

Norges Fri-idrettsforbund / Norwegian Athletics Federation**Alle tiders beste utendørs / All Time Best Outdoor****Kvinner - Kule / Women - Shot Put**

pr. 31.12.2010 (oppdatert / updated 01.03.2011)

Kule / Shot Put 4.0 kg kvinner 35-39 år / Women 35-39 years - 8.50

13.20	(1)	Katarina Sederholm Hoff, Stjørdal FIK	(68)	Stjørdal	05.06.2004
12.56	(1)	Else Opsahl, Ullensaker/Kisa IL	(32)	Ottestad	06.10.1968
12.42	(2)	Inger Elisabeth Holter Holmrunn, Oslo Politis IL	(49)	Århus, DEN	10.08.1988
12.35	(1)	Astrid Sjultangen, Kragerø IF	(40)	Froland	20.06.1976
11.93	(m)	Mette Bergmann, SK Vidar	(62)	Oslo/So	24.07.1999
11.86	(2)	Emma Grønmo, Sømna IL	(44)	Sandnessjøen	29.08.1982
11.44	(1)	Ingunn Hoset, Innstrandens IL	(67)	Bodø	24.08.2002
11.42	(1)	Anne Britt Holm, Lørenskog FIL	(53)	Strømmen	11.05.1988
11.40	(2)	Grete Norbye, IL Tyrving	(67)	Nadderud	11.06.2004
10.98	(2)	Anne Sophie Hunstad, Nidelv IL	(54)	Trondheim/Le	31.08.1989
(10)					
10.98	(2)	Anne Stunes Isene, IF Sturla	(70)	Asker	02.06.2007
10.82	(1)	Aud (Skinstad) Sandmo, Frøyland IL	(57)	Undheim	12.06.1996
10.74	(1)	Helga Reigstad, Osterøy IL	(72)	Hatland	08.09.2007
10.59	(1)	Heidi Engblom, Lillehammer IF	(66)	Lillehammer	03.05.2005
10.57	(1)KS	Hanne Waksvik Hustad, Måndalen IL	(75)	Ulsteinvik	19.09.2010
10.53	(1)	Grete Bjørdalsbakke Mo, Ørsta IL	(60)	Ørsta	09.09.1999
10.47	(1)	Anne Marie Skjellaug, Gjøvik FIK	(56)	Raufoss	14.06.1992
10.39	(1)	Anne-Brit Norø, Brønnøysund IL	(55)	Bodø	27.06.1992
10.25	(1)	Wenche Hellenes Granerud, Larvik T&IF	(58)	Larvik/Lo	14.09.1994
10.23	(1)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Bjørkelangen	08.08.1992
(20)					
10.19	(m)	Mariann Sandsund, Steinkjer FIK	(64)	Brisbane, AUS	04.07.2001
10.18	(1)	Gjertrud Sørnes, Odda IL	(36)	Odda	13.08.1973
10.05	(1)	Elisabeth Wormsen Dubowski, SK Snøgg	(55)	Notodden	16.07.1990
10.05	(1)	Heidi Benserud, FIK BFG Fana	(58)	Fana	26.09.1997
10.00	(1)	Rita Rosseland Johansen, Lye IL	(71)	Bryne	08.10.2006
9.94	(1)	Torill Time Eimind, IL Sørkjell	(59)	Vanse	15.08.1998
9.92	(1)	Grete Rivenes, Gjøvik FIK	(48)	Bismo	26.07.1987
9.92	(1)	Tone Næss, Modum FIK	(56)	Geithus	25.09.1995
9.91	(1)	Lene Bergstrøm Stenersrød, Halden IL	(65)	Lisleby	14.09.2003
9.86	(1)	Unn Boldermo, Korgen IL	(49)	Mo i Rana	20.07.1985
(30)					
9.86	(1)	Bente Liland, FIK BFG Fana	(62)	Fana	25.09.1997
9.85		Liv Ingrid Grov, Stord T&IL	(44)	Leirvik	29.08.1980
9.78		Inger Bækken Kulstad, Steinkjer I&FK	(48)	Overhalla	22.07.1984
9.76		Reidun Rushfeldt, Vadsø TF	(45)	Vadsø	10.06.1983
9.76	(1)	Ruth Vedå, Vossaalliansen	(66)	Voss	06.06.2001
9.69		Julie Stuberg, Oslo Politis IL	(47)	Moss	20.08.1985
9.68		Marit Bakken, IF Eiker-Kvikk	(62)	Hokksund	17.09.1998
9.68	(1)KS	Hege Bråthen Hultengreen, Sarpsborg IL	(73)	Halden	04.08.2009
9.66		May Britt Knygh Brekk, Sømna IL	(51)	Vik i Helgeland	13.09.1986
9.66		Sissel Norum, Steinkjer FIK	(59)	Beitstad	13.06.1995
(40)					
9.65		Inger Blikra, Rana FIK	(61)	Mo i Rana	24.09.1996
9.64	(2)	Inger Fjellestad Hjelmeseth, Fjellhug/Vereide IL	(41)	Sandane	26.06.1976
9.60	(1)	Steffi Koht Krogh, Kongsvinger IL	(38)	Kolbotn	11.09.1976
9.57	(1)	Marianne Engebø, Førde IL	(70)	Byrkjelo	15.05.2008
9.56	(1)	Randi Rufsvoll, Mo IL	(36)	Mo i Rana	10.06.1972
9.55		Grethe Maren Myklestad, Sogndal IL	(42)		.1979
9.51	(1)	Anne Britt Særslund, Os TF	(51)	Os	22.09.1988
9.49		Oddrun Baar, IL Fram, Skatval	(43)	Skogn	05.08.1979
9.49		Rigmor Skyliholdt, Vestre Spone IF	(50)	Vestre Spone	15.09.1988
9.49	(1)	Anneli Salte Henriksen, Gjesdal IL	(66)	Gjøvik	27.08.2005
(50)					
9.45	(2)	Grete Leira, Aksla IL	(52)	Ålesund	08.08.1987
9.45	(1)	Gry Fuglestveit Bløchlinger, Snøgg Friidrett	(68)	Porsgrunn	06.09.2006
9.45		Tove Hustad, Inderøy IL	(69)	Inderøy	13.09.2008
9.43		Live Båsen Eriksen, Modum FIK	(58)	Geithus	13.09.1994
9.41		Marit Holien, Namdalseid IL	(44)	Namdalseid	14.09.1980
9.41		Merete Bjørnbak, Korgen IL	(65)	Mo i Rana	24.06.2000
9.40	(1)	Anne Flobak, FIL Borg	(67)	Lisleby	22.09.2002
9.37		May T. Johansen, Romedal IL	(53)	Fredrikstad	02.09.1989
9.36	(1)	Maria Thelle, Urædd Friidrett	(69)	Geithus	01.07.2006
9.31	(1)	Agnete Stensland Ryeng, IL i BUL, Tromsø	(72)	Tromsø	08.09.2007
(60)					

