

## Norges Fri-idrettsforbund / Norwegian Athletics Federation

## Alle tiders beste utendørs / All Time Best Outdoor

## Menn - 1500m / Men - 1500m

pr. 31.12.2010 (oppdatert / updated 25.02.2011)

## 1500m menn 35-39 år / Men 35-39 years - 4:12.00/4:12.0

3:44.62	(11)	Bård Kvalheim, IK Tjalve	(73)	Oslo/Bi	06.06.2008
3:49.61	(7)A	Stig Roar Husby, IL i BUL	(54)	Oslo/Bi	22.06.1989
3:49.9	(3)	Leif Inge Tjelta, IL Skjalg	(49)	Sandnes	16.05.1987
3:50.07	(4)	Bjarte Bogstad, IL Gular	(63)	Fana	28.07.1999
3:52.34	(7)A	Roar Krogh, Ready	(56)	Oslo/Bi	18.06.1991
3:52.78	(9)	Håkon Lutdal, Ringerike FIK	(42)	Oslo/Bi	17.06.1980
3:53.0	(1)	Arne Hamarsland, IL Gular	(33)	Bergen/Kr	11.06.1968
3:54.14	(5)A	Steinar Gressløvs, Ullensaker-Sørum IL	(53)	Oslo/Bi	28.05.1990
3:56.88		Kåre Osnes, Haugesund IL	(50)	Lillehammer	27.05.1987
3:56.88	(6)A	Atle Nordbotten, IL Skjalg	(58)	Oslo/Bi	18.07.1994
		(10)			
3:57.0	(1)C	Kjell Leira, Aksla IL	(46)	Oslo/St	15.06.1981
3:57.1	(3)	Odd Bratland, Namsen FIF	(43)	Steinkjer	09.07.1978
3:57.5		Jostein Blænes, IL Huftar	(49)	Fana	25.09.1984
3:58.2	(2)	Arnt Andøl, U&IL Glimt	(38)	Hamar	28.06.1975
3:58.22		Åge Galgerud, Lalm IL	(47)	Øvre Årdal	08.08.1982
3:58.4		Arnlfjot Lande, Aksla IL	(46)	Ørsta	18.08.1984
3:58.45	(2)	Bernt Eltervaag, IL Skjalg	(62)	Stavanger	20.08.1997
3:58.5	(3)	Tor Vevle, IL Fri	(40)	Fana	04.10.1979
3:58.7	(1)	Arnt Ove Dragsten, Bratsberg IL	(59)	Stjørdal	11.08.1995
3:58.72	(12)	Kristian Nedregård, IL Tyrving	(74)	Lillehammer	02.08.2009
		(20)			
3:59.5	(7)C	Robert Hermansen, Sandnes IL, Finnmark	(39)	Oslo/Bi	05.07.1974
3:59.67	(2)	Atle Tanum, Gjesdal IL	(60)	Sandnes	24.05.1995
4:00.0	(3)B	Rolf Hanssen, IL Bygdegutten	(33)	Oslo/Bi	20.08.1970
4:00.00	(7)	Knut Forthun, IL Gular	(53)	Fana	30.08.1989
4:00.1		Jan Voje, Gjerpen IF	(42)	Oslo/Bi	03.09.1977
4:00.33		Øystein Syversen, Kongsvinger IL	(52)	Oslo/Bi	22.06.1989
4:00.44	(1)	Terje Aggvin, IL Gular	(74)	Fana	01.07.2009
4:00.7	(3)	Ingvald Hagen, IL Gular	(25)	Bergen/Kr	14.06.1961
4:00.8	(3)	Einar Stokkebø, Vik IL	(35)	Voss	08.07.1970
4:00.8	(3)	Øyvind Liland, FIK BFG Fana	(60)	Helsinki, FIN	08.08.1996
		(30)			
4:00.88	(6)	Terje Søylen, IL Fri	(49)	Fana	14.08.1986
4:01.09		Svein Roger Løken, Hadeland FIK	(56)	Lillehammer	30.07.1991
4:01.3	(6)	Egil Takle, Sandnes IL	(58)	Sandnes	06.06.1993
4:01.5		Hans Emil Frøiland, Sandnes IL	(39)	Stavanger	.1975
4:01.57	(3)A	Tor Fauske, SK Vidar	(63)	Oslo/Bi	29.08.2000
4:02.19	(4)A	Jostein Bergane, Follo FIK	(66)	Oslo/Bi	31.07.2001
4:02.5	(1)	Terje Danielsen Kvamme, IL Fri	(51)	Ålesund	09.08.1987
4:02.9		Paul Bruvik, IL Gular	(43)	Fana	05.06.1979
4:02.9		Dag Anmarkrud, Hadeland FIK	(51)	Raufoss	25.05.1988
4:03.0	(9)A	Thorvald Wilhelmsen, Grue-Finnskog IL	(12)	Oslo/Bi	12.08.1948
		(40)			
4:03.0		Alf Magnar Tveit, Stord T&IL	(51)	Leirvik	10.06.1986
4:03.06	(1)x	Terje Gautvik, IK Tjalve	(61)	Molde	14.06.1997
4:03.4		Dagfinn Olsen, IL Korlevoll	(42)		.1979
4:03.51		Åge Nygaard, Hadeland FIK	(50)	Lillehammer	11.06.1988
4:03.59	(4)	Johannes Gjesdal, IL Varegg	(61)	Fana	11.09.1996
4:03.7		Odd Mikael Harstad, Sørum IL	(44)	Oslo/St	18.08.1980
4:03.7		Ole Henden Mathisen, Brunlanes IL	(45)	Larvik/Lo	20.08.1980
4:03.8		Nils Landro, IL Gular	(40)		.1975
4:03.8		Eigill Fareth, IL i BUL-Tromsø	(42)		.1977
4:03.87	(5)	Brigt Strømmen, IL Fri	(59)	Fana	20.09.1995
		(50)			
4:03.9	(1)	Harald Nygård, FIL AKS-77	(51)	Knarvik	25.07.1990
4:04.0		Kåre Ø. Stange, Haugesund IL	(37)	Oslo/Bi	30.08.1975
4:04.0		Arne Risa, IL Gular	(44)	Fana	06.10.1981
4:04.1		Hans Fredrik Grann, IL i BUL	(37)	Oslo/Bi	12.09.1974
4:04.17	(10)C	Lars Øyre, IL i BUL	(54)	Oslo/Bi	17.07.1990
4:04.2		Magne Wullum, IL Norodd	(48)	Meisingset	08.07.1984
4:04.2		Einar Behrns, Moelven IL	(49)	Lillehammer	29.06.1985
4:04.35		Kristoffer Velstad, Sigdal FIK	(41)	Oslo/Bi	18.06.1980
4:04.4	(4)	Odd Arvid Nilsen, IL i BUL	(47)	Lillehammer	21.08.1983
4:04.4	(2)	Stein Ivar Børset, IK Rindals-Troll	(60)	Oppdal	07.09.1996
		(60)			

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

4:04.42	(2)B	Ole Kristian Heggheim, Kristiansands IF	(72)	Rovinj, CRO	25/26.06.2009
4:04.51		Frank Hatling, Rana FIK	(58)	Alta	26.06.1993
4:04.6		Arne Moen, Raumnes & Årnes IL	(44)	Oslo/St	17.08.1981
4:04.77	(1)	Øystein Havrevoll, Ås IL	(50)	Oslo/Bi	10.08.1986
4:04.82		Halvor Bævre, Fana IL	(45)	Fana	10.07.1983
4:05.0		Øistein Helgesen, Sandnes IL	(46)	Sandnes	30.06.1983
4:05.07	(4)B	Ove Talsnes, FIK Ren-Eng	(62)	Oslo/Bi	15.05.1997
4:05.1		Dagfinn Olsen, Sømna IL	(55)	Mo i Rana	27.05.1990
4:05.22	(1)	Tor Øivind Ødegård, Fredrikstad IF	(69)	Lisleby	26.09.2005
4:05.3		Morten Thorgersen, Oppegård IL (70)	(51)	Oslo/St	18.08.1986
4:05.5		Per Alsgaard, Oslo Politis IL	(45)	Larvik/Lo	17.06.1980
4:05.5		Nils I. Hætta, Kautokeino IL	(61)	Mo i Rana	21.07.1996
4:05.6	(3)	Steinar Rise, Loddefjord IL	(46)	Fana	31.07.1985
4:05.7		Finn Pedersen, Hamar IL	(39)	Lillehammer	08.06.1974
4:05.8		Odd Rønning, Veldre IL	(22)	Hamar	23.08.1957
4:05.9		Harald Ødegård, Raumnes & Årnes IL	(46)	Oslo/St	25.07.1984
4:05.9		Leif Erling Aronsveen, Ullensaker/Kisa IL	(57)	Jessheim	15.06.1992
4:05.99	(4)	Alemayehu Sitotaw, IL Gular	(62)	Fana	03.08.1999
4:06.1		Gunnar Hundhammer, IL i BUL	(44)	Jessheim	16.05.1981
4:06.1	(3)	Jan Ellingsen, Haugesund IL (80)	(53)	Haugesund	27.08.1989
4:06.10	(6)	Jon Tvedt, IL Gular	(66)	Fana	14.07.2004
4:06.2		Odd Martin Jensen, Lørenskog FIL	(45)	Oslo/Bi	10.07.1980
4:06.3		Odd Grøtteland, Sandnes IL	(36)		.1971
4:06.4		Magne Tystad, Fjellhug/Vereide IL	(45)	Byrkjelo	18.06.1983
4:06.4	(3)	Jan Høiden, Hokåsen IL	(51)	Larvik/Lo	02.07.1989
4:06.5		Tor Magnar Bøifot, IL Skjalg	(38)	Stavanger	20.08.1974
4:06.53		Yngvar Christiansen, SK Vidar	(60)	Oslo/Bi	17.07.1995
4:06.59	(4)	Håkon Anmarkrud, IL Runar	(60)	Lillehammer	17.08.1997
4:06.6	(6)	Olav Sande, IL Svint	(18)	Bergen/Kr	29.08.1954
4:06.9	(1)	Egil Skarpsno, FIK Ren-Eng (90)	(62)	Åkrestrømmen	09.06.2001
4:07.1		Lars Oddvar Hole, FIL Vossar	(45)	Fana	01.07.1981
4:07.19	(4)C	James Mason Holtquist, SK Vidar	(54)	Oslo/Bi	29.06.1993
4:07.2	(1)	Kristian Stensæter, Hadeland FIK	(51)	Trondheim/Le	31.07.1988
4:07.20	(5)	Bjarte Vik, Gjesdal IL	(69)	Fana	16.06.2004
4:07.4		Tormod Haugan, Malvik IL	(20)		.1959
4:07.4		Thor Solberg, IL Varegg	(38)		.1975
4:07.4	(4)	Håkon Hellebust, IF Sturla	(42)	Ski	04.09.1977
4:07.41		Aasmund Bjørnstad, IF Minerva	(54)	Oslo/Bi	18.07.1989
4:07.46	(2)	Karsten Måkestad, IL Korlevoll	(56)	Leirvik	07.08.1994
4:07.5		Arnfinn Seim, Vik IL (100)	(48)	Voss	27.06.1984
4:07.5	(4)	Aksel Grinaker, Hadeland FIK	(54)	Haugesund	27.08.1989
4:07.6	(4)B	Øivind Gundhus, IF Hellas	(11)	Oslo/Bi	01.09.1949
4:07.69	(2)MS	Arnt Inge Nilsen, IK Rindals-Troll	(74)	Trondheim/St	19.05.2009
4:07.73	(4)	Arne Inge Sæbø, Vik IL	(50)	Mo i Rana	21.07.1985
4:07.73	(7)	Arne Hugo Hansen, Tromsdalen UIL	(55)	Grimstad	14.06.1991
4:07.8		Jarle Ersnes, Eidanger IL	(42)	Larvik/Lo	29.07.1978
4:07.98		Arne Hovde, Ringerike FIK	(48)	Oslo/Bi	16.08.1983
4:08.0		Ole Engemoen, Modum FIK	(43)	Oslo/Bi	19.07.1978
4:08.0	(2)	Jan Stave, Aksla IL	(46)	Fana	29.07.1984
4:08.0		Per Andersen, Haugesund IL (110)	(47)	Austevoll	23.09.1984
4:08.1	(4)	Per Gundersen, IF Sturla	(40)	Grong	25.08.1979
4:08.2	(1)	Odd Rasdal, T&IF Viking, Bergen	(11)	Bergen/Sk	20.06.1947
4:08.2		Nils Undersåker, Inderøy IL	(39)	Steinkjer	31.07.1978
4:08.2	(3)	Jan Arne Rolfstad, Hadeland FIK	(52)	Trondheim/Le	31.07.1988
4:08.30		Olav Doksrød, Gjerpen IF	(52)	Søgne	19.06.1987
4:08.4		Trond Nordberget, IL Mogutten	(53)	Romedal	12.05.1989
4:08.45	(1)	Rolf Rantala, Alta IF	(54)	Byrkjelo	11.08.1991
4:08.5	(2)	Terje Draugsvoll, FIL Vossar	(44)	Sandane	27.07.1980
4:08.5		Aage Odfjell, IL Gneist	(46)	Fana	09.09.1981
4:08.65	(5)B	Vidar Mathisen, Askim IF (120)	(62)	Oslo/Bi	08.06.1999
4:08.7		Johannes Helland, FIL AKS-77	(45)	Fana	09.09.1981
4:08.7		Inge Nessiøy, Ullensaker/Kisa IL	(57)	Jessheim	16.06.1993
4:08.8		Kolbjørn Aasen, IL Molde-Olymp	(42)	Molde	08.06.1977
4:08.87	(8)A	Rune Nilsen, Raumnes & Årnes IL	(68)	Oslo/Bi	01.07.2003
4:08.9		Audun Lavik, Ask IL	(44)	Fana	09.09.1981
4:08.93	(3)	Jan Ankervold, Mo IL	(51)	Oslo/Bi	10.08.1986
4:09.0	(5)	Per Johann Sandbakk, Aksla IL	(51)	Ålesund	09.08.1987
4:09.00	(5)B	Tord Thorshov, Ås IL	(68)	Oslo/Bi	02.09.2003
4:09.02		Trygve Berg, IL Skjalg	(65)	Sandnes	28.06.2000
4:09.03	(2)	Henrik Grøseth, IK Rindals-Troll (130)	(72)	Trondheim/St	20.05.2008

