30 | Øyvind Sandbakk | Sollefteå - SW | 07.08.2001 |

2 000 m hinder

| | | | |
|---------|-------------------------|----------|------------|
| 6,48,43 | Silje Fjørtoft | Byrkjelo | 08.26.2006 |
| 6,54,06 | Kristine Elkrem Engeset | Moss | 09.03.2005 |

3 000 m hinder

| | | | |
|---------|-------------------------|------------|------------|
| 9,57,98 | Silje Fjørtoft | Bislett | 06.15.2007 |
| 10,54,4 | Kristine Elkrem Engeset | Straumsnes | 07.10.2005 |

3 000 m hinder

| | | | |
|---------|------------------------|------------|------------|
| 9,12,54 | Arild Bjørdal | Øvre Årdal | 06.12.1983 |
| 9,14,6 | Per Johan Sandbakk | Stovner | 08.28.1976 |
| 9,30,0 | Leif Muribø | Bislett | 08.01.1978 |
| 10,26,0 | Jon P. Vartdal | Hareid | 06.28.1981 |
| 10,29,4 | Nils Martin Romestrand | Hareid | 06.24.1979 |
| 11,34,2 | Dagfinn Nupen | Ålesund | 1956 |



FRIIDRETT

DEI 10 BESTE GJENNOM TIDENE

Endringar for 2019 er utheva. Innandørs i kursiv

KAST

KVINNER

| Kule | | | | | Kule | | |
|-----------------------|--------------------------|------------------|-------------------|-------|-----------------------|----------------|------------|
| 11,87 | Grete Bjørdalsbakke | Ørsta | 09.28.1980 | 13,10 | Nils Aarskog | Ørsta | 05.10.1967 |
| 11,86 | Ingerid Qvale | Sunnalsøra | 08.31.1975 | 12,58 | Erik Drange Tønnessen | Molde | 06.10.2006 |
| 11,19 | Christina Wilke | Midsund | 05.13.2018 | 12,55 | Harald Bergmann | Molde | 08.07.1938 |
| 10,43 | Åse Aam | Ålesund | 07.27.1963 | 12,41 | Arnor Bergmann | Ørsta | 06.14.1938 |
| 10,14 | Lene Kristiansen | Bergsøy | 06.18.2005 | 11,98 | Bernhald Bergmann | Volda | 08.24.1947 |
| 10,10 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 08.28.2004 | 11,46 | Eldar Høydal | Volda | 09.20.1980 |
| 9,87 | Anne-Line Gausdal | Askøy | 06.16.2007 | 11,32 | Knut Olav Melle | Ørsta | 05.04.1995 |
| 9,32 | Anita Kristiansen | Molde | 06.11.2005 | 11,19 | Jan Egil Romestrand | Ørsta | 05.15.1999 |
| 9,26 | Anne Karine Graaner | Sandane | 09.17.1981 | 11,13 | Tor Bergmann | Ørsta | 08.27.1932 |
| 9,22 | Liv Breivik | Ørsta | 08.25.1979 | 11,09 | Egil Rustad | Ørsta | 08.18.1982 |
| Kule Innandørs | | | | | | | |
| 11,31 | Christina Wilke | Stryn (i) | 03.09.2019 | 11,55 | Erik Drange Tønnessen | Ulsteinvik (i) | 02.04.2017 |
| 9,36 | Andrine Hjellen Haugland | Ulsteinvik(i) | 11.19.2016 | | | | |

Diskos

| | | | | | | | |
|-------|-----------------------|-------------|------------|-------|-----------------------|----------------|------------|
| 42,30 | Ingerid Qvale | Løten | 10.11.1975 | 37,28 | Andreas Langlo | Huddiksvall/SW | 09.12.2004 |
| 30,85 | Lene Kristiansen | Lillehammer | 06.28.2003 | 36,66 | Eldar Høydal | Ørsta | 10.08.1980 |
| 30,84 | Grete Bjørdalsbakke | Aksla | 09.20.1979 | 35,98 | Tore Nyløkken | Ørsta | 10.02.1976 |
| 30,32 | Anita Kristiansen | Trondheim | 06.25.2005 | 35,33 | Jan Egil Romestrand | Ørsta | 09.09.1999 |
| 29,04 | Bodil Vartdal Ryste | Aksla | 08.14.1994 | 34,95 | Karl Blindheim | Ørsta | 07.31.1937 |
| 27,85 | Anne-Line Gausdal | Straumsnes | 09.06.2007 | 34,90 | Kåre Aarseth | Ørsta | 09.27.1967 |
| 27,30 | Åse Aam | Ørsta | 06.24.1963 | 34,85 | Otto Botnen | Ørsta | 09.14.1966 |
| 26,76 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Straumsnes | 06.22.2002 | 34,82 | Erik Drange Tønnessen | Ørsta | 05.06.2004 |