Norge / Norway: Alle tiders beste utendørs / All Time Best Outdoor

9.27	(2)	Gro Berger (Lappegård), Oslo Politis IL	(69)	Oslo/Bi	21.06.2006
9.26	(1)	Marianne Føleide, Florø TIF	(66)	Florø	09.10.2002
9.24		Marianne Sakariassen, Lyngdal IL	(53)	Lyngdal	07.06.1989
9.20		Inger Ramberg (Røthe), Sparbu IL	(49)	Sparbu	09.06.1984
9.20	(1)	Anne Line (Evenrud) Gausdal, Ørsta IL	(65)	Ørsta	14.10.2003
9.19		Marit Kleppe, Indre Breim IL	(42)		.1981
9.18	(2)	Jorunn Rønningen, Skogn IL	(32)	Skogn	04.10.1970
9.18		Björg Dornbestein Lofnes, Leirgulen IL	(47)		.1985
9.18	(m)	Elin Svennevik, Siggerud IL	(60)	Plassen	22.08.1998
9.16	(4)	Randi Før, Os IL	(48)	Oslo/Bi	09.08.1986
(70)					
9.15	(1)	Kristine Rogstad, Ås IL	(69)	Ås	25.06.2008
9.13	(1)	Beate Solli Nilsen, Sømna IL	(68)	Vik i Helgeland	21.06.2006
9.12		Janice Terjesen Flaath, Lillesand IF	(59)	Heggedal	30.08.1998
9.12	(1)	Gunnhild Nordhus Schei, Jøa IL	(72)	Jøa	16.06.2007
9.11	(1)	Martha Johanne Berg, Sortland IL	(11)	Stokmarknes	28.08.1949
9.02		Berit Kløvfjell, Vennesla IL	(44)	Vennesla	06.08.1980
9.00		Marianne Grødem, Frøyland IL	(64)	Frøyland	30.09.1999
8.94		Toril Våg, Snåsa IL	(59)	Inderøy	10.09.1994
8.90	(1)KS	Borghild Hjelmset, Sigdal FIK	(73)	Prestfoss	10.09.2009
8.88		Hild Formo, Grong IL	(52)	Grong	29.08.1989
(80)					
8.86		Kari Anne Jensen, Rana FIK	(69)	Mo i Rana	27.07.2004
8.82		Inger Austbø, Hasle/Løren IL	(47)		.1983
8.81	(3)	Randi Nymoen, IK Tjalve	(68)	Oslo/Bi	21.06.2006
8.80	(2)	Ragnhild Hagen, Bolstadøyri TL	(47)	Mo i Rana	20.07.1985
8.75	(1)	Vivian Tverranger, FIL AKS-77	(65)	Knarvik	18.10.2001
8.74		Marit Løvhaug, Bossmo & Ytteren IL	(63)	Mo i Rana	02.06.1998
8.71	(2)	Marry (Larsen) Jenssen, IF Rollo	(09)	Oslo/Jo	09.08.1946
8.68		Anne Merethe Moe Dahlen, Stovnerkameratene	(66)	Oslo/St	15.08.2001
8.67	(1)	Eva Jung Kolstad, FIL AKS-77	(48)	Fana	26.06.1986
8.64		Anne Berit Skoghus, Ski IL	(44)	Ski	29.06.1981
(90)					
8.63		Inger J. Bue Bartnes, Sparbu IL	(46)	Sparbu	09.06.1984
8.56		Åse Ulset, Tingvoll FIK	(67)	Straumsnes	12.06.2003
8.51	(1)	Monica Penne Norheim, Bryne FIK	(71)	Bryne	23.08.2007
8.51	(2)KS	Wibekke Salvanes, Åkra IL	(71)	Haugesund	14.07.2010

Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:

9.05	(1)	Anja Kinck, IL Skarphedin (RUS)	(73)	Oslo/St	16.06.2008
9.03	(1)	Christina Johnsson, Bremnes IL (SWE)	(65)	Bremnes	21.06.2001
8.70		Elke Udelhoven, Søgne IL (GER)	(68)	Arendal	24.08.2003

Kule / Shot Put 4.0 kg kvinner 40-44 år / Women 40-44 years - 8.00

12.00	(1)	Inger Elisabeth Holter Holmgrunn, Oslo Politis IL	(49)	Roa	04.06.1990
11.17	(1)	Grete Bjørdalsbakke Mo, Ørsta IL	(60)	Lillehammer	29.06.2002
10.99	(1)	Emma Grønmo, Sømna IL	(44)	Brønnøysund	14.06.1986
10.98	(1)	Jorunn Tangen Hole, IL ROS	(61)	Geithus	30.08.2001
10.94	(1)	Jorunn Tvedt, Elverum IL	(39)	Lillehammer	20.08.1983
10.66	(1)	Grete Norbye, IL Tyrving	(67)	Asker	30.09.2007
10.65	(1)	Heidi Benserud, FIK BFG Fana	(58)	Fana	24.06.1998
10.46	(3)	Tone Næss, Modum FIK	(56)	Geithus	20.08.1996
10.33	(1)	Grete Bjørdalsbakke Mo, Ørsta IL	(60)	Ørsta	12.09.2000
10.32	(1)	Inger Gullvik, Sortland IL	(41)	Steinkjer	26.07.1981
(10)					
10.20	(2)KS	Anne Stunes Isene, IF Sturla	(70)	Lillehammer	19.06.2010
10.19	(2)	Inger Fjellestad Hjelmseth, Fjellhug/Vereide IL	(41)	Byrkjelo	05.09.1981
10.17	(1)	Karin Megård, Veldre IL	(39)	Brumunddal	27.08.1983
10.17	(1)	Grete Rivenes, Gjøvik FIK	(48)	Lillehammer	22.08.1989
10.10		Turid Sannes, Larvik FIK	(43)	Oslo/La	11.06.1985
10.02	(1)	Inger Ramberg Røthe, Sparbu IL	(49)	Sparbu	30.05.1991
10.00	(3)	Astrid Willersrud, Ullensaker/Kisa IL	(42)	Årnes	07.08.1985
9.93	(1)	Aud (Skinstad) Sandmo, Frøyland IL	(57)	Frøyland	28.09.1998
9.92	(1)	Anne Marie Skjellaug, Gjøvik FIK	(56)	Lillehammer	31.05.1996
9.87	(1)	Anne Line (Evenrud) Gausdal, Ørsta IL	(65)	Ravnanger	16.06.2007
(20)					
9.79	(1)	Inger Blikra, Rana FIK	(61)	Mo i Rana	20.08.2002
9.70	(2)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Asker	10.09.2000
9.69		Oddrun Baar, IL Fram, Skatval	(43)	Flora	29.07.1984
9.63	(1)	Mette Erika Harviken, FIK Orion	(62)	Moss	18.09.2002
9.61	(1)	Anneli Salte Henriksen, Gjesdal IL	(66)	Trondheim/St	26.08.2006
9.56	(1)	Margit Aaby Flatin, Sigdal FIK	(60)	Geithus	06.10.2003
9.51		Inger Bækken Kulstad, Steinkjer FIK	(48)	Steinkjer	22.09.1992
9.49	(13)	Randi Før, Os IL	(48)	Budapest, HUN	01.07.1990
9.47		May Britt Knygh Brekk, Sømna IL	(51)	Vik i Helgeland	13.06.1991
9.44		Jannicke Popelka, IL Molde-Olymp	(54)	Meisingset	12.08.1995
(30)					