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

4:09.2		Einar Juul Pedersen, Ringerike FIK	(45)	Raufoss	03.09.1980
4:09.3	(5)	Martin Solvang, Tynset IF	(45)	Steinkjer	26.07.1981
4:09.3	(2)	Trond Syvertsen, SK Vidar	(65)	Oslo/Bi	22.05.2001
4:09.6	(4)	Erik Vullum, Aure IL	(50)	Trondheim/Le	31.07.1988
4:09.6	(1)	Kjetil Bjørlo, Halden IL	(68)	Halden	19.08.2003
4:09.7	(7)	Kjell Rosslund, IL Gular	(47)	Lillehammer	21.08.1983
4:09.7		Tore Tvilde, FEIL Vossar	(49)	Voss	05.09.1984
4:09.79	(3)	Torleiv Flystveit, Sørum IL	(46)	Stavanger	29.08.1982
4:09.8		Leif Kjerner, IF Hellas	(31)	Drammen	03.06.1966
4:09.84	(6)	John Callaghan, Haugesund IL	(50)	Sola	16.06.1989
		(140)			
4:09.9	(8)	Knut Hilleren, Kongsberg IF	(45)	Fana	29.07.1984
4:09.9		Odd Aksnes, Tønsberg FIK	(49)		18.09.1985
4:10.0		Hans Sejrup, IL Gneist	(39)		.1977
4:10.0		Arvid Syrstad, Skaun IL	(49)	Trondheim/Le	09.05.1985
4:10.0		Alf Einar Fornes, Namsen FIF	(49)	Steinkjer	.1986
4:10.13	(4)A	Knut Lium, Lillehammer IF	(69)	Oslo/La	08.07.2004
4:10.14	(1)	Jon Per Nygård, FIK Ren-Eng	(67)	Åkrestrømmen	06.06.2003
4:10.2	(4)	Sigmund Julshamn, IL Bryn	(41)	Kristiansand	18.07.1976
4:10.2		Hans Sejrup, IL Gneist	(39)	Fana	.1977
4:10.2		Tryggve Bernt, Kongsberg IF	(46)	Porsgrunn	01.07.1982
		(150)			
4:10.2		Terje Kronen, Larvik T&IF	(51)		.1986
4:10.31	(3)	Magne Arne Helland, Ålesund FIK	(56)	Byrkjelo	11.08.1991
4:10.33		Sverre Tvedt, IL Norna-Salhus	(47)	Fana	22.06.1982
4:10.4	(8)A	Harald Nettum, IL i BUL	(10)	Oslo/Bi	14.06.1946
4:10.4		Nils Okstad, Namsen FIF	(43)	Steinkjer	30.05.1979
4:10.4	(-)	Tore Bye, Modum FIK	(66)	Geithus	06.05.2004
4:10.5		Jan-Henry Johansen, IF Graabein	(43)	Oslo/St	16.08.1980
4:10.6	(6)	Volkmar Kelle, Fossum IF	(49)	Trondheim/Le	31.07.1988
4:10.8		Arthur Laastad, IL Norna-Salhus	(25)		.1960
4:10.8		Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)		15.07.1980
		(160)			
4:10.8		Aksel S. Haukanes, IL Huftar	(46)	Fana	28.06.1983
4:10.87	(1)	Oddmund Roalkvam, Stord T&IL	(58)	Leirvik	10.06.1995
4:11.0		Steinar Aasheim, Stord T&IL	(42)	Fana	09.09.1981
4:11.1		Jan E. Viholmen, IF Sturla	(49)	Drammen	27.08.1985
4:11.2	(4)	Finn Systad, T&IF Viking, Bergen	(20)	Bergen/Kr	08.08.1956
4:11.2		Odd Arne Døskeland, IL Gular	(44)	Fana	02.09.1980
4:11.3		Arne Brevik, Heimdal IF	(47)	Trondheim/Le	24.07.1984
4:11.3	(1)	Knut Aalien, Ringerike FIK	(68)	Hønefoss	24.09.2003
4:11.4		Audun Fosseng, Namsen FIF	(47)	Steinkjer	23.07.1983
4:11.43	(2)	Jan Fagerheim, FIK BFG Fana	(59)	Tønsberg	09.08.1996
		(170)			
4:11.46	(11)	Kai Øby, Varteig IL	(58)	Lillehammer	22.06.1995
4:11.5		Gustav Andersen, Lørenskog FIL	(40)	Oslo/Bi	13.06.1976
4:11.6		Marvin Hansen, Grong IL	(41)	Oslo/St	15.06.1976
4:11.6		Bjarne Kalgraff, Eikanger IL	(46)	Fana	19.05.1981
4:11.96		Arnt Kristian Haug, Hokåsen IL	(50)	Moss	20.08.1985
4:11.97	(1)	Lars-Ivar Aarseth, Strindheim IL	(65)	Stjørdal	03.08.2003
4:12.0		Per Felde, IL Gular	(37)		.1975
Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:					
3:57.1	(4)	Ingemar Nordvall, GSK Sandnes (SWE)	(51)	Sandnes	04.06.1988
4:00.05	(5)	Peter Mugisha, IK Tjalve (RWA)	(69)	Oslo/La	31.08.2004
4:00.7	(1)	Hassan Boujdad, Kristiansands IF (ZAI)	(61)	Kristiansand	28.08.1996
4:03.68	(6)A	Rex Hinchliffe, Lillehammer IF (AUS)	(62)	Lillehammer	26.06.1997
4:05.22	(2)	Rolf Rantala, Alta IF (FIN)	(54)	Hammerfest	02.07.1989
4:08.35	(1)MS	Tareke Hagos, IL Tyrving (ERI)	(74)	Asker	05.06.2010
Ubekreftet / Not confirmed:					
4:04.9		Knut Hilleren, Kongsberg IF	(45)		

**1500m menn 40-44 år / Men 40-44 years - 4:20.00/4:20.0**

3:57.9	(2)	Arne Hamarsland, IL Gular	(33)	Fana	30.05.1973
3:58.03		Tor Veвле, IL Fri	(40)	Knarvik	13.09.1981
3:58.90		Leif Inge Tjelta, IL Skjalg	(49)	Haugesund	10.06.1990
4:00.09	(1)	Bjarte Bogstad, IL Gular	(63)	Fana	16.07.2003
4:00.36	(8)	Harald Nygård, FIL AKS-77	(51)	Fana	17.08.1994
4:00.40	(1)B	Knut Kvalheim, IK Tjalve	(50)	Oslo/Bi	03.07.1990
4:00.45		Paul Dahl, Hadeland FIK	(44)	Oslo/Bi	23.07.1987
4:01.3	(1)	Kristoffer Velstad, Modum FIK	(41)	Larvik/Lo	09.08.1981
4:02.5		Tor Magnar Bøifot, IL Skjalg	(38)	Stavanger	17.09.1980
4:02.76	(1)B	James Mason Holtquist, SK Vidar	(54)	Oslo/Bi	17.07.1995
		(10)			
4:03.36		Odd Mikael Harstad, Ullensaker/Kisa IL	(44)	Oslo/Bi	30.07.1985
4:03.9		Hans Emil Frøiland, IL Skjalg	(39)	Larvik/Lo	24.06.1979
4:04.3		Per Gundersen, IL ROS	(40)	Larvik/Lo	15.06.1980
4:04.82	(2)h2	Harald Ødegård, Raumnnes & Årnes IL	(46)	Malmö, SWE	01.08.1986
4:04.9		Rolf Hanssen, Lørenskog FIL	(33)	Oslo/St	16.06.1976
4:05.1	(2)	Arnjot Lande, Aksla IL	(46)	Ålesund	09.08.1987
4:05.2		Øystein Syversen, Ullensaker/Kisa IL	(52)	Kongsvinger	23.05.1992
4:06.05	(11)	Tore Tvilde, FIL Vossar	(49)	Voss	20.05.1992
4:06.1		Odd Bratland, Namsen FIF	(43)	Steinkjer	23.07.1983
4:06.2	(7)	Bjørn Husås, Raumnnes & Årnes IL	(39)	Larvik/Lo	09.08.1981
		(20)			
4:06.46	(4)	Nils Undersåker, Inderøy IL	(39)	Helsinki, FIN	10.08.1980
4:06.6		Johan Rodal, IL HIF/Stein	(50)	Hammerfest	14.07.1993
4:07.2	(3)	Håkon Hellebust, IL ROS	(42)	Lillehammer	21.08.1983
4:07.35	(8)C	Gunnar Bjørn Solfeld, Tvedestrand T&IF	(49)	Grimstad	15.06.1990
4:07.6	(4)	Finn Magnar Hagen, Rena IL	(40)	Steinkjer	26.07.1981
4:07.76	(3)	Atle Fosse, IL Gular	(48)	Fana	22.09.1992
4:08.2		Hans Sejrup, IL Gneist	(39)	Fana	09.09.1981
4:08.89		Øistein Helgesen, Sandnes IL	(46)	Sandnes	01.07.1987
4:08.9		Kåre Osnes, Haugesund IL	(50)	Haugesund	24.09.1990
4:09.11	(6)MS	Bjarte Vik, Osterøy IL	(69)	Fana	14.06.2009
		(30)			
4:09.2		Paul Bruvik, IL Gular	(43)	Odda	02.09.1984
4:09.2	(5)	Kjell Leira, Aksla IL	(46)	Ålesund	09.08.1987
4:09.20	(4)	Terje Gautvik, Fræna FIK	(61)	Elnesvågen	18.08.2001
4:09.24	(1)	Rolf Rantala, Aksla IL	(54)	Leirvik	07.08.1994
4:09.3		Nils Landro, IL Gular	(40)		.1980
4:09.44	(4)	Odd Arvid Nilsen, Lørenskog FIL	(47)	Pori, FIN	02.08.1987
4:10.0	(5)	Ole Lutdal, Frosta IL	(37)	Steinkjer	26.07.1981
4:10.0	(2)	Tor Aanensen, Kristiansands IF	(40)	København, DEN	31.07.1983
4:10.0	(1)	Lorentz Nergård, IL Gular	(43)	Harstad	30.06.1984
4:10.3	(1)	Arne Kvalheim, IK Tjalve	(45)	Larvik/Lo	02.07.1989
		(40)			
4:10.3	(2)	Åge Nygård, Hadeland FIK	(50)	Kristiansand	12.08.1990
4:10.52	(1)	Abdeslam Najj, IL i BUL	(65)	Geithus	02.07.2006
4:10.9	(6)	Sigmund Julshamn, IL Bryn	(41)	Steinkjer	26.07.1981
4:11.1		Sigbjørn Tonning, Vik IL	(44)	Voss	06.08.1984
4:11.12	(10)	Trond Mikkelsen, Ask IL	(56)	Fana	07.07.1999
4:11.19	(9)	Bright Strømmen, IL Fri	(59)	Fana	03.08.1999
4:11.23		Steinar Aasheim, Stord T&IL	(42)	Fana	07.07.1982
4:11.6		Per Felde, IL Gular	(37)	Fana	29.08.1979
4:11.7		Arne Moen, Raumnnes & Årnes IL	(44)	Jessheim	13.06.1984
4:11.79	(1)	Egil Skarpsno, FIK Ren-Eng	(62)	Åkrestrømmen	06.06.2003
		(50)			
4:11.9	(5)	Ernst Sølvsberg, Gjøvik FIK	(42)	Lillehammer	21.08.1983
4:12.2		Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Knarvik	07.06.1984
4:12.4		Jan Andersen, SK Vidar	(45)	Oslo/Bi	30.07.1985
4:12.5		Steinar Gresslås, Ullensaker/Kisa IL	(53)	Jessheim	15.06.1993
4:12.6	(1)	Einar Agard, Kråkstad IL	(34)	Ås	01.09.1974
4:12.7	(3)	Arnt Eilertsen, IL Norodd	(49)	Larvik/Lo	02.07.1989
4:12.86		Atle Tanum, Gjesdal IL	(60)	Sandnes	26.06.2002
4:12.9	(7)	Jan Stave, Aksla IL	(46)	Ålesund	09.08.1987
4:13.0		Jarle Ersnes, Eidanger IL	(42)	Larvik/Lo	02.06.1982
4:13.09		John Callaghan, Haugesund IL	(50)	Haugesund	10.06.1990
		(60)			
4:13.1	(6)	Halvard Skiri, Kongsvinger IL	(43)	Lillehammer	21.08.1983
4:13.3		Volkmar Kelle, Fossum IF	(49)	Oslo/Bi	22.05.1990
4:13.36		Olav Løvhaug, Hadeland FIK	(44)	Lillehammer	11.06.1988
4:13.5		Odd M. Spjøtvold, Kyrksæterøra IL	(43)	Steinkjer	04.08.1984
4:13.5	(4)	Arne Hovde, Ringerike FIK	(48)	Larvik/Lo	02.07.1989
4:13.7		Jan Voje, Gjerpen IF	(42)		22.09.1982
4:13.9	(8)	Rolf Breisnes, IL Jotun	(47)	Ålesund	09.08.1987
4:14.0	(9)	John Gudding, Frol IL	(47)	Ålesund	09.08.1987
4:14.2		Øivind Gundhus, IF Hellas	(11)	Drammen	11.09.1953
4:14.4		Oddvar Blokhus, Oppdal FIK	(49)	Molde	29.07.1989
		(70)			