MIENN

Diskos

| | | | | | | | |
|-------|--------------------------|----------|------------|-------|-------------------|---------|------------|
| 26,30 | Andrine Hjellen Haugland | Måndalen | 08.13.2017 | 33,98 | Bernhard Bergmann | Ålesund | 08.12.1951 |
| 24,18 | Liv Emblemsvåg | Ørsta | 08.11.1973 | 33,00 | Hermod Arne | Ørsta | 09.26.1951 |

Spyd

| | | | | | | | |
|--------------|---------------------------------|--------------|-------------------|--------------|----------------------------|-----------------------|-------------------|
| 49,90 | Andrine Hjellen Haugland | Ørsta | 04.08.2019 | 63,15 | Elias Hovden Nilsen | Kristiansand S | 08.17.2019 |
| 40,57 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Lillehammer | 06.27.2004 | 54,88 | Arild Amundsen | Ørsta | 10.05.1995 |
| 40,54 | Lene Kristiansen | Lillehammer | 06.27.2004 | 54,15 | Erik Drange Tønnessen | Ørsta | 06.11.2002 |
| 37,63 | Anita Kristiansen | Lillehammer | 06.26.2005 | 42,64 | Andreas Langlo | Molde | 09.19.2004 |
| 34,88 | Maren Nordang | Ørsta | 06.07.2011 | 41,07 | Kai Are Kristiansen | Ørsta | 08.19.2006 |
| 34,86 | Christina Wilke | Ørsta | 06.04.2019 | 40,32 | Arnstein Sandvik | Ørsta | 09.21.1993 |
| 28,26 | Grete Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 10.22.2005 | 38,72 | Jarl Sæten Birkeland | Ørsta | 10.08.2002 |
| 27,36 | Siri Bjørdalsbakke Mo | Ulsteinvik | 05.26.2007 | 38,24 | Andry Andrianjafintrimo | Ørsta | 06.09.1998 |
| 26,34 | Anna Hjellen Haugland | Ørsta | 09.21.2017 | 36,23 | Kjetil Myklebust | Aksla | 06.06.1999 |
| 22,70 | Ida Kristine Myrøld | Ørsta | 10.08.2002 | 36,16 | Even Bjerkhagen Standal | Lillehammer | 06.28.2003 |

Slegge

| | | | | | | | |
|--------------|------------------------------|--------------|-------------------|--------------|------------------------------|--------------|-------------------|
| 41,33 | Anna Hjellen Haugland | Ørsta | 09.10.2019 | 33,03 | Erik Drange Tønnessen | Ørsta | 08.20.2006 |
| 36,94 | Anita Kristiansen | Ørsta | 09.02.2006 | 32,35 | Øyvind Opsal Bakke | Elnesvågen | 09.18.2005 |
| 31,86 | Anne-Line Gausdal | Askøy | 06.16.2007 | 29,40 | Arild Bjørdal | Ørsta | 10.08.1980 |
| 29,93 | Lene Kristiansen | Elnesvågen | 08.22.2004 | 27,14 | Jørn Erik Norangshol | Levanger | 08.23.1998 |
| 27,22 | Andrine Hjellen Haugland | Ørsta | 07.19.2018 | 26,18 | Andras Langlo | Ørsta | 08.28.2004 |
| 25,87 | Tone Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 08.29.2004 | 25,88 | Kjetil Myklebust | Bergsøy | 09.06.1997 |
| 24,23 | Hannah Marie Skjeret | Ørsta | 09.05.2017 | 25,38 | Stein Aam | Ørsta | 07.30.1975 |
| 23,23 | Grete Bjørdalsbakke Mo | Ørsta | 10.01.2002 | 24,60 | Eldar Høydal | Ørsta | 10.08.1980 |
| 23,15 | Tove Lise Norangshol | Overhalla | 08.03.1996 | 23,74 | Per Johan Sandbakk | Ørsta | 07.30.1975 |
| 22,99 | Christina Wilke | Ørsta | 09.04.2018 | 23,40 | Øyvind Sandbakk | Bergsøy | 09.06.1997 |

Slegge



FRIIDRETT

DEI 10 BESTE GJENNOM TIDENE

Endringer for 2019 er utheva. Innandørs i kursiv

STAFETT

KVINNER

4 x 100 m

| | | | | | |
|-------|--|-------|---------|-------------|------------|
| 51,76 | Hanna Hoggen Gjærset - Hannah Marie Skjeret - Åse Øyehaug - Sigrid Vartdal | KJ/KS | Klubbek | Lillehammer | 06.24.2017 |
| 52,36 | Tone Bjørdalsbakke Mo - Lene Kristiansen - Anita Kristiansen - Ida Kristine Myrøld | | | Ålesund | 06.08.2002 |