Norge / Norway: Alle tiders beste utendørs / All Time Best Outdoor

9.43		Reidun Rushfeldt, Vadsø TF	(45)	Vadsø	22.08.1985
9.42	(1)	Bjørge Storhaug, Klepp IL	(62)	Klepp	02.09.2004
9.32	(1)	Janice Terjesen Flaathe, Lillesand IL	(59)	Lillesand	30.08.2001
9.29		Oddrun Hokland, Kvæfjord IL	(42)		.1982
9.23	(1)	Tove Hustad, Inderøy IL	(69)	Inderøy	12.09.2009
9.20	(1)	Margrethe Heir, IF Torodd	(70)	Florø	14.08.2010
9.19		Bjørge Dombestein Lofnes, Leirgulen IL	(47)	Hornindal	23.06.1991
9.19	(2)	Monica Woll Sigvaldsen, Ask Friidrett	(63)	Ravnanger	16.06.2007
9.17		Marit Holien, Namdalseid IL	(44)	Flora	29.07.1984
9.14	(2)	Marianne Engebø, Førde IL	(70)	Florø	14.08.2010
		(40)			
9.13		Ragnhild Skei Andersen, Moss IL	(44)	Moss	28.08.1988
9.11	(3)	Else Laksnes, Namsen FIF	(53)	Overhalla	07.08.1993
9.10	(2)	Ingeborg Marit Berg, Singsås IL	(58)	Trondheim/Da	24.08.2002
9.06	(1)	Anne Flobak, FIL Borg	(67)	Sarpsborg	15.07.2010
9.03	(1)	Anita Bolstad Raa, FIK BFG Fana	(66)	Strandebarm	03.07.2010
8.99	(3)KS	Gro Berger Lappegård, Oslo Politis IL	(69)	Kristiansand	01.09.2010
8.97		Solveig Berg, Jølster IL	(64)	Byrkjelo	02.10.2005
8.96		Kari Kamstrup Hovind, Ullensaker/Kisa IL	(56)	Jessheim	25.06.1996
8.96	(1)	Mariann Sandsund, Steinkjer FIK	(64)	Geithus	01.07.2006
8.95	(1)KS	Randi Nymoen, Strømmen IF	(68)	Lillestrøm	12.09.2009
		(50)			
8.94		Greta Skjevik, Frosta IL	(48)	Inderøy	25.06.1988
8.90	(1)	Britt Eva Fauskanger Brurås, IL Norna-Salhus	(65)	Fana	18.07.2007
8.89		Mary-Ann Svindal Snorheimsmoen, Oslo Politis IL	(59)	Oslo/Bi	14.09.2001
8.89	(1)	Lene Bergstrøm Stenersrød, Halden IL	(65)	Halden	11.10.2008
8.86		Rigmor Skyliholdt, Vestre Spone IF	(50)	Vestre Spone	26.09.1991
8.81		Ruth Hanseid, Tjølling IF	(40)	Tjølling	30.08.1984
8.77		Astrid Askvik, Ask IL	(38)	Ask	.1982
8.74		Grethe Maren Myklestad, Sogndal IL	(42)		.1986
8.74		May T. Johansen, Romedal IL	(53)	Oslo/Bi	02.09.1995
8.73		Signe Selvik, IL Tyrving	(30)	Sandvika	17.08.1970
		(60)			
8.72	(1)KS	Marie Louise Mørkved Scoular, Skogn IL	(68)	Levanger	26.06.2010
8.69	(1)	Anne Merethe Moe Dahlen, Stovnerkameratene	(66)	Moss	22.08.2009
8.68		Marianne Landaas, Tvedestrand T&IF	(57)		.1998
8.68		Live Båsen Eriksen, Modum FIK	(58)	Geithus	26.09.2002
8.64	(1)	Randi Rufsvoll, Mo IL	(36)	Spikkestad	20.08.1978
8.64		Grethe Bolstad, Bolstadøyri TL	(35)		.1979
8.62		Aud Sæten, Loen IL	(40)	Sandane	27.07.1980
8.60	(1)	Randi Holien Bartnes, Beitstad IL	(68)	Stjørdal	12.06.2010
8.59		Grete Kristiansen, IL Sørfjell	(58)	Øyestad	28.05.1998
8.59	(2)	Anne Grete Kristiansen, Oslo IL	(65)	Trondheim/St	26.08.2006
		(70)			
8.53		Eva Nilsen, IL Fenring	(37)	Ask	.1981
8.53		Britt Kvifte, Tvedestrand T&IF	(64)	Tvedestrand	21.08.2004
8.53	(3)	Anne Beate Langhelle, IL Fri	(64)	Ravnanger	16.06.2007
8.51	(1)	Vigdis Eriksen, IL Fenring	(57)	Knarvik	15.06.1997
8.45		Kari Ridder Nilsen, Larvik FIK	(46)	Larvik/Fr	27.06.1988
8.40	(4)	Ragnhild Sørum Hals, IL Tyrving	(34)	Sofiemyr	11.09.1976
8.39	(m)	Elin Svennevik, Siggerud IL	(60)	Moss	12.09.2003
8.35	(1)	Ingunn Gatland Jacobsen, IL Fri	(67)	Bergen/Sk	05.06.2007
8.33		Britt Fredheim Øia Hantveit, IF Eiker-Kvikk	(54)	Hokksund	16.09.1997
8.32	(1)KS	Beate Solli Nilsen, Sørnma IL	(68)	Vik i Helgeland	30.09.2010
		(80)			
8.30		Frøydys Larsplass, Høybråten & Stovner IL	(41)	Oslo/St	.08.1981
8.30	(1)	Eldbjørg Øen, Tertnes IL	(46)	Åstveit	15.06.1987
8.28	(2)	Hedvig Larsson, Strømmen IF	(05)	Lillestrøm	23.06.1946
8.28		Hild Forma, Grong IL	(52)	Grong	08.09.1994
8.28		Anne Jorun Bakken Erichsen, IF Eiker-Kvikk	(60)	Hokksund	21.09.2000
8.27	(1)	Anne Berit Askeland Drønen, Austevoll IK	(68)	Storebø	01.06.2009
8.26	(1)	Bodil Bache, IL Tyrving	(62)	Nadderud	09.10.2005
8.20	(2)	Gerd Norli, Veldre IL	(54)	Leirvik	06.08.1994
8.19	(1)	Eva Jung Kolstad, FIL AKS-77	(48)	Haukås	17.09.1989
8.18	(1)	Elsebeth Aa Heggelund, Etne IL	(64)	Etne	14.09.2004
		(90)			
8.18	(1)	Åse Mona Vikten, Jægersvatnet IL	(65)	Sør Lenangen	05.06.2008
8.17	(4)	Grethe Bergland, Solberg SK	(40)	København, DEN	31.07.1983
8.17	(2)	Torhild Våg, Snåsa IL	(59)	Steinkjer	03.07.1999
8.14	(1)	Kari Morka, Brandbu IF	(62)	Brandbu	20.08.2003
8.11	(2)	Berit Sylstad, Nittedal IF	(66)	Nittedal	13.09.2008
8.10		Gjertrud Sørnes, Odda IL	(36)		.1980
8.08		Svanhild Holtvedt, Holmsbu IF	(42)	Spikkestad	03.07.1983
8.08		Synnøve Helstad, Veldre IL	(50)	Brumunddal	01.09.1991
8.04		Julie Stuberg, Oslo Politis IL	(47)	Edmonton, CAN	03.08.1990
8.04	(1)	May Brith Rolfsvåg Karlsen, IL Gular	(56)	Ulvik	05.07.1997
		(100)			