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

4:14.56		Magne Arne Helland, Ålesund FIK	(56)		.1998
4:14.6		Ame Rislå, Kristiansands IF	(53)	Kristiansand	09.08.1995
4:14.7		Jan Høiden, Kongsvinger IL	(51)	Kongsvinger	07.06.1991
4:14.8	(2)	Thor Kojala, IL i BUL	(32)	Ås	01.09.1974
4:14.8		Harald Bjørknes, Bodø & Omegns IF	(42)	Bodø	25.05.1983
4:14.8		Martin Elden, Namdalseid IL	(41)	Steinkjer	04.08.1984
4:14.80	(4)	Tryggve Bernt, Kongsberg IF	(46)	Oslo/Bi	10.08.1986
4:14.8		Per Alsgaard, Oslo Politis IL	(45)	København, DEN	.1986
4:14.84		Bjarte Sleire, IL Skjalg	(54)	Sandnes	24.05.1995
4:15.0	(7)	Arne Godal, Byåsen IL	(37)	Steinkjer	26.07.1981
		(80)			
4:15.42	(23)	Aage Odfjell, IL Gneist	(46)	Fana	11.08.1987
4:15.5		Dagfinn Olsen, IL Korlevoll	(42)	Voss	27.06.1984
4:15.50		John Medrum, Hadeland FIK	(44)	Lillehammer	11.06.1988
4:15.6	(3)	Bernt Eltervaag, IL Skjalg	(62)	Stavanger	22.08.2006
4:15.64	(6)	Karsten Måkestad, IL Korlevoll	(56)	Stegaberg	13.08.1997
4:15.68	(5)h2	Åge Galgerud, IK Tjalve	(47)	Verona, ITA	29.06.1988
4:15.7		Einar Behrns, Moelven IL	(49)	Romedal	04.06.1990
4:16.0		Terje Roness, Haugesund IL	(45)		.1986
4:16.2		Knut Ø. Hansen, Lørenskog FIL	(36)	Oslo/St	16.06.1976
4:16.5		Ola Tellesbø, IF Urædd	(36)	Porsgrunn	.1977
		(90)			
4:16.6		Helge Brække, FIL AKS-77	(41)	Knarvik	07.07.1981
4:16.6	(4)	Øystein Vikane, FIL AKS-77	(47)	Fana	10.09.1987
4:16.69	(13)	Arne Risa, IL Gular	(44)	Fana	22.06.1988
4:16.72	(4)	Helge Dolsvåg, Kristiansands IF	(62)	Kristiansand	26.05.2006
4:17.0		Sigmund Ongstad, Oslostudentenes IK	(44)	Jessheim	13.06.1984
4:17.1		Gunnar Hundhammer, Hokåsen IL	(44)	Øvre Årdal	06.09.1985
4:17.26	(4)	Kai Hopperstad, Oslo Politis IL	(55)	Kajaani, FIN	02.07.1995
4:17.3		Olav Sande, IL Svint	(18)		.1959
4:17.47	(13)	Audun Lavik, Ask IL	(44)	Fana	14.08.1986
4:17.5		Roald Lund, Bodø & Omegns IF	(38)	Bodø	13.09.1978
		(100)			
4:17.6		Enok Simonsen, IL i BUL-Tromsø	(47)	Finnfjordbotn	30.08.1987
4:17.93	(5)	Yngve Hjørnevik, FIK BFG Fana	(56)	Fana	24.06.1998
4:18.0		Per Magne Tengesdal, Gjesdal IL	(41)	Stavanger	12.08.1981
4:18.0		Bjarte Hatlen, Byåsen IL	(44)	Steinkjer	27.07.1985
4:18.1	(6)	Einar Steinhaug, IL Norodd	(43)	Fana	29.07.1984
4:18.19	(8)C	Dag Erichsrud, IL i BUL	(49)	Oslo/La	06.06.1989
4:18.19		Øystein Havrevoll, Ås IL	(50)	Oslo/Tr	27.06.1990
4:18.2		Kyrre Ellefsen, Bodø & Omegns IF	(38)	Bodø	13.09.1978
4:18.22	(1)	Arne Opheim, Ålesund FIK	(50)	Byrkjelo	11.08.1991
4:18.4		Harald Ødegaard, Steinkjer I&FK	(42)	Trondheim	03.07.1982
		(110)			
4:18.41	(1)	Øyvind Liland, FIK BFG Fana	(60)	Ravnanger	02.07.2000
4:18.45	(6)	Knut Hilleren, Kongsberg IF	(45)	Oslo/Bi	10.08.1986
4:18.46		Tofiri Kibuuka, IL i BUL	(47)		.1988
4:18.5		Egil Fiskerud, Aurskog-Høland FIL	(37)	Lillestrøm	20.08.1977
4:18.62	(4)B	Arne Hugo Hansen, Tromsdalen UIL	(55)	Oslo/Bi	21.07.1998
4:18.75	(2)	Johnny Røyrvik, Gloppen FIL	(50)	Byrkjelo	11.08.1991
4:18.8	(4)	Ger van Graas, Hinna IL	(55)	Stavanger	05.07.1995
4:18.9		Willy Åge Haugen, IK Våg	(37)	Vågsbygd	17.06.1979
4:19.3		Vidar Østreng, Høybråten & Stovner IL	(40)	Oslo/St	18.08.1980
4:19.7	(11)	Berge Hjørungnes, Aksla IL	(46)	Ålesund	09.08.1987
		(120)			
4:19.72	(4)	Atle Rød, FIL AKS-77	(50)	Leirvik	07.08.1994
4:19.8		Finn Pedersen, Veldre IL	(39)	Romedal	15.06.1979
4:19.87	(1)	Vidar Mathisen, Askim IF	(63)	Askim	24.05.2003
4:19.9		Styrk Lote, Gjesdal IL	(40)	Stavanger	06.09.1980
4:20.0	(3)	Kjell Skallist, Tjølling IF	(33)	Ås	01.09.1974
4:20.0		Johan Nordli, Lørenskog FIL	(36)	Oslo/Bi	01.09.1977
Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:					
4:07.45	(11)A	Rex Hinchliffe, Lillehammer IF (AUS)	(62)	Oslo/Bi	04.06.2002