4 x 100 m Manuell tid

| | | | | | |
|------|--|--|--|---------|------------|
| 52,6 | Hanna Hoggen Gjærset - Hannah Marie Skjeret - Åse Øyehaug - Sigrid Vartdal | | | Ålesund | 05.27.2017 |
|------|--|--|--|---------|------------|

4 x 100 m Innandørs

| | | | | | |
|---------|--|--------|---------|------------|------------|
| 1,10,96 | Thea Nilsen - Elise Aarflot - Mari Øyehaug - Maria Mjelva Straume | J10-12 | Klubbek | Stange (i) | 03.18.2017 |
| 1,13,46 | Sofie Olafsen Brattli - Hannah Brattli - Nora Vartdal - Marie Helle Saanum | J10-12 | | Stange (i) | 03.18.2017 |
| 1,14,22 | Elise Aarflot - Mari Øyehaug - Ingrid Vassli Hansen - Thea Nilsen | J10-12 | | Stange (i) | 03.12.2016 |

4 x 200 m Innandørs

| | | | | | |
|---------|--|---------|----------|----------------|------------|
| 1,51,19 | Hannah Marie Skjeret - Sigrid Vartdal - Åse Øyehaug - Hanna Hoggen Gjærset | KJ / KS | Klubbek. | Ulsteinvik (i) | 02.05.2017 |
| 1,54,25 | Hanna Hoggen Gjærset - Andrine Hjelten Haugland - Åse Øyehaug - Sigrid Vartdal | KS | | Ulsteinvik (i) | 01.27.2018 |
| 1,55,07 | Sigrid Vartdal - Åse Øyehaug - Amalie Tomasgaard - Hanna Hoggen Gjærset | J15 -16 | Klubbek. | Stange(i) | 03.18.2017 |
| 1,56,80 | Hanna Hoggen Gjærset - Amalie Tomasgard - Åse Øyehaug - Sigrid Vartdal | J15-17 | Klubbek | Steinkjer (i) | 03.11.2018 |

1000 m

| | | | | | |
|---------|--|--|--|--------|------------|
| 2,25,70 | Tone Bjørdalsbakke Mo - Lene Kristiansen - Ida Kristine Myrøld - Kristine Eikrem Engeset | | | Ørsta | 05.30.2004 |
| 2,26,92 | Ethel Johnsen - Sunniva Åmbakk Bjørkedal - Maren Nordang - Aina Opsal Bakke | | | Ørsta | 05.08.2010 |
| 2,27,22 | ? - ? - ? - Silje Fjørtoft | | | Ørsta | 05.20.2007 |
| 2,27,27 | Malene Aambakk - Sunniva Åmbakk Bjørkedal - Maren Nordang - Aina Opsal Bakke | | | Ørsta | 05.10.2009 |
| 2,30,42 | Amalie Tomasgard - Hanna Hoggen Gjærset - Sigrid Vartdal - Åse Øyehaug | | | Bergen | 09.03.2017 |
| 2,30,71 | Maria Sætre - Sigrid Vartdal - Åse Øyehaug - Hannah Marie Skjeret | | | Ørsta | 05.14.2016 |
| 2,30,77 | Anita Kristiansen - Lena Kristiansen - Ida Kristine Myrøld - Kristine Eikrem Engeset | | | Ørsta | 09.07.2003 |
| 2,32,28 | Amalie Tomasgard - Hanna Hoggen Gjærset - Sigrid Vartdal - Åse Øyehaug | | | Ørsta | 04.28.2018 |
| 2,34,16 | Maren Nordang - Kristine Trettø - Aina Opsal Bakke - Monica Solvang | | | Ørsta | 00.05.2008 |
| 2,35,40 | Andrine Hjelten Haugland - Hannah Marie Skjeret - Åse Øyehaug - Sigrid Vartdal | | | Ørsta | 04.28.2019 |

MENN

1000 m

| | | | | | |
|---------|--|--|--|-----------|------------|
| 1,59,6 | Per Midtkandal - Kåre Aarseth - O. J. Ertresvåg - Kjell Brenne | | | Ørsta | 10.16.1965 |
| 2,02,1 | Oddbjørn Brungot - Anton Røed Kristiansen - Øystein Sæther - Ivar Lødemel | | | Stavanger | 08.04.1974 |
| 2,13,38 | Johannes Eiksund - Filip Hoggen - Jørgen Andre Førde - Nahom Kibreab Ghebrehewit | | | Ørsta | 04.28.2019 |

Rekruttar 2019: Totalt 120 rekruttar har delteke på rekrutteringsstemna.