8.03		Signe Holten, Surnadal IL	(33)	Surnadal	10.10.1974
8.03		Gunn Ågot Leite, Jøa IL	(67)	Jøa	30.08.2008
8.02	(2)	Rannveig Nordgård, IL Stjørdals-Blink	(37)	Steinkjer	26.07.1981
8.01		Björg Reber, Vennesla IL	(48)	Vennesla	27.09.1988
8.00		Tove Irene Hass Sund, Sømna IL	(50)	Vik i Helgeland	13.09.1990

Kule / Shot Put 4.0 kg kvinner 45-49 år / Women 45-49 years - 7.50

11.34	(1)	Inger Elisabeth Holter Holmrunn, Oslo Politis IL	(49)	Mosjøen	15.06.1994
10.58	(2)	Grete Bjørdalsbakke Mo, Ørsta IL	(60)	Molde	11.06.2005
10.44	(5)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Tårnby, DEN	12.05.2006
10.04	(1)	Jorunn Tvedt, Elverum IL	(39)	Brumunddal	15.09.1984
10.01	(1)	Emma Grønmo, Sømna IL	(44)	Vik i Helgeland	14.09.1989
9.44		Grethe Bolstad, Bolstadøyri TL	(35)	Voss	17.07.1982
9.43	(1)	Anne Marie Skjellaug, Gjøvik FIK	(56)	Gjøvik	19.08.2001
9.36		Margit Aaby Flatin, Sigdal FIK	(60)	Prestfoss	08.09.2005
9.35		Grete Rivenes, Gjøvik FIK	(48)	Jessheim	01.06.1997
9.23	(m)	Janice Terjesen Flaathe, Lillesand IL	(59)	Lyngdal	06.07.2005
		(10)			
9.20	(2)	Inger Ramberg Røthe, Sparbu IL	(49)	Florø	28.06.1997
9.19	(m)	Ragnhild Skei Andersen, Moss IL	(44)	Lund, SWE	28.07.1990
9.19	(m)	Mariann Sandsund, Steinkjer FIK	(64)	Lahti, FIN	28.07.2009
9.18	(2)	Grethe Evjenth, NIH IL	(28)	Kolbotn	11.09.1976
9.10	(1)	Mette Karin Ninive, FIK Orion	(59)	Rena	11.08.2005
9.07		Inger Bækken Kulstad, Steinkjer FIK	(48)	Trondheim/Da	27.08.1994
9.05	(2)	Ann Kristin Granrud Straume, IL Yrjar	(55)	Askim	29.06.2002
9.02		Svanhild Temte, Solberg SK	(34)	Spikkestad	.1981
8.99		Reidun Rushfeldt, Vadsø TF	(45)	Nesseby	13.07.1991
8.99	(1)	Ingeborg Marit Berg, Singsås IL	(58)	Støren	17.06.2003
		(20)			
8.96	(m)	Britt Eva Fauskanger Brurås, IL Norna-Salhus	(65)	Heggedal/Ka	28.08.2010
8.93		Britt Fredheim Øia Hantveit, IF Eiker-Kvikk	(54)	Hokksund	16.09.1999
8.88	(1)	Johanne Venås, Frol IL	(30)	Ski	04.09.1977
8.84	(1)	Heidi Benserud, FIK BFG Fana	(58)	Fana	27.09.2006
8.73		Berit Røger, Holmen IF	(34)	Spikkestad	18.09.1982
8.72		Elise Marie Wåle, Larvik FIK	(42)	Oslo/La	10.06.1989
8.71		Grethe Maren Myklestad, Sogndal IL	(42)		.1987
8.70	(4)	Bente Liland, FIK BFG Fana	(62)	Fana	03.09.2009
8.60	(1)	Eva Jung Kolstad, FIL AKS-77	(48)	Knarvik	07.09.1996
8.58		Gjertrud Sørnes, Odda IL	(36)	Odda	21.09.1981
8.58		Karin Megård, Veldre IL	(39)	Moelv	13.09.1986
		(30)			
8.56		Unn Boldermo, Korgen IL	(49)	Mo i Rana	15.06.1998
8.52		Astrid Askvik, Ask IL	(38)	Ask	24.09.1983
8.51		Elisabeth Wormsen, SK Snøgg	(55)	Notodden	29.09.2001
8.49	(3)	Aase Myhrer, Strømmen IF	(28)	Sofiemyr	11.09.1976
8.47	(1)	Anne Grete Kristiansen, Oslo IL	(65)	Kristiansand	11.09.2010
8.46		Randi Før, Os IL	(48)	Åkrestrømmen	28.08.1993
8.42	(1)	Björg Dombestein Lofnes, Leirgulen IL	(47)	Bjørkelangen	08.08.1992
8.39		Eva Lisa Jorde, Asker SK	(39)	Oslo/La	25.09.1984
8.35	(m)	Hilde Vehus, Lyngdal IL	(61)	Lyngdal	19.09.2009
8.30		Valdis Hallgrimsdottir, GTI	(62)	Sola	31.10.2007
		(40)			
8.26		Sonja Aaen, Sandnes IL, Finnmark	(32)	Kirkenes	10.08.1977
8.23	(5)	Live Båsen Eriksen, Modum FIK	(58)	Geithus	18.09.2003
8.22		Eva Nilsen, IL Fenring	(37)	Strusshamn	10.06.1982
8.19	(2)	Inger Nilsen, Sem IF	(44)	Bjørkelangen	08.08.1992
8.16		Ragnhild Sørum Hals, IL Tyrving	(34)	Spikkestad	10.08.1980
8.15		Inger Austbø, Oslo IL	(47)	Oslo/Tr	12.08.1995
8.08	(2)	Randi Rufsvoll, Mo IL	(36)	Brønnøysund	19.06.1982
8.07		Grete Aasprong Eckhoff, Kaupanger IL	(43)	Sogndal	20.07.1996
8.01		Marit Kleppe, Breimsbygda IL	(42)	Byrkjelo	09.06.1990
8.00	(1)	Hild Formo, Grong IL	(52)	Steinkjer	03.07.1999
		(50)			
7.96	(2)	Gro Opsahl Nielsen, Ask IL	(43)	Byrkjelo	10.08.1991
7.94	(1)	Grete Bergland, Solberg Sk	(40)	Heggedal/Torpv. 34	03.09.1988
7.94		Inger Hjelmset, Fjellhug/Vereide IL	(42)		08.08.1998
7.89	(1)	Ruth Hanseid, Larvik FIK	(40)	Oslo/Bi	09.08.1986
7.80		Signe Holten, Surnadal IL	(33)	Surnadal	10.10.1978
7.80		Ingrid Stensrud, Gjøvik FIK	(43)	Førde	28.08.1988
7.79		Aslaug Lorentzen, Mo IL	(37)	Mo i Rana	13.07.1983
7.77		Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Vågsbygd	20.08.2003
7.74	(1)	Anne Grethe Hafstad Thorsen, IL Fri	(50)	Bergen/Sk	30.07.1996
7.70		Margunn Midthjell, Fjellhug/Vereide IL	(39)		.1986
		(60)			