## 1500m menn 45-49 år / Men 45-49 years - 4:30.00/4:30.0

4:01.54		Paul Dahl, Hadeland FIK	(44)	Jessheim	08.08.1989
4:02.60	(7)	Harald Nygård, FIL AKS-77	(51)	Fana	06.08.1997
4:03.10	(14)	Tor Vevle, IL Fri	(40)	Fana	03.07.1986
4:07.1	(2)	Helge Hekland, IL Gular	(35)	Larvik/Lo	09.08.1981
4:07.28	(1)	Atle Fosse, IL Gular	(48)	Fana	22.09.1993
4:07.57	(4)	Kristoffer Velstad, Sigdal FIK	(41)	Malmö, SWE	29.07.1986
4:07.78	(3)	Nils Undersåker, Inderøy IL	(39)	Brighton, GBR	25.08.1984
4:11.21	(3)	Bjarte Bogstad, IL Gular	(63)	Fana	31.05.2008
4:12.3		Leif Inge Tjelta, Gjesdal IL	(49)	Sandnes	15.06.1994
4:13.52	(1)	Trond Mikkelsen, Ask Friidrett	(56)	Fana	11.06.2003
		(10)			
4:13.53	(5)	Finn Magnar Hagen, Rena IL	(40)	Malmö, SWE	29.07.1986
4:13.78	(4)	Harald Ødegård, Raumes & Årnes IL	(46)	Kristiansand	03.07.1992
4:14.0		Johan Petter Hesselberg, Byåsen IL	(32)	Steinkjer	14.05.1981
4:15.1	(4)	Olav Løvhaug, Hadeland FIK	(44)	Larvik/Lo	02.07.1989
4:15.19	(8)	Øystein Vikane, FIL AKS-77	(47)	Kristiansand	03.07.1992
4:15.2		Leif Onshus, Lillehammer IF	(29)	Bergen	20.06.1975
4:15.3		Tor Magnar Bøifot, IL Skjalg	(38)	Stavanger	18.05.1983
4:15.5		Ole Lutdal, Frosta IL	(37)	Steinkjer	04.08.1984
4:15.6	(1)	Odd Bratland, Namsen FIF	(43)	Trondheim/Le	31.07.1988
4:15.72	(1)	Torbjørn Skarpeteig, Øyestad IF	(47)	Bjørkelangen	09.08.1992
		(20)			
4:16.1		Magne Johnsen, Heimdal IF	(41)	Trondheim/Le	15.07.1987
4:16.3		Odd Arvid Nilsen, IL i BUL	(47)		.1993
4:16.7		Torbjørn Wiggen, IL Stjørdals-Blink	(41)		.1988
4:16.8		Arne Hamarsland, IL Gular	(33)	Fana	09.08.1981
4:16.85		Jarle Ersnes, Eidanger IL	(42)		.1988
4:17.04	(2)	Harald Simmenes, Osterøy IL	(50)	Fana	06.08.1997
4:17.1		Oddvar Andersen, Sørums IL	(37)	Årnes	06.07.1983
4:17.12	(2)	Karl Vågstøl, FIL AKS-77	(51)	Florø	27.06.1997
4:17.77		Arne Rislaa, Kristiansands IF	(53)	Kristiansand	20.07.2001
4:17.88	(4)h2	Nils Lysne, IL Gular	(40)	Malmö, SWE	28.07.1986
		(30)			
4:18.0	(8)	Leif Vågsmyr, Tvedestrand T&IF	(29)	Göteborg, SWE	11.08.1977
4:18.25		Hans Utkilen, IL i BUL	(42)		.1988
4:18.4		Arne Moen, Raumes & Årnes IL	(44)	Jessheim	14.06.1989
4:18.6	(10)B	Tore Tvilde, Vossaalliansen	(49)	Fana	17.07.1996
4:18.8		Dagfinn Olsen, IL Korlevoll	(42)	Göteborg, SWE	06.08.1987
4:18.9		Jens Johansen, Fjordgård IL	(35)		.1980
4:19.2	(5)	Kaare Mortensen, IF Fram, Larvik	(36)	Larvik/Lo	09.08.1981
4:19.4		Per Felde, IL Gular	(37)	Knarvik	13.06.1982
4:19.97	(1)	Bjarte Sleire, IL Skjalg	(54)	Sandnes	08.06.2002
4:20.02		Per Even Kleive, Aalesunds IL	(42)	Ålesund	03.09.1988
		(40)			
4:20.3		Arne Godal, Byåsen IL	(37)	Trondheim/Le	04.07.1982
4:20.36	(7)h1	Rolf Breisnes, IL Jotun	(47)	Kristiansand	02.07.1992
4:20.4		Knut Engelbreth Møller, Heimdal IF	(41)	Trondheim/Le	14.08.1987
4:20.45	(8)h3	Oddvar Tjelta, Orre IL	(43)	Kristiansand	02.07.1992
4:20.6	(2)	Willy Åge Haugen, IK Våg	(37)	København, DEN	31.07.1983
4:20.7	(3)	Einar Agard, Kråkstad IL	(34)	Sandane	27.07.1980
4:20.72	(3)	Henning Kristiansen, IL Valder	(45)	Bjørkelangen	09.08.1992
4:20.9	(1)	Arne Mjelde, Osterøy IL	(42)	Ålesund	09.08.1987
4:21.09	(1)	Rex Hinchliffe, Lillehammer IF	(62)	Tønsberg	17.08.2008
4:21.2	(1)	Thor Kojala, IL i BUL	(32)	Spikkestad	20.08.1978
		(50)			
4:21.73	(3)	Arnlfjot Lande, Ålesund FIK	(46)	Byrkjelo	11.08.1991
4:21.76	(1)	Alf Fjeldstad, FIL AKS-77	(50)	Ravnanger	25.06.1995
4:21.8	(6)	Johan Nordli, Lørenskog FIL	(36)	Larvik/Lo	09.08.1981
4:21.81		Peder Arne Sylte, Rana FIK	(54)	Mo i Rana	05.06.2001
4:22.0	(7)	Leiv Mjelde, Osterøy IL	(34)	Larvik/Lo	09.08.1981
4:22.36	(4)	Magnor Rosland, Orre IL	(45)	Byrkjelo	11.08.1991
4:22.46	(5)	Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Haugesund	27.08.1989
4:22.5	(2)	Per Gundersen, IL ROS	(40)	Ålesund	09.08.1987
4:22.55	(2)	Jostein Moksnes, Frol IL	(37)	Mo i Rana	21.07.1985
4:22.63	(2)	Helge Dolsvåg, Kristiansands IF	(62)	Tønsberg	17.08.2008
		(60)			
4:22.75	(6)	Øivind Bernes, Osterøy IL	(58)	Fana	09.08.2006
4:22.93		Johnny Røyrvik, Gloppen FIL	(50)	Førde	03.06.1995
4:23.08	(10)h1	Frank Jensen, Alta IF	(45)	Kristiansand	02.07.1992
4:23.1		Svein Jansen, IL Varegg	(38)	Knarvik	16.09.1984
4:23.17	(1)	Eivind Nybakken, Lillehammer IF	(50)	Bismo	11.08.1995
4:23.2		Torfinn Taksdal, Undheim IL	(40)	Sandnes	11.09.1985
4:23.3	(8)	Kjell Skallist, Tjølling IF	(33)	Larvik/Lo	09.08.1981
4:23.3		Kolbjørn Skjerve, Ullensaker/Kisa IL	(37)	Jessheim	15.06.1983
4:23.3	(4)	Halvard Skiri, Kongsvinger IL	(43)	Trondheim/Le	31.07.1988
4:23.9		Ivar Jakobsen, Bodø & Omegns IF	(32)	Bodø	05.09.1979
		(70)			

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

4:23.96	(6)	Sigbjørn Tonning, Øystese IL	(44)	Haugesund	27.08.1989
4:24.0	(2)h4	Roy Jensen, IL Varegg	(31)	Göteborg, SWE	10.08.1977
4:24.0	(5)	Sigmund Julshamm, IL Bryn	(41)	Trondheim/Le	31.07.1988
4:24.17	(3)	Atle Rød, FIL AKS-77	(50)	Bismo	11.08.1995
4:24.27	(5)	Tryggve Bernt, Kongsberg IF	(46)	Byrkjelo	11.08.1991
4:24.38	(2)	Rolf Breisnes, IL Jotun	(47)	Overhalla	08.08.1993
4:24.49	(3)	Steinar Flatås, Frol IL	(46)	Overhalla	08.08.1993
4:24.5	(1)	Helge Brekke, FIL AKS-77	(41)	Knarvik	01.06.1988
4:24.59	(7)C	Volkmar Kelle, Fossum IF	(49)	Oslo/Bi	23.07.1996
4:24.8	(7)h1	Egil G. Kjenner, IF Hellas	(29)	Göteborg, SWE	10.08.1977
		(80)			
4:24.8		Ingvar Halvorsen, Sørum IL	(35)	Jessheim	11.06.1980
4:24.80	(6)	Magne Tystad, Gloppen FIL	(45)	Byrkjelo	11.08.1991
4:25.0		Jan Venstad, Hamar IL	(37)	Oslo/St	21.06.1982
4:25.0		Ernst Sølvsberg, Gjøvik FIK	(42)	Jessheim	12.06.1987
4:25.48		Olav Hagland, Hinna IL	(48)	Sandnes	12.07.1995
4:25.6	(4)	Arnfinn Andreassen, Haga IF	(35)	Sandane	27.07.1980
4:25.6		Knut Ø. Hansen, Lillehammer IF	(37)	Kongsvinger	12.07.1982
4:25.6		Martin Elden, Namdalseid IL	(41)	Inderøy	16.06.1986
4:25.69	(2)	Gunnar Bjørn Solfjeld, Tvedestrand T&IF	(49)	Tønsberg	09.08.1996
4:25.7		Terje Olstad, Stovnerkameratene	(45)	Jessheim	15.06.1990
		(90)			
4:26.0	(10)	Torvald Sandvik, IL Sandvin	(34)	Larvik/Lo	09.08.1981
4:26.2		Ove Åserud, Aurskog-Høland FIL	(41)	Jessheim	14.06.1989
4:26.34		Magne Arne Helland, Ålesund FIK	(56)	Elnesvågen	18.08.2001
4:26.59	(1)	Geirulf Mikkelsen, Ask Friidrett	(55)	Ravnanger	02.07.2000
4:26.9		Odd Mikael Harstad, Ullensaker-Sørumsund FIK	(44)	Jessheim	14.06.1991
4:27.83	(1)	Brede Huse, Modum FIK	(58)	Geithus	28.08.2004
4:27.86	(1)	Øystein Syversen, Raumnes & Årnes IL	(52)	Jessheim	31.08.2000
4:28.00	(4)	Sverre Marstein, Tønsberg FIK	(38)	Oslo/Bi	10.08.1986
4:28.0	(1)	Øystein Sæther, IK Rindals-Troll	(55)	Stjørdal	22.08.2001
4:28.14	(5)	Kjell Knudsen, Kristiansands IF	(41)	Oslo/Bi	10.08.1986
		(100)			
4:28.14	(2)	Stein Nilsen, Ask Friidrett	(55)	Ravnanger	02.07.2000
4:28.3	(1)	Even Løkken, Strindheim IL	(54)	Stjørdal	20.08.2003
4:28.62	(1)	Arne Stavø, Strindheim IL	(58)	Stjørdal	03.08.2003
4:28.70		Arne Hugo Hansen, Tromsdalen UIL	(55)	Mo i Rana	24.06.2000
4:29.0	(1)	Per Alsgaard, Oslo Politis IL	(45)	Oslo/Bi	14.09.1993
4:29.10	(7)B	Odd Grenager, Askim IF	(55)	Oslo/Bi	29.05.2001
4:29.39	(6)	Arvid Syrstad, Skaun IL	(49)	Bismo	11.08.1995
4:29.4	(3)	Håkon Forthun, IL Bryn	(35)	Steinkjer	26.07.1981
4:29.50	(1)B	James Mason Holtquist, SK Vidar	(54)	Oslo/St	11.06.2003
4:29.51	(9)	John Bernes, Osterøy IL	(44)	Byrkjelo	11.08.1991
		(110)			
4:29.9	(4)	Jon Heggland, Kristiansands IF	(43)	Kristiansand	12.08.1990
4:29.93	(4)	Øystein Eriksen, Ask Friidrett	(54)	Ravnanger	02.07.2000
Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:					
4:29.3	(1)	Roger White, FIK BFG Fana	(42)	Voss	17.06.1990
Ukjent klassetilhørighet / Age group not confirmed:					
4:26.5	(2)	Idar Bakken, IF Graabein	( )	Spikkestad	20.08.1978

**1500m menn 50-54 år / Men 50-54 years - 4:45.00/4:45.0**

4:16.29	(10)B	Paul Dahl, IL Kolbukameratene	(44)	Oslo/Bi	17.07.1995
4:16.48	(2)B	Harald Nygård, FIL AKS-77	(51)	Fana	08.09.2002
4:16.79	(1)	Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Miyazaki, JPN	16.10.1993
4:17.5		Johan Petter Hesselberg, Byåsen IL	(32)	Steinkjer	27.07.1985
4:22.36	(8)	Øivind Bernes, Osterøy IL	(58)	Ljubljana, SLO	28.07.2008
4:22.50	(5)B	Harald Ødegård, Raumnes & Årnes IL	(46)	Oslo/Bi	18.06.1996
4:23.21	(4)	Nils Undersaker, Inderøy IL	(39)	Budapest, HUN	06.07.1990
4:23.34	(1)	Trond Mikkelsen, Ask Friidrett	(56)	Geithus	02.07.2006
4:24.03	(10)50h3	Dagfinn Olsen, IL Korlevoll	(42)	Kristiansand	02.07.1992
4:24.5	(1)	Torbjørn Viken, Øyer IL	(36)	Trondheim/Le	31.07.1988
		(10)			
4:24.68	(8)	Lars Oddvar Hole, Vossaalliansen	(45)	Fana	24.06.1998
4:25.0		Magne Johnsen, Heimdal IF	(41)	Stjørdal	16.08.1991
4:25.28	(4)	Alf Eidsæther, Selsbakk IF	(28)	Helsinki, FIN	09.08.1980
4:25.4	(2)	Jostein Moksnes, Frøil IL	(37)	Ålesund	09.08.1987
4:25.44		Henning Kristiansen, IL Valder	(45)	Fosnavåg	24.08.1996
4:25.44	(1)	Øystein Syversen, Raumnes & Årnes IL	(52)	Haukås	30.08.2002
4:25.5		Willy Myhre, IL Fram, Skatval	(32)	Stjørdal	20.08.1982
4:25.51	(2)h1	Kristoffer Velstad, Sigdal FIK	(41)	Turku, FIN	26.07.1991
4:25.9	(1)	Oddvar Tjelta, Klepp IL	(43)	Overhalla	08.08.1993
4:25.96	(5)B	Audun Lavik, Ask IL	(44)	Fana	17.08.1994
		(20)			
4:25.98	(7)	Arne Opheim, Ålesund FIK	(50)	Ålesund	26.08.2000
4:26.0		Kåre Oksavik, Hareid IL	(29)		14.06.1982
4:26.0		Viktor Larsen, Sørum IL	(31)	Jessheim	14.06.1982
4:26.0	(3)	Jens Johansen, Fjordgard IL	(35)	Ålesund	09.08.1987
4:26.5	(5)	Leif Vågsmyr, Tvedestrand T&IF	(29)	Hannover, GER	01.08.1979
4:26.8	(1)	Odd Egeberg, Moelven IL	(31)	Lillehammer	21.08.1983
4:27.12	(2)h1	Per Even Kleive, Aalesunds IL	(42)	Kristiansand	02.07.1992
4:27.2		Harald Reberg, IL Nybrott	(32)	Stjørdal	20.08.1982
4:27.28	(14)	Harald Simmenes, Osterøy IL	(50)	Fana	08.08.2001
4:27.85	(4)h1	Knut Engelbreth Møller, Heimdal IF	(41)	Kristiansand	02.07.1992
		(30)			
4:28.39	(2)	Arne Mjelde, Osterøy IL	(42)	Bjørkelangen	09.08.1992
4:28.6	(1)	Johnny Røyrvik, Gloppen FIL	(50)	Stjørdal	22.08.2001
4:28.7		Leif Onshus, Lillehammer IF	(29)	Ålesund	06.09.1983
4:28.70	(2)	Kaare Mortensen, Larvik FIK	(36)	Oslo/Bi	10.08.1986
4:29.2	(2)	Willy Åge Haugen, IK Våg	(37)	Larvik/Lo	02.07.1989
4:29.21	(3)	Kjell Steinset, Jølster IL	(36)	Oslo/Bi	10.08.1986
4:29.3	(2)	Kjell Skallist, Tjølling IF	(33)	Lillehammer	21.08.1983
4:29.5	(1)	Arne Hamarsland, IL Gular	(33)	Fana	29.07.1984
4:29.58	(1)	Helge Brekke, FIL AKS-77	(41)	Byrkjelo	11.08.1991
4:29.6		Oddvar Andersen, Sørum IL	(37)	Jessheim	12.06.1987
		(40)			
4:29.81	(1)	Ger van Graas, Hinna IL	(55)	Stavanger	06.09.2005
4:29.84	(4)	Aksel Røste, IL Runar	(35)	Verona, ITA	29.06.1988
4:30.1		Arnlfjot Lande, IL Valder	(46)	Ørsta	18.08.1996
4:30.17	(7)	James Mason Holtquist, SK Vidar	(54)	Oslo/Bi	31.08.2007
4:30.5	(3)	Jan Kystad, SK Freidig	(25)	Turku, FIN	16.09.1979
4:30.9		Ivar Jakobsen, Bodø & Omegns IF	(32)	Bodø	30.05.1984
4:30.9		Ove Åserud, Aurskog-Høland FIL	(41)	Jessheim	12.06.1991
4:32.0	(1)	Svein Jansen, IL Varegg	(38)	Haugesund	27.08.1989
4:32.05	(2)	John Bernes, Osterøy IL	(44)	Leirvik	07.08.1994
4:32.1		Bjarne Hagen, Lørenskog FIL	(33)	Jessheim	13.06.1983
		(50)			
4:32.15	(4)h3	Sigmund Julshamn, IL Bryn	(41)	Kristiansand	02.07.1992
4:32.30	(1)	Alf Fjeldstad, FIL AKS-77	(50)	Knarvik	19.08.2000
4:32.43		Leiv Mjelde, Osterøy IL	(34)	Fana	03.07.1985
4:32.5	(1)	Øivinn Berger, Stord T&IL	(30)	Ytre Arna	01.06.1980
4:33.38	(2)	Agnar Skutbergsvene, Veldre IL	(46)	Lillehammer	17.08.1997
4:33.71	(2)	Gunnar Bjørn Solfeld, Tvedestrand T&IF	(49)	Ravnanger	02.07.2000
4:33.9	(2)	Arne Brattelid, Mjøsdalen IL	(37)	Haugesund	27.08.1989
4:34.4		Arne Moen, Raumnes & Årnes IL	(44)	Jessheim	14.06.1995
4:35.0		Øivind Gundhus, IF Hellas	(11)	Drammen	02.07.1962
4:35.1		Oddvar Bråthen, Sørum IL	(31)	Jessheim	15.06.1984
		(60)			
4:35.14	(3)	Einar Behrns, Veldre IL	(49)	Ravnanger	02.07.2000
4:35.2		Arne Skorge, Lørenskog FIL	(41)	Jessheim	15.06.1994
4:35.3	(1)	Ole Johan Garli, Ullensaker/Kisa IL	(56)	Jessheim	15.06.2006
4:35.4		John Eyre, Lillehammer IF	(35)	Hundorp	15.06.1985
4:35.56	(4)B	Tor Vevle, IL Fri	(40)	Fana	08.06.1994
4:35.7		Knut Austlid, Hamar IL	(31)	Romedal	19.06.1981
4:35.85	(11)	Atle Fosse, FIL AKS-77	(48)	Fana	12.08.1998
4:35.9		Sverre Marstein, Tønsberg FIK	(39)	Sem	30.08.1990
4:36.6	(9)B	Arne Innbjo, Haugesund IL	(39)	Haugesund	12.07.1989
4:36.60		Gustav Andersen, Lørenskog FIL	(40)	Oslo/Bi	10.06.1991
		(70)			



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

4:36.7		Ernst Sølvsberg, Gjøvik FIK	(42)	Jessheim	17.06.1992
4:37.11		Birger Helstad, Veldre IL	(47)	Lillehammer	08.07.1997
4:37.34	(3)	Håkon Forthun, IL Bryn	(35)	Mo i Rana	21.07.1985
4:37.40		Arne Perstu, Larvik FIK	(38)	Larvik	23.08.1989
4:37.41	(7)	Volkmar Kelle, Fossum IF	(49)	Oslo/Bi	06.07.1999
4:37.54	(4)	Magne Tystad, Gloppen FIL	(45)	Bismo	11.08.1995
4:37.89	(5)	Rolf Thorbjørnsen, Åssiden IF	(41)	Bjørkelangen	09.08.1992
4:37.9	(6)	Jan H. Johansen, Asker SK	(43)	Overhalla	08.08.1993
4:38.0		Kolbjørn Skjerve, Ullensaker/Kisa IL	(37)	Jessheim	15.06.1988
4:38.2		Olav Guldberg, Steinkjer I&FK (80)	(34)	Steinkjer	28.09.1984
4:38.3		Thor Kojala, Ringerike FIK	(32)	Hønefoss	18.08.1985
4:38.4	(6)	Nils Søgaaard, Sørums IL	(32)	Lillehammer	21.08.1983
4:38.4		Halvard Ove Olafsen, Lørenskog FIL	(42)	Jessheim	17.06.1992
4:38.50		Egil Myhre, SK Vidar	(39)	Oslo/Bi	21.08.1990
4:38.69	(1)	Bright Strømmen, IL Fri	(59)	Fana	28.07.2009
4:38.7		Torbjørn Wiggen, IL Stjørdals-Blink	(41)	Stjørdal	12.08.1994
4:39.11		Olav Hagland, Hinna IL	(48)	Sandnes	28.06.2000
4:39.2		Olav Ulvin, Inderøy IL	(46)	Stjørdal	15.08.1997
4:39.39	(6)	Jon Ljotebø, Vadheim IL	(39)	Byrkjelo	11.08.1991
4:39.8		Steinar Skaret, Lørenskog FIL (90)	(42)	Jessheim	16.06.1993
4:40.00	(5)	Gunnar Fevang, Høyjord IL	(46)	Tønsberg	09.08.1996
4:40.2		Kurt Stille, Fet FIK	(34)	Jessheim	15.06.1984
4:40.2		Ingvar Halvorsen, Sørums IL	(35)	Jessheim	11.09.1985
4:40.4		Einar Agard, Kråkstad IL	(34)	Ski	30.09.1986
4:40.5		Per Amdahl, Frol IL	(33)	Stjørdal	19.08.1983
4:40.6		Harry Holthe, IL Stjørdals-Blink	(36)	Inderøy	14.06.1986
4:40.6		Ole Harald Skolt, Ullensaker/Kisa IL	(53)	Jessheim	12.06.2003
4:40.6	(1)	Kjell Eriksen, Ogdal IL	(55)	Stjørdal	06.08.2008
4:40.71	(1)	Øyvind Øyen, Strindheim IL	(58)	Florø	15.08.2010
4:40.72	(7)h2	Per Magne Tengesdal, Klepp IL (100)	(41)	Kristiansand	02.07.1992
4:41.00	(1)	Einar Færø, Eikanger IL	(56)	Ravnanger	17.06.2007
4:41.1	(1)	Ole Johan Garli, Ullensaker/Kisa IL	(56)	Jessheim	14.06.2007
4:41.48	(6)	Rolv Gladsø, Larvik T&IF	(46)	Tønsberg	09.08.1996
4:41.5	(5)	Ernst Bakke, IL Norodd	(31)	Steinkjer	26.07.1981
4:41.83	(1)	Atle Magnar Bones, Strindheim IL	(57)	Tønsberg	17.08.2008
4:41.9	(6)	Gunnar Albertsen, Brønnøysund IL	(31)	Steinkjer	26.07.1981
4:41.92	(4)	Olaf Henninen, Mjøndalen IF	(36)	Oslo/Bi	10.08.1986
4:42.0	(1)	Oddvar Hasle, Sørums IL	(22)	Ås	01.09.1974
4:42.0		Kåre Eriksen, Kristiansand	(24)	Vågsbygd	18.06.1975
4:42.1	(5)h2	Bjarne Solbu, IL Dyre Vaa (110)	(27)	Göteborg, SWE	10.08.1977
4:42.4		Arvid Sjøseth, IL Gneist	(28)	Ytre Arna	03.06.1978
4:42.4	(7)	Hroar Bonsted, Hokåsen IL	(33)	Lillehammer	21.08.1983
4:42.41	(2)	Tore Michael Engen, IL Mogutten	(58)	Tønsberg	17.08.2008
4:42.79	(1)	Øystein Vikane, Austrheim IL	(47)	Knarvik	20.05.2000
4:42.9	(8)	Thor Ahlsand, Njård	(31)	Lillehammer	21.08.1983
4:42.95	(5)	Torvald Sandvik, IL Sandvin	(34)	Oslo/Bi	10.08.1986
4:43.1		Magne Vettejord, Osterøy IL	(37)	Leirvik	19.06.1988
4:43.3		Tor Haaland, Lørenskog FIL	(36)	Jessheim	12.06.1987
4:43.5		Thorleif Michelsen, IL i BUL-Tromsø	(29)		.1979
4:43.89	(5)	Paul Bruvik, Bergen FIK (120)	(43)	Kajaani, FIN	02.07.1995
4:44.3		Leif Bjerklund, Ski IL	(29)	Drøbak	26.09.1982
4:44.4		Alf Bjørnen, IL Bjarg	(31)	Knarvik	13.06.1982
4:44.6	(7)	Rolf Thorbjørnsen, Åssiden IF	(41)	Overhalla	08.08.1993
4:44.9		Svein Oddvar Tunold, Kløfta IL	(45)	Jessheim	17.06.1996
Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:					
4:25.76	(2)	Hector Soto, Gloppen FIL	(46)	Florø	27.06.1997