| Etternamn | Fornamn |
|-----------------|----------------------|
| Almestad | Annabelle |
| Almestad | Madelene Kristiansen |
| Berg | Savanna Bjørdal |
| Bergmann-Løvold | Erik |
| Bergmann-Løvold | Olava |
| Betsmertna | Ella |
| Bjørneset | Julie Kornelia |
| Blazevic | Sander |
| Blazevic | Vetle Bjørneset |
| Botnen | Oliver |
| Botnen | Tobias |
| Dispen | Henrik |
| Drabløs | Mathilde Finsådal |
| Drabløs | Oskar Finsådal |
| Eikrem | Oliver Ramsdal |
| Fonseca | Ivar |
| Fonseca | Mari |
| Fric | Sebastian |
| Fricova | Sara |
| Gjethammer | Astrid Ramsli |
| Gjethammer | Olav Sverre Ramsli |
| Grimstad | Anna Kriken |
| Grønli | Iver Olai |
| Grønnevet-Holm | Liam |
| Hafezi | Theodor |
| Halkjelsvik | Olav |
| Hasle | Mari Larsen |
| Haugland | Agnes Hjellen |
| Hjellbrekke | Magnus Øye |
| Hjellbrekke | Tora Øye |
| Holsvik | Emilie Liadal |
| Holsvik | Martinus Aam |
| Holsvik | Olai (ALL) |
| Hovde | Mia Jetmundsen |
| Hovde | Sina Jetmundsen |
| Hunnes | Andrea Myklebust |
| Hunnes | Jakob Myklebust |
| Ims-Lid | Samuel |
| Johnsen | Christopher |
| Karlsen | Nathalie Aklestad |
| Keilen | Eirik Bernseter |
| Keilen | Jakob |
| Keilen | Solveig |
| Kibreab | Arsema |
| Kile | Patrick Brungot |
| Kile | Sander Brungot |
| Kleinrath | Anna |

| | |
|------------------|---------------------|
| Kleinrath | Lisbeth |
| Kriken | Eirik Grimstad |
| Kriken | Sunniva Aam |
| Kristoffersen | Jazmine |
| Larsen-Myklebust | Ingrid |
| Lillefosse | Martin |
| Lossius | Jørgen Angelsen |
| Lundberg | Mads Melle |
| Lundberg | Signe Melle |
| Lundquist | Benjamin |
| Melle | Adrian |
| Merheb | Elea Digernes |
| Mucaj | Aleksander Aambakk |
| Myklebust | Andreas Oliver |
| Myklebust | Elisabeth |
| Nascimento-Wik | Fabricio |
| Nilsen | Emil |
| Nupen | Johanne |
| Nupen | Thor Erling |
| Osdal | Chanell Leite (AIL) |
| Ottestad | Anny |
| Romestrand | Tind Gabriel |
| Sande-Aarseth | William |
| Saure | Hedda Bjørdalsbakke |
| Saure | Kaisa Bjørdalsbakke |
| Saure | Magnus Otterlei |
| Skare | Christian Blazevic |
| Skjerdal | Mathias (AIL) |
| Skjerdal | Simon (AIL) |
| Skotte | Håkon Jarl |
| Skotte | Lea Johanne A. |
| Solvang | Mia |
| Solvang | Ylva |
| Stavset | Christopher |
| Stavset | Sophia |
| Steinnes | Matilde Hagen |
| Straume | Elida Mjelva |
| Strøm | Ingrid Brattli |
| Strøm | Oline Brattli |
| Sundalskleiv | Ulrik Takseth |
| Sætre | Heidi |
| Tesfay | Dina Ellen Mikael |
| Tesfay | Natan Mikael |
| Thomsen | Alfred Keilen |
| Tiller | Oda |
| Tofteland | Lotta Flatjord |
| Tofteland | Peter Flatjord |
| Torkildsen | Teodor Roksvåg |
| Tvergrov | Dennis Hellebust |
| Tvergrov | Håkon Steinnes |

| | |
|--------------|------------------------|
| Tønnesen | Anna |
| Utne | Signy Rotevatn |
| Vadstein | Simon Olai Vinsrygg |
| Vartdal | Signe Rebbestad |
| Vatne | Andreas Holsæker |
| Vestgarden | Lars Øglænd |
| Vestgarden | Live Øglænd |
| Vestgarden | Ulrik Øglænd |
| Weldegabriel | Nathan (Eli Birkeland) |
| Øie | Agnes |
| Øie | Anton |
| Øie-Deglum | Hedda |
| Øie-Deglum | Henrik |
| Øye | Dina Flem |
| Øyehaug | Amandus Forberg |
| Øyehaug | Ragne |
| Åmås | Mali Eidså |
| Årdal | Kristian Aarflot |
| Årdal | Margrethe Aarflot |
| Aarset | Rebecca Grimstad |
| Aarseth | Samuel Grimstad |
| Aarskog | Sofia Maria |
| Aarskog | Victoria Nupen |

Stor takk til sponsorane våre!



kiropraktornilsen
kiropraktikk og ultralyddiagnostikk

Toyota Sunnmøre



Takk for trykking av heftet:

