

Norges Fri-idrettsforbund / Norwegian Athletics Federation

Alle tiders beste utendørs / All Time Best Outdoor

Kvinner - 400m hekk / Women - 400m hurdles

pr. 31.12.2010 (oppdatert / updated 25.02.2011)

400m hekk / hurdles 76.2 cm kvinner 35-39 år / Women 35-39 years - 76.00/75.9

| | | | | | |
|-------|-----|---------------------------------|------|----------------|------------|
| 60.87 | (2) | Sissel Norum, Steinkjer FIK | (59) | Sundsvall, SWE | 24.07.1994 |
| 62.08 | (2) | Sigrun Østreng, Fri-Kameratene | (44) | Oslo/Bi | 21.07.1982 |
| 67.40 | (1) | Oddbjørg Haakensveen, Veldre IL | (45) | Byrkjelo | 24.07.1982 |
| 72.30 | (1) | Synnøve Helstad, Veldre IL | (50) | Mo i Rana | 21.07.1985 |

Manuelle tider / Handtiming:

| | | | | | |
|------|-----|--------------------------------------|------|-------------|------------|
| 66.9 | (1) | Oddbjørg Haakensveen, Veldre IL | (45) | Lillehammer | 21.08.1983 |
| 67.5 | (3) | Inger Bækken Kulstad, Steinkjer I&FK | (48) | Steinkjer | 13.09.1986 |
| 70.8 | (6) | Synnøve Helstad, Veldre IL | (50) | Romedal | 05.07.1985 |
| 73.4 | (1) | Reidun Rushfeldt, Vadsø TF | (45) | Vadsø | 25.08.1982 |
| 75.6 | | Grethe Maren Myklestad, Sogndal IL | (42) | | .1979 |

400m hekk / hurdles 76.2 cm kvinner 40-44 år / Women 40-44 years - 80.00/79.9

| | | | | | |
|-------|-------|---------------------------------------|------|---------------|------------|
| 66.16 | (1) | Inger Bækken Kulstad, Steinkjer FIK | (48) | Eugene, USA | 03.08.1989 |
| 66.86 | (2) | Jorunn Sundal, Florø T&IF | (47) | Budapest, HUN | 01.07.1990 |
| 68.52 | (2) | Oddbjørg Haakensveen, Veldre IL | (45) | Larvik/Lo | 01.07.1989 |
| 69.64 | (1) | Anny Undheim, IL Framsteg | (56) | Kristiansand | 22.07.1998 |
| 70.39 | (1)KS | Toril Lauritsen Nyborg, Steinkjer FIK | (67) | Steinkjer | 13.06.2009 |
| 76.01 | (1) | Ingvild Lein, Frosta IL | (52) | Overhalla | 08.08.1993 |
| 77.50 | (2) | Emma Grønmo, Sømna IL | (44) | Mo i Rana | 21.07.1985 |

Manuelle tider / Handtiming:

| | | | | | |
|------|-----|------------------------------------|------|--------------|------------|
| 76.1 | | Emma Grønmo, Sømna IL | (44) | Mo i Rana | 30.06.1985 |
| 77.0 | (2) | Ragnhild Skei Andersen, Moss IL | (44) | Trondheim/Le | 31.07.1988 |
| 78.7 | (2) | Grethe Maren Myklestad, Sogndal IL | (42) | Fana | 29.07.1984 |

400m hekk / hurdles 76.2 cm kvinner 45-49 år / Women 45-49 years - 84.00/83.9

| | | | | | |
|-------|-----|-------------------------------------|------|---------------|------------|
| 67.42 | (1) | Jorunn Sundal, Florø T&IF | (47) | Kristiansand | 27.06.1992 |
| 70.42 | (1) | Oddbjørg Haakensveen, Veldre IL | (45) | Glostrup, SWE | 29.06.1991 |
| 74.58 | (2) | Elise Marie Wåle, Larvik FIK | (42) | Budapest, HUN | 30.06.1990 |
| 75.94 | | Inger Bækken Kulstad, Steinkjer FIK | (48) | Wasa, FIN | 22.08.1993 |

Manuelle tider / Handtiming:

| | | | | | |
|------|-----|---------------------------------|------|--------------|------------|
| 69.6 | (1) | Oddbjørg Haakensveen, Veldre IL | (45) | Kristiansand | 12.08.1990 |
| 70.1 | (1) | Anny Undheim, IL Framsteg | (56) | Kristiansand | 10.08.2002 |