## 1500m menn 55-59 år / Men 55-59 years - 5:05.00/5:05.0

4:22.4		Alf Eidsæther, Selsbakk IF	(28)	Trondheim	24.07.1984
4:25.80	(1)	Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Tønsberg	09.08.1996
4:26.89	(2)	Harald Nygård, FIL AKS-77	(51)	Misano, ITA	14.09.2007
4:28.44	(1)	Paul Dahl, IL Kolbukameratene	(44)	Steinkjer	04.07.1999
4:29.3		Nils Undersåker, Inderøy IL	(39)	Stjørdal	12.08.1994
4:30.55	(2)	Kåre Oksavik, Hareid IL	(29)	Brighton, GBR	25.08.1984
4:31.2		Harald Ødegård, Raumnes & Årnes IL	(46)	Jessheim	14.06.2001
4:31.68	(3)	Jan Kystad, SK Freidig	(25)	Christchurch, NZL	14.01.1981
4:32.7		Leif Onshus, Lillehammer IF	(29)	Lillehammer	08.09.1987
4:37.3	(5)	Oddvar Hasle, Sørums IL	(22)	Göteborg, SWE	11.08.1977
		(10)			
4:38.46	(3)	Eiler Nygårdseter, Kongsvinger IL	(22)	Helsinki, FIN	09.08.1980
4:38.51	(1)	Odd Egeberg, Moelven IL	(31)	Oslo/Bi	10.08.1986
4:39.2	(2)	Svein Jansen, IL Varegg	(38)	Knarvik	16.06.1996
4:39.3		Øivind Gundhus, IF Hellas	(11)	Drammen	06.06.1966
4:39.3		Kjell Steinset, Jølster IL	(36)	Brumunddal	01.09.1991
4:39.38	(2)	Thorleif Lund, Drøbak-Frogn IL	(35)	Huddinge, SWE	04.07.1993
4:39.6	(2)	Oddvar Åsen, Lillehammer IF	(26)	Larvik/Lo	09.08.1981
4:39.66	(1)	Willy Åge Haugen, IK Våg	(37)	Bjørkelangen	09.08.1992
4:39.69	(1)	Harald Simmenes, Osterøy IL	(50)	Fana	15.06.2005
4:40.06	(17)	John Bernes, Osterøy IL	(44)	Fana	22.06.1999
		(20)			
4:40.24	(2)	Oddvar Tjelta, Klepp IL	(43)	Steinkjer	04.07.1999
4:40.71	(1)	Øyvind Trongmo, Korgen IL	(53)	Tønsberg	17.08.2008
4:40.86	(11)C	Lars Oddvar Hole, FIL Vossar	(45)	Oslo/Bi	24.07.2001
4:40.97	(2)	Kaare Mortensen, Larvik FIK	(36)	Bjørkelangen	09.08.1992
4:41.0		Øivinn Berger, Stord T&IL	(30)	Leirvik	21.09.1985
4:41.5	(2)	Bjarne Hagen, Lørenskog FIL	(33)	Larvik/Lo	02.07.1989
4:41.59		Arne Mjelde, Osterøy IL	(42)	Haukås	18.08.1999
4:41.87	(3)	Knut Engelbreth Møller, Byåsen IL	(41)	Tønsberg	09.08.1996
4:42.53	(3)	Volkmar Kelle, Fossum IF	(49)	Geithus	28.08.2004
4:42.93	(1)	Henning Kristiansen, IL Valder	(45)	Eskilstuna, SWE	19.08.2001
		(30)			
4:43.40	(3)	Jostein Moksnes, Frol IL	(37)	Bjørkelangen	09.08.1992
4:44.3	(3)	Claus Krohn, IL Molde-Olymp	(33)	Larvik/Lo	02.07.1989
4:44.6		Willy Myhre, IL Fram, Skatval	(32)	Stjørdal	14.08.1987
4:45.20	(4)	Tor Haaland, Lørenskog FIL	(36)	Bjørkelangen	09.08.1992
4:45.5	(1)	Thor Kojala, Ringerike FIK	(32)	Trondheim/Le	31.07.1988
4:45.6		Sven-Anton Bunæs, Eidsvoll TF	(38)	Jessheim	16.06.1993
4:45.9		Oddvar Bråthen, Sørums IL	(31)	Jessheim	16.06.1986
4:46.0	(4)	Torvald Sandvik, IL Sandvin	(34)	Larvik/Lo	02.07.1989
4:47.55	(5)	Knut Ø. Hansen, Lillehammer IF	(36)	Bjørkelangen	09.08.1992
4:47.7		Olav Mellesdal, FIL Vossar	(29)	Knarvik	16.09.1984
		(40)			
4:47.7	(2)	Tor Magnar Bøifot, GTI	(38)	Overhalla	08.08.1993
4:47.72	(2)	Gunnar Bjørn Solfeld, Tvedestrand T&IF	(49)	Kristiansand	27.06.2004
4:47.8		Alf Bjørnen, IL Bjarg	(31)		.1986
4:48.0		Vidar Rogdo, Buvik IL	(26)	Trondheim/Le	06.09.1984
4:48.15	(1)	Torbjørn Skarpeteig, Øyestad IF	(47)	Ravnanger	26.06.2005
4:48.77	(1)	Arne Brattelid, Mjøsdalen IL	(37)	Ravnanger	24.09.1994
4:48.8		Einar Agaad, Kråkstad IL	(34)	Sofiemyr	02.09.1990
4:48.93	(1)	Audun Lavik, Ask Friidrett	(44)	Knarvik	11.06.2000
4:49.2		Erik Haugen, Oslo Politis IL	(28)	Nadderud	01.06.1983
4:49.26	(6)h1	Aksel Røste, IL Runar	(35)	Kristiansand	02.07.1992
		(50)			
4:49.30	(1)	Bjørn Lauglo, Stovnerkameratene	(48)	Stjørdal	03.08.2003
4:49.33	(2)	Alf Fjeldstad, FIL AKS-77	(50)	Ravnanger	26.06.2005
4:50.08	(5)	Johan Bergersen, FIL AKS-77	(46)	Kristiansand	27.06.2004
4:50.0	(1)	Oddmund Unhjem, Isfjorden IL	(30)	Ålesund	09.08.1987
4:50.0		Kurt Stille, Fet FIK	(34)	Jessheim	14.06.1989
4:50.02	(2)	Olav Hagland, Hinna IL	(48)	Stjørdal	03.08.2003
4:50.17		Audun Hellevang, Mjøsdalen IL	(26)	Fana	07.07.1982
4:50.4		Oddvar Barhaugen, Lalm IL	(30)	Otta	18.09.1985
4:50.60	(15)	Arne Risa, IL Gular	(44)	Fana	03.08.1999
4:50.71	(1)	Ove Bernes, Osterøy IL	(52)	Hatland	27.04.2009
		(60)			
4:51.4	(7)50	Erland Madsen, Tynset IF	(25)	Helsinki, FIN	09.08.1980
4:51.4		Leif Bjerklund, Ski IL	(29)	Ski	06.10.1984
4:51.41	(1)	Kjell Oddvin Navelsaker, Jølster IL	(54)	Florø	15.08.2010
4:51.58	(5)	Njål Tveit, Midtbygden IL	(50)	Århus, DEN	01.07.2007
4:51.9	(3)	Olav Tjosås Nordbø, Øystese IL	(33)	Trondheim/Le	31.07.1988
4:52.5		Ingvar Halvorsen, Sørums IL	(35)	Jessheim	17.06.1992
4:52.64	(2)	Ragnar Jakobsen, Kristiansands IF	(43)	Askim	30.06.2002
4:52.72	(1)	Sigmund Julshamn, Fræna FIK	(41)	Ålesund	26.08.2000
4:52.8		Knut Bergesen, T&IF Viking, Bergen	(30)		.1987
4:52.9		Viktor Larsen, Sørums IL	(31)	Jessheim	12.06.1987
		(70)			

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

4:53.0		Ove Åserud, Aurskog-Høland FIL	(41)	Bjørkelangen	08.05.1996
4:53.1	(1)	Asbjørn Sjøseth Jakobsen, Stjørdal FIK	(49)	Stjørdal	18.08.2004
4:53.67	(3)	Ivar Jacobsen, IF Sturla	(32)	Byrkjelo	11.08.1991
4:54.6		Steinar Skaret, Lørenskog FIL	(42)	Oslo/Tr	24.08.1998
4:55.2		Terje Bang, Stjørdals/Blink IL	(39)	Stjørdal	12.08.1994
4:55.56	(3)	Magne Tystad, Gloppen FIL	(45)	Stjørdal	03.08.2003
4:56.05		Harald Aanerud, Lørenskog FIL	(27)	Oslo/Bi	01.10.1982
4:56.2		Lars Strand, Veldre IL	(29)	Romedal	21.06.1985
4:56.2		Per Amdahl, Frol IL	(33)		.1988
4:56.34		Tor Haaland, Lørenskog FIL	(36)	Leirvik	07.08.1994
		(80)			
4:56.36		Ari Valdemarsson, IL Flint	(33)	Tønsberg	12.09.1989
4:56.5	(5)	Gunnar Jørgenvåg, Elnesvågen IL	(34)	Kristiansand	12.08.1990
4:57.2		Oddvar Andersen, Sørum IL	(37)	Jessheim	17.06.1992
4:57.38	(4)	Johan Bergersen, Ask Friidrett	(46)	Askim	30.06.2002
4:57.5		Øyvind Andersen, Sørum IL	(37)	Jessheim	17.06.1992
4:57.7		Egil Ødemark, Ullensaker/Kisa IL	(41)	Jessheim	18.06.1997
4:57.8	(2)	Reidar Hansen, IF Minerva	(24)	Grong	25.08.1979
4:58.0		Leif Solberg, Sørbråten IL	(29)	Jessheim	11.09.1985
4:58.1	(2)	Einar Johan Svendgård, Skogn IL	(49)	Stjørdal	18.08.2004
4:58.3		Dag Fosstvedt, Fjellhug/Vereide IL	(27)	Byrkjelo	07.09.1983
		(90)			
4:58.4		Arne Moen, Raumnes & Årnes IL	(44)	Jessheim	14.06.2001
4:58.7	(1)	Bjarne Skumsnes, GTI	(54)	Sola	13.10.2009
4:58.8	(1)	Per Magne Siraas, Selbu IL	(42)	Stjørdal	22.08.2001
4:59.2		Johan Petter Hesselberg, Byåsen IL	(32)	Trondheim/Le	29.09.1989
4:59.3		Jan Torkelsen, IL Skjalg	(29)	Frøyland	17.06.1984
4:59.6		Thorleif Michelsen, Furufalten IL	(29)		.1985
4:59.7		Odd-Tore Bjerkheim, Aurskog-Høland FIL	(38)	Jessheim	16.06.1993
4:59.8		Johannes Koplund, Modum FIK	(26)	Prestfoss	22.08.1982
5:00.06	(5)	Ole Petter Bergaust, Veldre Friidrett	(46)	Brumunddal	03.07.2005
5:00.2		Kåre Ness, Askvoll IL	(29)		.1985
		(100)			
5:00.2	(3)	Knut Rimstad, Ullensaker/Kisa IL	(49)	Jessheim	27.05.2004
5:00.3		Bjarne R. Riis, Nydalens SK	(31)		.1987
5:00.5		Bodvar Eriksen, IL Molde-Olymp	(33)	Straumsnes	18.08.1990
5:00.5	(2)	Bjørn Ivar Hage, Stjørdal FIK	(44)	Stjørdal	22.08.2001
5:00.7	(4)	Hans Olav Lahus, IL Skarphedin	(51)	Bø	18.05.2006
5:00.9	(7)	John Roger Bjørheim, Kristiansands IF	(34)	Kristiansand	12.08.1990
5:00.9	(2)	Øystein Vikane, FIL AKS-77	(47)	Ravnanger	15.09.2002
5:01.0		Johan Østvang, Mesnali	(28)	Brumunddal	14.09.1985
5:01.01	(1)	Tor Warnes, Malvik IL	(33)	Haugesund	27.08.1989
5:01.2	(1)	Hermann M. Storflor, IL Dalebrand	(51)	Stjørdal	06.08.2008
		(110)			
5:01.7		Arne Skorge, Lørenskog FIL	(44)	Jessheim	14.06.1999
5:01.8		Svein Osmo, Mo IL	(32)	Bodø	30.08.1987
5:02.1		Gunnar Fylling, Veldre IL	(34)	Hornindal	26.08.1990
5:02.28	(3)	Helge Jacob Horn, Oslo IL	(51)	Ravnanger	17.06.2007
5:02.6	(2)	Dag Erichsrud, IL i BUL	(49)	Oslo/St	14.06.2004
5:02.73	(1)	Arne Ommundsen, Frisinn SK	(44)	Sandnes	08.06.2002
5:02.79	(1)	Dagfinn Nyhammer, Gloppen FIL	(50)	Byrkjelo	17.07.2005
5:02.90	(1)	Einar Behrns, Veldre Friidrett	(49)	Geithus	02.07.2006
5:02.99	(2)	Reidar Nordgård, Fauske IL	(30)	Mo i Rana	21.07.1985
5:03.06		Kåre Monkan, Byåsen IL	(33)	Stjørdal	11.08.1989
		(120)			
5:03.7		Helge Bratlien, Sørum IL	(30)	Jessheim	12.06.1987
5:03.8	(3)	Arne Sollid, Fjellhug/Vereide IL	(24)	Sandane	27.07.1980
5:03.91	(8)	John Andersen, Raumnes & Årnes IL	(44)	Jessheim	31.08.2000
5:04.4	(1)	Dag Amundsen, Ullensaker/Kisa IL	(51)	Jessheim	15.06.2006
5:04.5		Olav Hem, Hamar IL	(27)	Elverum	19.06.1982
5:04.5		Arvid Østmo, IL Nybrott	(35)		.1990
5:04.95	(2)	Bjarne Martin Gausvik, FIL AKS-77	(54)	Huddinge, SWE	28.06.2009
5:05.0		Even Haug, Ottestad IL	(24)	Romedal	15.06.1979
5:05.0	(2)	Rolf Meek, Minerva IS	(50)	Jessheim	09.06.2005
Utenfor NFIF / Club outside NAA:					
4:46.8		Arne Jensen, Telesport Bergen	(22)	Göteborg, SWE	10.08.1977