7.70	(1)	Line Gjelseth, IL Sandvin	(65)	Sande	10.10.2010
7.61		Wenche Dørum, Royal SK	(54)	Ski	18.08.2003
7.61	(1)	Jane Henriksen Ellertsen, IL Fri	(59)	Bergen/Sk	05.06.2007
7.60	(1)	Anne Lise Fjogstad Willassen, Sandnes IL	(65)	Sandnes	27.09.2010
7.59		Astrid Østrem, Stegaberget IL	(36)	Stegaberget	19.06.1983
7.58	(1)	Gunnheid Eidissen Berg, IL Pioner	(59)	Sør Lenangen	14.08.2008
7.57		Marie Lovise W. Svevad, Elverum IL	(43)	Prestberget	27.08.1988
7.53	(3)	Solgun Ellingsen, Ask Friidrett	(60)	Ravnanger	25.06.2005
7.52	(6)	Björg Kristiansen, Lena IL	(31)	Kolbotn	11.09.1976
7.52	(5)KS	Siri Evensen, Sømna IL	(65)	Vik i Helgeland	24.09.2010

(70)

Kule / Shot Put 4.0 kg kvinner 50-54 år / Women 50-54 years - 6.50

10.99	(1)	Inger Elisabeth Holter Holmgrunn, Oslo Politis IL	(49)	Rena	16.06.1999
10.41	(1)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Ballerup, DEN	10.05.2008
9.29	(1)	May Britt Knygh Brekk, Sømna IL	(51)	Vik i Helgeland	27.06.2002
9.00	(1)	Bodil Solli Thorkildsen, Sømna IL	(58)	Vik i Helgeland	30.09.2010
8.67		Astrid Willersrud, Ullensaker/Kisa IL	(42)	Jessheim	20.08.1996
8.29	(1)	Margot Haave, IL Tyrving	(53)	Nadderud	10.10.2004
8.20	(2)	Astrid Askvik, Ask IL	(38)	Hatland	31.08.1990
8.12	(2)KS	Janice Terjesen Flaathe, Lillesand IL	(59)	Oslo/Bi	27.08.2010
7.90		Erna Jorunn Krogsti, Veldre IL	(50)	Moelv	07.09.2001
7.55	(1)	Britt Fredheim Øia, IF Eiker-Kvik	(54)	Hokksund	23.09.2004
		(10)			
7.36	(1)	Bodil Byhre (Hestmann), Bærum SK	(28)	Spikkestad	20.08.1978
7.30		Tove Irene Hass Sund, Sømna IL	(50)	Vik i Helgeland	21.09.2000
7.28	(1)	Ragnhild Solli, Sømna IL	(59)	Vik i Helgeland	30.09.2010
7.17		Kristin Hunstad, Bodø FIK	(51)	Bodø	25.08.2001
6.91	(1)	Anne Grethe Hafstad Thorsen, IL Fri	(50)	Bergen/Sk	04.09.2001
6.66	(1)	Gunnheid Eidissen Berg, IL Pioner	(59)	Finnfjordbotn	21.09.2009

Kule / Shot Put 4.0 kg kvinner 55-59 år / Women 55-59 years - 6.00

9.50	(1)	Inger Elisabeth Holter Holmgrunn, Oslo Politis IL	(49)	Oslo/Bi	21.06.2006
8.61	(1)	Marte Valle Rafoss, Søgne IL	(47)	Søgne	04.09.2005
8.19		Astrid Willersrud, Ullensaker/Kisa IL	(42)	Jessheim	24.08.1998
8.12	(1)KS	Margot Haave, IL Tyrving	(53)	Nadderud	01.06.2010
7.84	(4)	Astrid Askvik, Ask IL	(38)	Haukås	13.07.1994
6.65		Unni Synnøve Tanberg, Sømna IL	(47)	Vik i Helgeland	21.08.2003
6.58		Jorunn Graff Oddny Bjørnensen, Nordre Trysil IL	(46)	Jordet	22.08.2002
6.24	(1)	Oddbjørg Thorsen, Inderøy IL	(52)	Inderøy	11.09.2010
6.13	(2)	Kristin Hunstad, Bodø FIK	(51)	Åmnes	24.05.2008
6.05	(1)	Gerd Inger Pedersen, IL Fenring	(36)	Ravnanger	07.06.1993
		(10)			
6.05	(1)	Unni Johansen, Porsanger IL	(51)	Lakselv	19.09.2007

Kule / Shot Put 4.0 kg kvinner 60-64 år / Women 60-64 years - 5.20

8.07	(5)KS	Inger Elisabeth Holter Holmgrunn, Oslo Politis IL	(49)	Fana	03.09.2009
6.24	(m)	Sofie A. Jakobsen, Oslo IL	(43)	Oslo/So	04.10.2003
6.01	(1)	Tove Irene Hass Sund, Sømna IL	(50)	Vik i Helgeland	30.09.2010
5.75	(1)	Unni Synnøve Tanberg, Sømna IL	(47)	Vik i Helgeland	26.07.2007
5.54	(m)	Edith Aasenhuus, Oslo IL	(44)	Oslo/Bi	30.09.2006
5.52	(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Hosanger	03.06.1998

Kule / Shot Put 4.0 kg kvinner 65-69 år / Women 65-69 years - 4.50

6.00	(m)	Sofie A. Jakobsen, Oslo IL	(43)	Oslo/Bi	27.09.2008
5.95		Sonja Magnhild Nyby, Porsanger IL	(40)	Lakselv	30.08.2006
5.94	(m)	Edith Aasenhuus, Oslo IL	(44)	Oslo/Bi	26.09.2009

Kule / Shot Put 4.0 kg kvinner 70-74 år / Women 70-74 years

5.40	(m)	Bodil Hestmann, Oslo IL	(28)	Oslo/So	05.10.2002
------	-----	-------------------------	------	---------	------------

Kule / Shot Put 4.0 kg kvinner 75-79 år / Women 75-79 years

5.33	(m)	Bodil Hestmann, Oslo IL	(28)	Oslo/So	04.10.2003
------	-----	-------------------------	------	---------	------------

Kule / Shot Put 4.0 kg kvinner 80-84 år / Women 80-84 years

4.35	(m)	Bodil Hestmann, Oslo IL	(28)	Oslo/Bi	26.09.2009
------	-----	-------------------------	------	---------	------------

