

Norge / Norway: 2004 - Utendørs / Outdoor**Kvinner / Women 45-49 år / years**

pr. 31.12.2004 (oppdatert / updated 07.01.2010)

60m (K45-49)

Manuelle tider / Handtiming:

9.7	+1,7	(1)	Mona Norheim, IF Klypetussen	(59)	Etne	01.06.2004
-----	------	-----	------------------------------	------	------	------------

100m (K45-49)

14.33	-1,5	(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Kristiansand	27.06.2004
15.59		(1)	Anne Marie Skjellaug, Gjøvik FIK	(56)	Drammen	27.08.2004
15.74	+0,3	(1)	Anne Marie Fagerstrøm, Florø T&IF	(55)	Førde	05.09.2004
15.83	-0,1	(2)	Nina Hansteen, Royal SK	(58)	Oslo/La	23.09.2004
16.09	+0,9	(1)	Åse Brødholt, Moss IL	(57)	Askim	25.09.2004

Utenfor NFIF / Club outside NAA:

15.74		(2)	Brit Eli Moi, PIL Kristiansand	(57)	Drammen	27.08.2004
-------	--	-----	--------------------------------	------	---------	------------

Medvind / Wind-assisted:

13.86	+2,7	(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Kristiansand	15.05.2004
15.26	+2,5	(1)	Wenche Haslie, FIK Orion	(55)	Åkrestørrammen	05.06.2004

Manuelle tider / Handtiming:

13.8		(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Vågsbygd	30.05.2004
14.9		(1)	Synøve Brox, IF Eiker-Kvik	(59)	Høksund	23.09.2004
15.7		(1)	Anne Edith Corneliusen, Nittedal IL	(57)	Nittedal	11.09.2004
16.6	-0,4	(1)	Mona Norheim, IF Klypetussen	(59)	Etne	14.09.2004

200m (K45-49)

27.77	+1,7	(6)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Århus, DEN	30.07.2004
-------	------	-----	---------------------------	------	------------	------------

Medvind / Wind-assisted:

27.63	+2,2	(2)h2	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Århus, DEN	29.07.2004
-------	------	-------	---------------------------	------	------------	------------

400m (K45-49)

60.36		(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Århus, DEN	28.07.2004
63.95		(2)	Inger Lise Fængsrud, Royal SK	(55)	Kristiansand	25.06.2004
82.14		(1)	Anne Marie Fagerstrøm, Florø T&IF	(55)	Førde	05.09.2004

800m (K45-49)

2:24.82		(1)	Inger Lise Fængsrud, Royal SK	(55)	Kristiansand	26.06.2004
2:29.39		(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Søgne	04.09.2004
2:34.26		(2)	Åse Brødholt, Moss IL	(57)	Kristiansand	26.06.2004
2:37.8		(1)	Anne Nyland, Veldre IL	(58)	Brumunddal	27.05.2004

1500m (K45-49)

4:59.76		(4)	Inger Lise Fængsrud, Royal SK	(55)	Århus, DEN	26.07.2004
5:10.49		(1)	Åse Brødholt, Moss IL	(57)	Lisleby	15.05.2004
5:28.92		(3)	Bente Rosvold Midtun, Østerøy IL	(58)	Fana	16.06.2004
5:31.6			Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Søgne	24.09.2004
5:53.5		(1)	Ann-Torill Garli, Ullensaker/Kisa IL	(57)	Jessheim	10.06.2004
6:19.1		(1)	Sigrid Stene, Byåsen IL	(56)	Stjørdal	18.08.2004
6:43.9		(3)	Lisbeth Selnes Jensen, Byåsen IL	(57)	Stjørdal	18.08.2004
6:55.0		(2)	Marit I. Skolt Skafle, Ullensaker/Kisa IL	(56)	Jessheim	10.06.2004

Utenfor NFIF / Club outside NAA:

6:40.5		(2)	Laila Grandalmo, Stjørdal 3D	(55)	Stjørdal	18.08.2004
6:55.7		(3)	Laila Brigitte Alnes, Lørenskog Kommune BIL	(56)	Jessheim	10.06.2004

3000m (K45-49)

10:48.15		(1)	Åse Brødholt, Moss IL	(57)	Askim	04.09.2004
10:54.48		(6)	Anna Magrethe Tråve, SK Vidar	(55)	Oslo/La	08.07.2004
11:34.90		(1)	Bente Rosvold Midtun, Østerøy IL	(58)	Haukås	03.06.2004
11:59.7		(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Vågsbygd	12.09.2004
13:50.1		(1)	Sigrid Stene, Byåsen IL	(56)	Stjørdal	16.06.2004
13:58.6		(2)	Lisbeth Selnes Jensen, Byåsen IL	(57)	Stjørdal	16.06.2004

Mangelfull tidtagning / Not exact timing:

14:17			Astri Marie Moland Blegeberg, Innstrandens IL	(57)	Bodø	05.05.2004
-------	--	--	---	------	------	------------