**1500m menn 60-64 år / Men 60-64 years - 5:30.00/5:30.0**

4:41.66	(16)	Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Fana	18.07.2001
4:43.23	(1)	Paul Dahl, IL Kolbukameratene	(44)	Gjøvik	26.08.2005
4:46.24	(1)	Arne Brattelid, Mjøsdalen IL	(37)	Florø	27.06.1997
4:46.28	(2)	Jan Kystad, SK Freidig	(25)	Roma, ITA	29.06.1985
4:46.29	(1)	Kjell Steinset, Jølster IL	(36)	Knarvik	29.08.1998
4:46.64	(5)	Leif Onshus, Lillehammer IF	(29)	Kristiansand	03.07.1992
4:46.9		Nils Undersåker, Inderøy IL	(39)	Stjørdal	17.08.2000
4:49.31	(2)	Eiler Nygårdseter, Kongsvinger IL	(22)	Strasbourg, FRA	18.07.1982
4:50.36	(5)	Arne Mjelde, Osterøy IL	(42)	Potsdam, GER	19.08.2002
4:50.95	(3)	Ragnar Jakobsen, Kristiansands IF	(43)	Århus, DEN	26.07.2004
		(10)			
4:51.00	(1)	Svein Jansen, IL Varegg	(38)	Oslo/St	09.08.1998
4:52.15	(1)	Harald Ødegård, Raumnes & Årnes IL	(46)	Geithus	02.07.2006
4:53.09	(1)	Ragnar Mjelstad, IL Varegg	(47)	Ravnanger	17.06.2007
4:53.7		Oddvar Hasle, Sørum IL	(22)	Jessheim	14.06.1982
4:54.2		Mathias Bergseth, IL Molde-Olymp	(21)	Kristiansund	01.08.1981
4:54.20	(1)	Oddvar Tjelta, Klepp IL	(43)	Lahti, FIN	15.06.2003
4:54.91	(2)	Torbjørn Skarpeteig, IL Express	(47)	Ravnanger	17.06.2007
4:55.6		Thorleif Lund, Drøbak-Frogn IL	(35)	Oslo/La	22.08.1995
4:56.1		Egil G. Kjenner, IF Hellas	(29)		.1989
4:56.15	(2)	Oddvar Aasen, Lillehammer IF	(26)	Oslo/Bi	10.08.1986
		(20)			
4:56.20	(3)	Vidar Rogdo, Buvik IL	(26)	Oslo/Bi	10.08.1986
4:56.39	(2)	Ragnar Jakobsen, Kristiansands IF	(43)	Stjørdal	03.08.2003
4:56.64		Ari Valdemarsson, IL Flint	(33)	Tønsberg	20.08.1996
4:57.17	(3)	John Bernes, Osterøy IL	(44)	Geithus	02.07.2006
4:58.03	(1)	Leif Vågsmyr, Tvedestrand T&IF	(29)	Haugesund	27.08.1989
4:58.3	(2)	Oddmund Unhjem, Isfjorden IL	(30)	Kristiansand	12.08.1990
4:58.3		Oddvar Bråthen, Sørum IL	(31)	Jessheim	12.06.1991
4:58.35	(1)	Arne Hamarsland, IL Gular	(33)	Overhalla	08.08.1993
4:58.5		Knut Austlid, Veldre IL	(31)	Brumunddal	01.09.1991
4:58.85	(6)55h2	Ivar Jacobsen, IF Sturla	(32)	Kristiansand	02.07.1992
		(30)			
4:59.27	(3)	Tor Holstad, IK Grand	(19)	Helsinki, FIN	09.08.1980
4:59.3	(1)	Tormod Haugan, Malvik IL	(20)	Sandane	27.07.1980
4:59.58	(1)	Magne Tystad, Gloppen FIL	(45)	Byrkjelo	19.06.2005
4:59.97	(3)h2	Jan-Henry Johansen, Asker SK	(43)	Århus, DEN	24.07.2004
5:00.0		Per Amdahl, Frøil IL	(33)	Stjørdal	13.08.1993
5:00.1		Tor Haaland, Lørenskog FIL	(36)	Oslo/Tr	21.08.1996
5:00.2	(1)	Bjørn Lauglo, Stovnerkameratene	(48)	Jessheim	12.06.2008
5:01.5	(1)	Per Magne Siraas, Selbu IL	(42)	Stjørdal	21.08.2002
5:01.87	(2)	Jens Johansen, Målselv IL	(35)	Kajaani, FIN	02.07.1995
5:02.47	(3)	Olav Mellesdal, FIL Vossar	(29)	Haugesund	27.08.1989
		(40)			
5:02.77	(1)	Gunnar Bjørn Solfeld, Tvedestrand T&IF	(49)	Moss	23.08.2009
5:02.8	(1)	Hagbart Vebostad, Strindheim IL	(41)	Stjørdal	18.08.2004
5:03.07	(3)	Kaare Mortensen, Larvik FIK	(36)	Tønsberg	09.08.1996
5:03.71	(4)	Aksel Røste, IL Runar	(35)	Tønsberg	09.08.1996
5:03.9	(3)	Oddvar Lie, Høybråten & Stovner IL	(16)	Sandane	27.07.1980
5:04.3	(1)	Olav Tjosås Nordbø, Øystese IL	(33)	Sveio	20.06.1993
5:05.0		Ove Åserud, Aurskog-Høland FIL	(41)	Jessheim	14.06.2001
5:05.2		Bjørn Tvedt, Veldre IL	(38)	Rena	04.08.2000
5:05.42	(4)	Ole Lutdal, Frosta IL	(37)	Florø	27.06.1997
5:05.80	(1)	Audun Lavik, Ask Friidrett	(44)	Ravnanger	23.08.2006
		(50)			
5:06.2	(1)	Alf Bjørnen, IL Bjarg	(31)	Haukås	01.09.1991
5:06.38	(1)	Sigmund Julshamn, Fræna FIK	(41)	Bismo	05.08.2001
5:06.54	(2)	Torvald Sandvik, IL Sandvin	(34)	Leirvik	07.08.1994
5:07.30	(6)	Andor Sandsmark, IL Skjalg	(34)	Tønsberg	09.08.1996
5:07.56	(2)	Kåre Guldbakke, Skjåk IL	(40)	Bismo	05.08.2001
5:07.7		Harald Aanerud, Lørenskog FIL	(27)	Jessheim	12.06.1987
5:07.75	(1)MS	Volkmar Kelle, Fossum IF	(49)	Sofiemyr	13.09.2009
5:07.87	(5)h2	Dagfinn Nyhammer, Gloppen FIL	(50)	Nyiregyhaza, HUN	17.07.2010
5:07.93	(2)	Johan Bergersen, FIL AKS-77	(46)	Ravnanger	23.08.2006
5:08.1	(1)	Harry Magnar Sollie, Byåsen IL	(43)	Stjørdal	17.08.2005
		(60)			
5:08.3	(2)	Bjørn Ivar Hage, Stjørdal FIK	(44)	Stjørdal	18.08.2004
5:08.4		Hans Nordengen, Lørenskog FIL	(17)	Jessheim	11.06.1980
5:08.6	(2)	Torbjørn Wiggen, Stjørdal FIK	(41)	Stjørdal	22.08.2001
5:08.9		Arne Fretheim, Sørum IL	(25)	Jessheim	09.09.1985
5:08.9		Reidar Hansen, IF Minerva	(24)	Jessheim	09.09.1985
5:09.32	(3)	Agnar Skutbergsveen, Veldre Friidrett	(46)	Tønsberg	17.08.2008
5:09.42	(2)	Olav Hagland, GTI	(48)	Moss	23.08.2009
5:10.1	(2)	Jakob Kjersem, Vågstranda IL	(25)	Ålesund	09.08.1987
5:10.95	(7)	Olav Stølhaug, Orkdal IL	(32)	Tønsberg	09.08.1996
5:11.5		Dag Fosstvedt, Fjellhug/Vereide IL	(27)	Skjåk	26.07.1987
		(70)			

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

5:13.51	(1)	Harry Jensvoll, Fana IL	(40)	Fana	14.06.2000
5:13.67	(1)	Kåre Ness, Askvoll IL	(29)	Haugesund	27.08.1989
5:14.2	(1)	Olaf Knai, Hurdal IL	(49)	Jessheim	10.06.2010
5:14.3		Ingvar Halvorsen, Eidsvoll Verk IL	(35)	Jessheim	19.06.1996
5:14.5		Svein Høilo, Oslo IL	(27)	Moss	28.08.1988
5:14.7		Magnus Øgreid, Nærbø IL	(25)	Klepp	04.06.1985
5:14.8	(3)	Arvid Hermann Valøen, Steinkjer FIK	(39)	Stjørdal	22.08.2001
5:15.40	(2)	Ole Knut Westli, Stovnerkameratene	(42)	Askim	30.06.2002
5:16.42	(2)	Bjørn Haugsrud, Veldre IL	(32)	Bjørkelangen	09.08.1992
5:16.8	(1)	Svein Oddvar Tunold, Kløfta IL	(45)	Jessheim	09.06.2005
		(80)			
5:16.9		Rudolf Bernhardsen, Asker og Bærum FIK	(31)	Oslo/La	25.08.1994
5:16.9	(1)	Arne Skorge, Lørenskog FIL	(44)	Jessheim	10.06.2004
5:17.2	(3)	Tore Strand, IF Sturla	(24)	Fana	29.07.1984
5:17.3	(7)	Willy Lorentzen, Bækkelaget SK	(17)	Göteborg, SWE	11.08.1977
5:17.9	(2)	Lornts Heimdal, Sparbu IL	(19)	Steinkjer	26.07.1981
5:17.9		Arvid Valøen, Steinkjer FIK	(40)	Stjørdal	17.08.2000
5:19.1		Oddvar Andersen, Sørums IL	(37)	Jessheim	18.06.1997
5:19.2		Johannes Kopland, Modum FIK	(26)	Gol	17.08.1986
5:19.4		Trygve Sire, Nesbyen IL	(24)		01.06.1984
5:19.5	(2)	Kjell Åsheim, Mjøsdalen IL	(35)	Knarvik	07.09.1996
		(90)			
5:19.7	(4)	Knut Engelbreth Møller, Byåsen IL	(41)	Stjørdal	22.08.2001
5:21.29	(1)	Arvid Syrstad, Skaun IL	(49)	Trondheim/St	25.08.2009
5:22.2		Sigurd Kårstad, Raumes & Årnes IL	(23)	Jessheim	13.06.1983
5:22.2		John Roger Bjørheim, Kristiansands IF	(34)	Kristiansand	13.07.1994
5:22.6		Jon Audun Vevle, Osterøy IL	(25)	Hatland	15.08.1985
5:23.0		Erland Madsen, Tynset IF	(25)	Tynset	02.09.1987
5:23.0		Øyvind Andersen, Sørums IL	(37)	Jessheim	18.06.1997
5:23.9	(4)	Harald Sør-Reime, Varhaug IL	(30)	Kristiansand	12.08.1990
5:23.95	(1)	Inge Vinje, Tønsberg FIK	(45)	Tønsberg	25.08.2009
5:24.0		Sven Olberg, Aurskog-Høland FIL	(42)	Jessheim	13.06.2002
		(100)			
5:24.3	(7)	Robert Hestmann, Fossum IF	(23)	København, DEN	31.07.1983
5:24.8	(5)	Terje Bang, Stjørdal FIK	(39)	Stjørdal	22.08.2001
5:24.8	(3)	Arne Johansen, Ullensaker/Kisa IL	(47)	Jessheim	10.06.2010
5:25.1	(1)	Asbjørn Sjøseth Jakobsen, Stjørdal FIK	(49)	Stjørdal	19.08.2009
5:25.4	(5)	Olaf Lydvo, IL Nybrott	(40)	Stjørdal	21.08.2002
5:26.02	(1)	Arne Warem, Gjesdal IL	(46)	Sandnes	03.10.2008
5:26.4	(m)	Arne Bjørn Lunder, Lambertseter IF	(25)	Roma, ITA	23.06.1985
5:27.1		Helge Bratlien, Sørums IL	(30)	Jessheim	17.06.1992
5:28.4	(1)	Arnold Hjelmeland, Mjøsdalen IL	(28)	Leirvik	19.06.1988
5:28.8	(3)	Knut Kristiansen, Ullensaker/Kisa IL	(44)	Jessheim	15.06.2006
		(110)			
5:28.9		Reidulf Frøysa, Hareid IL	(21)	Bryn	01.07.1984
5:28.9		Karl Lødemel, Ullensaker/Kisa IL	(24)	Jessheim	14.09.1985
5:29.1		Andres Bergo, IL Koll	(24)	Jessheim	16.06.1986
5:29.5		Kåre Strøm, Romedal IL	(21)	Ottestad	17.06.1983
5:29.8		Erling Røst, Universitetets IK	(24)		.1987
5:29.9	(2)	Emil Hatletveit, Os TF	(28)	Leirvik	19.06.1988
<b>1500m menn 65-69 år / Men 65-69 years - 6:00.00/6:00.0</b>					
4:57.81	(3)	Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Misano, ITA	14.09.2007
5:00.00	(2)	Ragnar Jakobsen, Kristiansands IF	(43)	Lahti, FIN	06.08.2009
5:02.81	(5)	Arne Mjelde, Osterøy IL	(42)	Misano, ITA	14.09.2007
5:05.2		Tormod Haugan, Malvik IL	(20)	Vanvikan	06.07.1985
5:09.84	(2)	Tor Holstad, Bodø & Omegns IF	(19)	Helsingborg, SWE	04.08.1985
5:11.17	(2)	John Bernes, Osterøy IL	(44)	Moss	23.08.2009
5:12.29	(3)h1	Ari Valdemarsson, IL Flint	(33)	Gateshead, GBR	06.08.1999
5:13.01	(1)	Kjell Steinset, Gløppen FIL	(36)	Bismo	05.08.2001
5:13.10	(1)	Olav Stølhaug, Orkdal IL	(32)	Florø	27.06.1997
5:14.45	(1)	Bjørn Tvedt, Veldre IL	(38)	Stjørdal	03.08.2003
		(10)			
5:14.65	(1)	Leif Onshus, Lillehammer IF	(29)	Tønsberg	09.08.1996
5:15.29	(1)	Vidar Rogdo, Buvik IL	(26)	Byrkjelo	11.08.1991
5:16.81	(1)	Magne Tystad, Gløppen FIL	(45)	Florø	15.08.2010
5:17.4	(1)	Olav Tjosås Nordbø, Øystese IL	(33)	Knarvik	14.06.1998
5:17.6		Oddvar Lie, Høybråten & Stovner IL	(16)	Oslo/Fr	02.06.1982
5:18.5		Mathias Bergseth, IL Molde-Olymp	(21)	Bryn	12.07.1986
5:18.8		Eiler Nygårdseter, Kongsvinger IL	(22)	Jessheim	12.06.1987
5:18.8	(1)	Konrad Sæthre, Orkanger IF	(23)	Trondheim/Le	31.07.1988
5:19.9		Kristian Skarsvåg, Gjerdrum IL	(22)	Jessheim	12.06.1987
5:20.92	(8)	Kaare Mortensen, Larvik T&IF	(36)	Århus, DEN	26.07.2004
		(20)			