Kule / Shot Put 3.0 kg kvinner 50-54 år / Women 50-54 years - 7.50

11.77	(1)	Inger Elisabeth Holter Holmgrunn, Oslo Politis IL	(49)	Odense, DEN	05.09.1999
11.77	(1)	Ingerid Qvale, Lørenskog FIL	(57)	Hillerød, DEN	20.05.2008
10.79	(2)	Grete Rivenes, Gjøvik FIK	(48)	Steinkjer	03.07.1999
10.65	(1)	Grethe Bolstad, Bolstadøyri TL	(35)	Mo i Rana	20.07.1985
10.47	(1)	Astrid Willersrud, Ullensaker/Kisa IL	(42)	Bjørkelangen	08.08.1992
10.16		Unn Boldermo, Korgen IL	(49)	Mo i Rana	15.06.1999
10.14	(1)	Anne Marie Skjellaug, Gjøvik FIK	(56)	Geithus	01.07.2006
10.08	(1)	Svanhild Temte, Solberg SK	(34)	Oslo/Bi	09.08.1986
9.83	(1)	Inger Nilsen, Sem IF	(44)	Bismo	12.08.1995
9.81	(1)	Astrid Askvik, Ask IL	(38)	Kristiansand	11.08.1990
(10)					
9.79	(m)	Elise Marie Wåle, Larvik FIK	(42)	Malmö, SWE	20.07.1996
9.79	(1)	Janice Terjesen Flaath, Lillesand IL	(59)	Vågsbygd	18.08.2010
9.78	(2)	Inger Bækken Kulstad, Steinkjer FIK	(48)	Ravnanger	01.07.2000
9.73	(3)	Inger Ramberg Røthe, Sparbu IL	(49)	Ravnanger	01.07.2000
9.69		Kirsten Løes Narum, Oslo IL	(38)	Oslo/So	26.09.1984
9.67	(1)	Else Marie Mathisen, IL Flint	(44)	Tønsberg	10.08.1996
9.60	(1)	Live Båsen Eriksen, Modum FIK	(58)	Geithus	22.09.2010
9.52	(1)	Margot Haave, IL Tyrving	(53)	Askim	25.09.2004
9.52	(1)	Else Marie Laksnes, Spillum IL	(53)	Jøa	16.06.2007
9.48	(1)	Eva Jung Kolstad, FIL AKS-77	(48)	Knarvik	14.06.1998
(20)					
9.32	(2)	Berit Røger, Holmen IF	(34)	Fana	29.07.1984
9.26	(1/2)	Björg Dombestein Lofnes, Leirgulen IL	(47)	Florø	29.06.1997
9.24	(3)	Randi Før, Os IL	(48)	Oslo/St	08.08.1998
9.18	(1)	Grethe Maren Myklestad, Sogndal IL	(42)	Knarvik	07.09.1996
9.09	(1)	Britt Fredheim Øia, IF Eiker-Kvik	(54)	Drammen	28.08.2004
8.97	(1)	Heidi Benserud, FIK BFG Fana	(58)	Fana	08.10.2008
8.84	(1)	Anny Undheim, IL Framsteg	(56)	Vågsbygd	08.06.2008
8.82	(3)	Ruth Himberg, Sem IF	(40)	Bjørkelangen	08.08.1992
8.72	(1)	Gunn Mathisen, Sømna IL	(43)	Overhalla	07.08.1993
8.71	(2)	Aud Sæten, Gloppen FIL	(40)	Byrkjelo	10.08.1991
(30)					
8.69	(1)	Inger Austbø, Oslo IL	(47)	Heggedal/Torpv. 34	29.08.1998
8.64		Ragnhild Skei Andersen, Moss IL	(44)		.1998
8.56	(1)	Ester Frøyen, Florø T&IF	(59)	Florø	04.08.2010
8.50	(1)	Unni Sæther, IL Tyrving	(32)	Lillehammer	20.08.1983
8.38	(4)	Bodil Byhre (Hestmann), Fossum IF	(28)	Viareggio, ITA	10.09.1978
8.36	(1)	Marit Huflåtten, IL Flint	(53)	Tønsberg	01.06.2005
8.33		Synnøve Helstad, Veldre IL	(50)	Rena	05.08.2000
8.26		Randi T. Rufsvoll, Mo IL	(35)	Mo i Rana	14.09.1988
8.21	(m)	Gerd Mjelde, Bærum SK	(33)	Roma, ITA	22.06.1985
8.18	(m)	Björg (Hillersøy) Reknes, Florø T&IF	(52)	Tønsberg	03.08.2002
(40)					
8.09		Anna Krukhaug, Gjøvik FIK	(34)	Raufoss	26.09.1984
8.06	(1)	Anne Grethe Hafstad Thorsen, IL Fri	(50)	Bergen/Sk	20.08.2001
8.05	(4)	Ester Risa Rosland, Orre IL	(48)	Oslo/St	08.08.1998
8.04	(1)	Marit Huflåtten, IL Flint	(53)	Tønsberg	21.08.2003
8.04		Wenche Dørum, Royal SK	(54)	Oslo/Tr	28.09.2005
7.98		Ingunn Rongved, Osterøy IL	(32)		.1986
7.96	(5)	Marie Lovise W. Svevad, Veldre IL	(43)	Tønsberg	10.08.1996
7.91	(1)	Alfhild Hotvedt Aarvold, IF Tønsberg-Kameratene	(30)	Larvik/Lo	09.08.1981
7.84		Gerd Bø, Vestre Slidre IL	(35)	Roa	17.09.1989
7.81		Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Hatland	15.08.1985
(50)					
7.81		Aslaug Lorentzen, Mo IL	(37)	Mo i Rana	26.09.1989
7.77	(3)	Inger-Lise Sundheim, Ullensaker/Kisa IL	(55)	Trondheim/St	26.08.2006
7.76	(3)	Gro Opsahl Nielsen, Ask IL	(43)	Fana	18.08.1993
7.73	(1)	Margot Lønøy, IL Fenring	(45)	Knarvik	16.06.1996
7.51	(1)	Liv Marie Stenvold, Mjøsdalen IL	(53)	Mjøsdalen	26.05.2004

Kule / Shot Put 3.0 kg kvinner 55-59 år / Women 55-59 years - 7.00

10.92	(1)	Inger Elisabeth Holter Holmgrunn, Oslo Politis IL	(49)	Geithus	01.07.2006
10.06	(m)	Grethe Bolstad, Bolstadøyri TL	(35)	Lund, SWE	28.07.1990
9.94	(4)	Grete Rivenes, Gjøvik FIK	(48)	Carolina, PUR	04.07.2003
9.87	(1)	Svanhild Temte, Solberg SK	(34)	Larvik/Lo	02.07.1989
9.70	(4)	Astrid Willersrud, Ullensaker/Kisa IL	(42)	Lillehammer	17.08.1997
9.33	(1)	Margot Haave, IL Tyrving	(53)	Ski	03.06.2009
9.21	(3)	Marte Rafoss, Søgne IL	(47)	Kristiansand	26.06.2004
9.19	(4)	Inger Ramberg Røthe, Sparbu IL	(49)	Kristiansand	26.06.2004
9.02	(1)	Kirsten Løes Narum, Oslo IL	(38)	Heggedal/Torpv. 34	04.09.1993
8.94	(m)	Inger Nilsen, Sem IF	(44)	Tolvsrød	10.08.2001

(10)