Norge / Norway: 2004 - Utendørs / Outdoor

Utenfor NFIF / Club outside NAA:				
14:04.7	(3)	Laila Grandalmo, Stjørdal 3D	(55)	Stjørdal 16.06.2004
5000m (K45-49)				
18:16.47	(4)	Anna Magrethe Tråve, SK Vidar	(55)	Århus, DEN 28.07.2004
10000m (K45-49)				
38:20.05	(2)	Anna Magrethe Tråve, SK Vidar	(55)	Århus, DEN 23.07.2004
80m hekk / hurdles 76.2 cm (K45-49)				
12.87	+0,1 (2)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Århus, DEN 30.07.2004
Høyde / High Jump (K45-49)				
1.54	(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Kristiansand 26.06.2004
1.34	(2)	Anne Marie Skjellaug, Gjøvik FIK	(56)	Kristiansand 26.06.2004
Lengde / Long Jump (K45-49)				
5.30	+1,1 (1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Århus, DEN 25.07.2004
4.19	+1,2 (2)	Anne Marie Skjellaug, Gjøvik FIK	(56)	Kristiansand 25.06.2004
3.78	+0,5 (1)	Åse Brødholt, Moss IL	(57)	Askim 25.09.2004
3.29		Ragnhild Kristine Solli, Sømna IL	(59)	Vik i Helgeland 23.09.2004
Tresteg / Triple Jump (K45-49)				
10.37	+1,1 (4)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Århus, DEN 31.07.2004
Kule / Shot Put 4.0 kg (K45-49)				
10.37	(6)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Rønne, DEN 23.05.2004
9.00	(1)	Anne Marie Skjellaug, Gjøvik FIK	(56)	Kristiansand 26.06.2004
8.80		Janice Terjesen Flaathe, Lillesand IL	(59)	Eydehavn 03.08.2004
8.76	(1)	Mette Karin Ninive, FIK Orion	(59)	Romedal 22.09.2004
7.43	(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Vågsbygd 30.05.2004
7.29		Ragnhild Kristine Solli, Sømna IL	(59)	Vik i Helgeland 23.09.2004
6.70	(3)	Anne Edith Corneliussen, Nittedal IL	(57)	Nittedal 11.09.2004
6.64	(1)	Mona Norheim, IF Klypetussen	(59)	Etrne 14.09.2004
6.53	(1)	Åse Brødholt, Moss IL	(57)	Askim 25.09.2004
Utenfor NFIF / Club outside NAA:				
6.57	(2)	Ruth Solveig Terjesen, PIL Kristiansand	(57)	Drammen 28.08.2004
Diskos / Discus Throw 1.0 kg (K45-49)				
38.63	(2)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Østerbro, DEN 08.05.2004
32.18	(1)	Live Båsen Eriksen, Modum FIK	(58)	Geithus 10.06.2004
31.75		Janice Terjesen Flaathe, Lillesand IL	(59)	Eydehavn 03.08.2004
27.91	(2)	Anne-Britt Norø, Bodø FIK	(55)	Bodø 04.07.2004
22.39	(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Vågsbygd 12.09.2004
18.28	(2)	Anne Marie Skjellaug, Gjøvik FIK	(56)	Drammen 27.08.2004
17.84	(1)	Grete Karin Berg, IL Høleværingen	(59)	Hønefoss 08.09.2004
16.39	(1)	Siri Bjelland Jensen, FIK BFG Fana	(58)	Spikkestad 07.06.2004
Utenfor NFIF / Club outside NAA:				
21.74	(1)	Ruth Solveig Terjesen, PIL Kristiansand	(57)	Drammen 27.08.2004
Slegge / Hammer Throw 4.0 kg (K45-49)				
33.52	(1)	Janice Terjesen Flaathe, Lillesand IL	(59)	Øyestad 05.06.2004
29.32	(1)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Hvidovre, DEN 21.08.2004
28.75	(4)	Live Båsen Eriksen, Modum FIK	(58)	Geithus 03.09.2004
20.85	(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Vågsbygd 12.09.2004
Ubekreftet / Not confirmed:				
29.54		Live Båsen Eriksen, Modum FIK	(58)	Geithus 03.09.2004
Spyd / Javelin Throw 600 g (K45-49)				
27.85	(1)	Janice Terjesen Flaathe, Lillesand IL	(59)	Kristiansand 25.06.2004
27.63	(1)	Anne-Britt Norø, Bodø FIK	(55)	Bodø 03.07.2004
24.60		Anne Marie Skjellaug, Gjøvik FIK	(56)	Gjøvik 20.05.2004
24.29	(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Vågsbygd 30.05.2004
20.63	(1)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Hillerød, DEN 05.06.2004
15.63	(2)	Anne Edith Corneliussen, Nittedal IL	(57)	Nittedal 11.09.2004
15.19	(1)	Grete Karin Berg, IL Høleværingen	(59)	Hønefoss 08.09.2004
14.30	(1)	Åse Brødholt, Moss IL	(57)	Askim 25.09.2004
Utenfor NFIF / Club outside NAA:				
18.50	(2)	Ruth Solveig Terjesen, PIL Kristiansand	(57)	Drammen 28.08.2004

Vekt / Weight Throw 9.08 kg (K45-49)

10.61	(1)	Janice Terjesen Flaathe, Lillesand IL	(59)	Vågsbygd	28.07.2004
10.50	()	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Greve, DEN	19.09.2004
8.75	(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Vågsbygd	12.09.2004

Kast-5-kamp / Weight Pentathlon (K45-49)

3422	(1)	Janice Terjesen Flaathe, Lillesand IL (32.12-8.27-30.62-25.87-9.86)	(59)	Heggedal/Gj	21.08.2004
------	-----	--	------	-------------	------------