8.91	(1)	Astrid Askvik, Ask IL	(38)	Ravnanger	29.06.1994
8.91	(1)	Grethe Maren Myklestad, Sogndal IL	(42)	Knarvik	29.08.1998
8.86	(5)	Elise Marie Wåle, Larvik T&IF	(42)	Lillehammer	17.08.1997
8.78	(m)	Inger Austbø, Kongsberg IF	(47)	Potsdam, GER	22.08.2002
8.77	(3)	Inger Bækken Kulstad, Steinkjer FIK	(48)	Geithus	01.07.2006
8.52	(1)	Jorun Nygaard, Hadeland FIK	(29)	Trondheim/Le	30.07.1988
8.50		Astrid Førde, Gloppen FIL	(33)	Hornindal	23.06.1991
8.46		Gerd Mjelde, Bærum SK	(33)	Kongsvinger	18.06.1988
8.46		Gerd Bøe, Vestre Slidre IL	(35)	Rogne	05.09.1992
8.43	(1)	Gerd Norli, Veldre Friidrett	(54)	Florø	14.08.2010
		(20)			
8.38	(1)	Bodil Byhre (Hestmann), Fossum IF	(28)	Ålesund	08.08.1987
8.35	(2)	Rigmor Jønnum Grimnes, Kongsberg IF	(55)	Florø	14.08.2010
8.21		Kirsten Hveem, IL i BUL	(25)	Honolulu	31.12.1980
8.12		Ragnhild Skei Andersen, Moss IL	(44)	Gjøvik	19.06.1999
7.94	(m)	Marit Huflåten, IL Flint	(53)	Tønsberg	26.04.2008
7.92	(6)	Randi Før, Os IL	(48)	Kristiansand	26.06.2004
7.89		Unni Sæther, Fossum IF	(32)	Sandvika	20.06.1987
7.85	(1)	Marie Lovise W. Svevad, Veldre IL	(43)	Steinkjer	03.07.1999
7.77	(1)	Ingunn Rongved, Osterøy IL	(32)	Hatland	13.08.1987
7.72		Åse Nyland, Gjøvik FIK	(33)	Lunner	16.09.1989
		(30)			
7.71	(1)	May Britt Knygh Brekk, Sømna IL	(51)	Vik i Helgeland	30.09.2010
7.69	(1)	Synnøve Helstad, Veldre Friidrett	(50)	Moelv	16.09.2005
7.62	(1)	Anne Grethe Hafstad Thorsen, IL Fri	(50)	Bergen/Sk	14.08.2007
7.49	(2)	Trina Veseth, Arna T&IL	(32)	Haukås	01.09.1991
7.45		Kjellaug Gliren, Tjølling IF	(26)	Tjølling	30.08.1984
7.43		Ruth Himberg, Sem IF	(40)		.1998
7.42	(2)	Britt Fredheim Øia, IF Eiker-Kvikk	(54)	Kristiansand	11.09.2010
7.40	(3)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Kristiansand	11.08.1990
7.38		Aslaug Lorentzen, Rana FIK	(37)	Mo i Rana	15.09.1993
7.37	(1)	Randi Loftås, Osterøy IL	(27)	Valestrandsfossen	23.09.1983
		(40)			
7.35		Mali Gederås, Skjelstadmark IL	(25)	Stjørdal	03.08.1983
7.35	(m)	Ester Risa Rosland, Orre IL	(48)	Lyngdal	24.09.2005
7.30	(3)	Tove Helen Lian, Rana FIK	(35)	Overhalla	07.08.1993
7.15		Oddbjørg Haakensveen, Veldre IL	(45)	Rena	05.08.2000
7.14	(2)	Helene Johansen, Bjugn IL	(26)	Lillehammer	21.08.1983
7.04	(m)	Edith Aasenhuus, Oslo IL	(44)	Oslo/So	10.05.2003
7.03	(3)	Åse Holt, Høybråten & Stovner IL	(32)	Ålesund	08.08.1987

Kule / Shot Put 3.0 kg kvinner 60-64 år / Women 60-64 years - 6.20

9.85	(1)	Inger Elisabeth Holter Holmgrunn, Oslo Politis IL	(49)	Ski	03.06.2009
9.31	(1)	Grete Rivenes, Gjøvik FIK	(48)	Florø	14.08.2010
9.18	(m)	Astrid Willersrud, Ullensaker/Kisa IL	(42)	Heggedal/Gj	31.08.2002
8.66	(1)	Jorun Nygaard, Oslo IL	(29)	Larvik/Lo	02.07.1989
8.61	(1)	Bodil (Byhre) Hestmann, Oslo IL	(28)	Trondheim/Le	30.07.1988
8.61	(m)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Heggedal/Gj	31.08.2002
8.46	(1)	Astrid Førde, Gloppen FIL	(33)	Knarvik	07.09.1996
8.39	(m)	Inger Nilsen, Sem IF	(44)	Tønsberg	17.08.2004
8.32	(1)	Elise Marie Wåle, Larvik T&IF	(42)	Askim	29.06.2002
8.18	(1)	Inger Austbø, Kongsberg IF	(47)	Ravnanger	16.06.2007
		(10)			
8.17	(m)	Gerd Mjelde, Bærum SK	(33)	Athen, GRE	04.06.1994
8.09	(1)	Astrid Askvik, Ask Friidrett	(38)	Knarvik	30.09.2001
8.03		Gerd Bøe, Vestre Slidre IL	(35)	Fagernes	16.06.1995
7.82	(m)	Kirsten Hveem, IL i BUL	(25)	Melbourne, AUS	04.12.1987
7.81	(6)	Kirsten Kvammen, Tvedestrand T&IF	(37)	Lillehammer	17.08.1997
7.72	(2)	Marie Lovise W. Svevad, Veldre Friidrett	(43)	Geithus	01.07.2006
7.68	(2)	Unni Sæther, Oslo IL	(32)	Overhalla	07.08.1993
7.67	(1)	Ingunn Rongved, Osterøy IL	(32)	Knarvik	16.08.1995
7.67	(1)	Grethe Bolstad, Mjøsdalen IL	(35)	Steinkjer	03.07.1999
7.61	(1)	Anne Grethe Hafstad Thorsen, IL Fri	(50)	Bergen/Sk	04.05.2010
		(20)			
7.60	(1)	Oddbjørg Haakensveen, Veldre Friidrett	(45)	Romedal	31.05.2008
7.56		Ruth Irene Himberg, Sem IF	(40)	Tønsberg	06.10.2001
7.30		Tove Helen Lian, Rana FIK	(35)	Mo i Rana	22.08.1995
7.14	(2)	Sofie A. Jakobsen, Oslo IL	(43)	Ravnanger	25.06.2005
7.08	(1)	Edith Aasenhuus, Oslo IL	(44)	Ski	11.06.2007
7.05	(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdalen IL	(34)	Knarvik	29.08.1998
7.03		Gerd Thorsen, Oslo IL	(34)	Oslo/So	14.09.1997
7.02	(1)	Ester Risa Rosland, Orre IL	(48)	Vågsbygd	13.06.2010
6.92	(1)	Arna Bergsmyr, Byåsen IL	(43)	Trondheim/Da	30.08.2003
6.80	(1)	Randi Loftås, Osterøy IL	(27)	Hatland	18.08.1988
		(30)			

6.75		Kirsten Stølan, Rana FIK	(31)	Mo i Rana	28.09.1995
6.72	(1)	Brit Gran, Heggedal Veteran FIK	(36)	Heggedal/Torpv. 34	19.08.2000
6.55		Sigrun Hortnran, Rana FIK	(38)	Mo i Rana	25.08.1998
6.49		Randi Dahl, IL Flint	(36)	Sem	04.09.1996
6.48		Laila Kristoffersen, Vestre Spone IF	(22)	Vestre Spone	17.08.1983
6.47	(1)	Solveig Nedregård, Spjelkavik og Omegn FIK	(47)	Ålesund	11.10.2009
6.42		Olga Thorseth, Mo IL	(23)	Mo	05.09.1984
6.36		Kari Ro, Rana FIK	(30)	Mo i Rana	29.08.1990
6.33		Elsa Erlandsen, Rana FIK	(29)	Mo i Rana	29.08.1990
6.25		Aud Rønning, Rana FIK	(30)	Mo i Rana	16.09.1992

(40)

Kule / Shot Put 3.0 kg kvinner 65-69 år / Women 65-69 years - 5.50

8.61		Astrid Førde, Gloppen FIL	(33)	Hyen	19.07.1998
8.20	(1)	Grethe Maren Myklestad, Florø T&IF	(42)	Florø	13.06.2007
7.91	(m)	Bodil (Byhre) Hestmann, Oslo IL	(28)	Miyazaki, JPN	16.10.1993
7.86	(1)	Astrid Askvik, Ask Friidrett	(38)	Ravnanger	27.08.2003
7.65	(1)	Gerd Mjelde, Bærum SK	(33)	Heggedal/Torpv. 34	28.08.1999
7.44	(2)	Erna Lillebakk Arnesen, Heimdal IF	(35)	Bismo	04.08.2001
7.35	(1)	Ella Johanne Eek, Sparbu IL	(34)	Askim	29.06.2002
7.25	(1)	Ingunn Rongved, Osterøy IL	(32)	Hatland	26.06.1997
7.16		Reidun Nordvik, Sparbu IL	(28)	Stjørdal	14.06.1997
7.07	(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdaalen IL	(34)	Knarvik	11.06.2000
		(10)			
7.00	(2)	Marie Lovise W. Svevad, Veldre Friidrett	(43)	Florø	14.08.2010
6.96	(2)	Gerd Bøe, Vestre Slidre IL	(35)	Ravnanger	01.07.2000
6.82		Kirsten Stølan, Rana FIK	(31)	Mo i Rana	10.06.1997
6.77		Tove Helen Lian, Rana FIK	(35)	Mo i Rana	12.09.2000
6.77	(m)	Edith Aasenhuus, Oslo IL	(44)	Oslo/Bi	26.09.2009
6.75	(1)	Brit Gran, Heggedal FIK	(36)	Heggedal/Torpv. 34	13.08.2005
6.71	(2)	Sofie A. Jakobsen, Oslo IL	(43)	Moss	22.08.2009
6.59	(m)	Unni Sæther, Oslo IL	(32)	Heggedal	30.08.1997
6.57	(1)	Elise Marie Wåle, Larvik T&IF	(42)	Larvik/Lo	03.09.2008
6.51	(1)	Oddbjørg Haakensveen, Veldre Friidrett	(45)	Brumunddal	10.06.2010
		(20)			
6.18		Åse Nyland, Gjøvik FIK	(33)	Oslo/So	13.06.1998
6.18	(4)	Gerd Thorsen, Oslo IL	(34)	Askim	29.06.2002
6.16		Astrid Luneng, Rana FIK	(33)	Mo i Rana	26.05.1998
6.09		Elsa Erlandsen, Rana FIK	(29)	Mo i Rana	25.08.1998
6.08	(m)	Eva Carlsen, Ready	(40)	Sandefjord	14.06.2008
6.07	(2)	Gerd Inger Berntsen, IL Fenring	(36)	Ravnanger	25.08.2004
6.00	(1)	Anne-Berit Skoghus, Ski IL	(44)	Ski	12.08.2009
5.97		Asbjørg Tronsmo, IL Nybrott	(19)	Stjørdal	12.09.1987
5.95	(1)	Randi Loftås, Osterøy IL	(27)	Valestrandsfossen	08.09.1995
5.86	(2)	Herborg Ninni Blakstad, Mjøsdaalen IL	(42)	Bergen/Sk	01.07.2008
		(30)			
5.82	(1)	Anne Marie Sandø, Hannevikas IL	(43)	Vågsbygd	13.06.2010
5.72		Ella Svarholt, Rana FIK	(31)	Mo i Rana	15.06.1999
5.63		Aud Rønning, Rana FIK	(30)	Mo i Rana	22.08.1995

Kule / Shot Put 3.0 kg kvinner 70-74 år / Women 70-74 years - 4.80

7.37	(1)	Else Johanne Godøy, Ålesund FIK	(32)	Stjørdal	02.08.2003
6.91	(m)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdaalen IL	(34)	Bergen/Sk	22.10.2005
6.89		Reidun Nordvik, Sparbu IL	(28)	Overhalla	26.08.2001
6.86	(1)	Gerd Mjelde, Bærum SK	(33)	Oslo/St	14.06.2004
6.79		Bodil (Byhre) Hestmann, Oslo IL	(28)	Oslo/Bi	20.06.2000
6.73		Ella Johanne Eek, Sparbu IL	(34)	Levanger	28.08.2004
6.58	(2)	Unni Sæther, Oslo IL	(32)	Askim	29.06.2002
6.30	(1)	Brit Gran, Heggedal FIK	(36)	Heggedal/Ka	20.05.2010
6.20		Elsa Helmine Erlandsen, Rana FIK	(29)	Mo i Rana	11.09.2001
6.03	(2)	Marit Skramstad, Kongsberg IF	(38)	Heggedal/Torpv. 34	29.08.2009
		(10)			
5.88	(1)	Åse Nyland, Gjøvik FIK	(33)	Brumunddal	16.09.2004
5.85	(2)	Kirsten Kvammen, Tvedestrand T&IF	(37)	Moss	22.08.2009
5.75	(7)	Asta Johannesen, Kristiansands IF	(20)	Kristiansand	26.06.1992
5.71	(1)	Randi Loftås, Osterøy IL	(27)	Valestrandsfossen	11.05.1998
5.69		Ella Svarholt, Rana FIK	(31)	Mo i Rana	19.06.2001
5.54	(1)	Gerd Thorsen, Oslo IL	(34)	Oslo/Bi	04.09.2007
4.95		Ragnhild Sæther, Namdalseid IL	(11)	Namdalseid	24.09.1983

Kule / Shot Put 3.0 kg kvinner 75-79 år / Women 75-79 years

7.34	(1)	Reidun Nordvik, Sparbu IL	(28)	Stjørdal	02.08.2003
6.74	(1)	Else Johanne Godøy, Ålesund FIK	(32)	Moss	22.08.2009
6.48	(1)	Bodil Hestmann, Oslo IL	(28)	Lahti, FIN	14.06.2003
6.05	(1)	Ragnhild Hanstvedt, Mjøsdaalen IL	(34)	Hatland	03.08.2009
5.64	(m)	Gerd Mjelde, Bærum SK	(33)	Ljubljana, SLO	30.07.2008
5.18	(1)	Åse Nyland, Gjøvik FIK	(33)	Brumunddal	18.09.2008
4.96	(3)	Gerd Thorsen, Oslo IL	(34)	Moss	22.08.2009

Kule / Shot Put 3.0 kg kvinner 80-84 år / Women 80-84 years

5.29	(1)	Bodil Hestmann, Oslo IL	(28)	Heggedal/Torpv. 34	30.08.2008
------	-----	-------------------------	------	--------------------	------------

Kule / Shot Put 2.0 kg kvinner 80-84 år / Women 80-84 years

5.53	(1)	Bodil Hestmann, Oslo IL	(28)	Florø	14.08.2010
------	-----	-------------------------	------	-------	------------