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

5:21.0	(1)	Hagbart Vebostad, Strindheim IL	(41)	Stjørdal	08.08.2007
5:21.58	(2)	Aksel Røste, IL Runar	(35)	Eskilstuna, SWE	19.08.2001
5:22.10	(2)	Trygve Rygg, Ås IL	(21)	Oslo/Bi	10.08.1986
5:23.26	(7)h2	Jan Kystad, SK Freidig	(25)	Turku, FIN	27.07.1991
5:24.5		Hans Nordengen, Hurdal IL	(17)	Jessheim	13.06.1983
5:24.6		Harald Aanerud, Lørenskog FIL	(27)	Jessheim	16.06.1993
5:25.2	(1)	Knut Engelbreth Møller, Byåsen IL	(41)	Stjørdal	06.08.2008
5:25.6	(2)	Arne Hamarsland, IL Gular	(33)	Knarvik	14.06.1998
5:26.99	(3)	Lornts Heimdal, Sparbu IL	(19)	Mo i Rana	21.07.1985
5:27.2		Ingolf Hådem, NTHI	(29)		17.06.1994
		(30)			
5:27.32	(1)	Arne Hamarsland, IL Gular	(33)	Askim	30.06.2002
5:28.6	(1)	Vemund Wemundstad, Stadsbygd IL	(40)	Jessheim	09.06.2005
5:29.30	(3)	Kjell Ulltang, Øystese IL	(38)	Kristiansand	27.06.2004
5:30.33	(1)	Inge Vinje, Tønsberg FIK	(45)	Tønsberg	09.10.2010
5:30.4	(1)	Arvid Valøen, Steinkjer FIK	(39)	Stjørdal	18.08.2004
5:30.47	(2)	Gustav Erling Karlsen, Byåsen IL	(42)	Trondheim/St	14.06.2008
5:32.12	(2)	Jens Johansen, IL Pioner	(35)	Askim	30.06.2002
5:32.4		Svein Hegge, Byåsen IL	(23)	Stjørdal	.1988
5:32.5		Oddvar Bråthen, Sørums IL	(31)	Jessheim	19.06.1996
5:33.6	(1)	Svein Oddvar Tunold, Kløfta IL	(45)	Jessheim	10.06.2010
		(40)			
5:33.95	(2)	Leif Vågsmyr, Tvedestrand T&IF	(29)	Tønsberg	09.08.1996
5:34.2		Tor Haaland, Lørenskog FIL	(36)	Lørenskog	09.08.2001
5:34.4	(1)	Olaf Lydvo, IL Nybrott	(40)	Stjørdal	17.08.2005
5:34.49	(1)	Andor Sandsmark, IL Skjalg	(34)	Ravnanger	02.07.2000
5:35.0		Reidulf Frøysa, Hareid IL	(21)	Hellesylt	14.06.1986
5:35.1	(1)	Arve Myrvold, Ringerike FIK	(16)	Steinkjer	26.07.1981
5:35.21	(2)	Arne Sollid, Gløppen FIL	(24)	Byrkjelo	11.08.1991
5:35.4	(1)	Alf Bjørnen, FIK BFG Fana	(31)	Knarvik	16.06.1996
5:36.2	(2)	Bjørn Ivar Hage, Stjørdal FIK	(44)	Stjørdal	18.08.2010
5:36.9	(2)	Harry Magnar Sollie, Byåsen IL	(43)	Stjørdal	06.08.2008
		(50)			
5:37.2		Per Amdahl, Frol IL	(33)	Stjørdal	17.08.2000
5:38.3		Odd Tessem, Malm IL	(16)	Inderøy	26.06.1982
5:38.30	(3)	Kjell Åsheim, Mjøsdalen IL	(35)	Ravnanger	02.07.2000
5:38.6		Odd Iversen, Nordre Eidsvoll IL	(18)	Jessheim	13.06.1983
5:39.4		Einar Evensen, Sørums IL	(21)	Jessheim	16.06.1986
5:40.37	(3)	Ole Lutdal, Frosta IL	(37)	Askim	30.06.2002
5:41.07	(3)	Bjørn Haugsrud, Veldre IL	(32)	Lillehammer	17.08.1997
5:41.1		Magne Storfors, Kongsberg IF	(39)	Kongsberg	07.06.2005
5:41.4	(1)	Peter Wilhelm Kildal, Haga IF	(41)	Jessheim	15.06.2006
5:42.9	(1)	Kjell Åsheim, Mjøsdalen IL	(35)	Knarvik	30.09.2001
		(60)			
5:43.6	(2)	Ottar Andersen, Mo IL	(16)	Steinkjer	26.07.1981
5:43.6		Andres Bergo, IL Koll	(24)	Jessheim	14.06.1989
5:44.0		Svein Høilo, Oslo IL	(27)	Oslo/Bi	13.06.1992
5:44.03		Rudolf Bernhardsen, Asker og Bærum FIK	(31)	Oslo/Bi	26.09.1997
5:44.2	(2)	Bjørn Moløkken, Romerike Runners Team	(43)	Jessheim	10.06.2010
5:44.49	(1)	Oddmund Unhjem, Isfjorden IL	(30)	Bismo	11.08.1995
5:44.6	(3)	Knut Kristiansen, Ullensaker/Kisa IL	(44)	Jessheim	12.06.2008
5:44.7		Oddvar Hasle, Sørums IL	(22)	Jessheim	12.06.1987
5:45.7	(4)	Alf Hansen, Nidelv IL	(43)	Stjørdal	18.08.2010
5:46.0	(2)	Olaf Lydvo, IL Nybrott	(40)	Stjørdal	09.08.2006
		(70)			
5:46.1	(2)	Lars Øye, Oppdal FIK	(19)	Fana	29.07.1984
5:47.13	(1)	John Erik Hoel, Tønsberg FIK	(43)	Tønsberg	20.09.2008
5:47.6	(4)	Oddvar Leivestad, Ullensaker/Kisa IL	(45)	Jessheim	12.06.2008
5:47.7	(1)	Odd Ivar Storløkken, Lørenskog FIL	(36)	Lørenskog	03.06.2004
5:48.08	(3)	John Jonassen, IL Norodd	(31)	Oslo/St	09.08.1998
5:49.5	(4)	Morten Lossius, SK Wing	(23)	Trondheim/Le	31.07.1988
5:49.9		Isak Aasum, Kongsvinger IL	(21)	Kongsvinger	22.05.1986
5:50.4		Olaf Stavlund, Verdalen IL	(18)	Stjørdal	17.08.1984
5:50.7	(1)	Ole Arvid Aalen, Stovnerkameratene	(39)	Oslo/St	14.06.2004
5:51.07		Ole Gusland, Larvik FIK	(24)	Tønsberg	12.09.1989
		(80)			
5:51.4		Håkon Foss Nilsen, T&IF Viking, Bergen	(21)		.1987
5:51.8		Magnus Øgreid, Nærbø IL	(25)	Sandnes	06.06.1993
5:51.9		Per Helstad, Blaker IL	(26)	Jessheim	12.06.1991
5:52.5	(2)	Torbjørn Wiggen, Stjørdal FIK	(41)	Stjørdal	08.08.2007
5:52.57	(9)	Kjell Egge, IL Flint	(25)	Kristiansand	03.07.1992
5:52.90	(4)	Birger Melting, Mosvik IL	(30)	Steinkjer	04.07.1999
5:53.36	(m)	Gudmund Skrivervik, Stryn T&IL	(21)	Malmö, SWE	30.07.1986
5:53.4	(3)	Magnus Løkvik, Malvik IL	(40)	Stjørdal	09.08.2006
5:53.4	(3)	Dag Håvard Holum, Kløfta IL	(43)	Jessheim	12.06.2008
5:54.66	(m)	Kjartan Sølberg, Sandefjord T&IF	(36)	Potsdam, GER	19.08.2002
		(90)			

5:58.2		Sigmund Husdal, Eikanger IL	(18)	Ostereidet	20.08.1983
5:59.0	(3)	Egil Arne Grønseth, Hegra IL	(41)	Stjørdal	06.08.2008
5:59.9	(2)	Ernst Karl Sølvsberg, Gjøvik FIK	(42)	Jessheim	14.06.2007
<b>1500m menn 70-74 år / Men 70-74 years - 6:40.00/6:40.0</b>					
5:19.82	(1)	Gudmund Straume, Drangedal IL	(18)	Haugesund	27.08.1989
5:22.9		Rudolf Nilsen, Oslo IL	(12)	New York, USA	25.07.1982
5:29.14		Ari Valdemarsson, IL Flint	(33)	Tønsberg	13.08.2003
5:30.92	(1)	Bjørn Tvedt, Veldre Friidrett	(38)	Åkrestørrømen	08.08.2009
5:31.08	(1)	Knut Austlid, Hamar IL	(31)	Askim	30.06.2002
5:35.6		Mathias Bergseth, IL Molde-Olymp	(21)	Molde	17.08.1991
5:35.62	(1)	Svein Ovesen, Malm IL	(28)	Steinkjer	04.07.1999
5:37.48	(1)	Arne Hamarsland, IL Gular	(33)	Kristiansand	27.06.2004
5:37.81	(3)	Oddvar Lie, Høybråten & Stovner IL	(16)	Malmö, SWE	29.07.1986
5:38.83	(2)	Harald Eriksen, Hof IL	(20)	Kristiansand	03.07.1992
		(10)			
5:38.83	(1)	Kjell Steinset, Jølster IL	(36)	Geithus	02.07.2006
5:39.0		Hans Nordengen, Hurdal IL	(17)	Jessheim	15.06.1988
5:39.48	(9)65h1	Aksel Røste, IL Runar	(35)	San Sebastian, ESP	31.08.2005
5:42.48	(2)	Johannes Baardsen, GTI	(37)	Århus, DEN	01.07.2007
5:44.9		Kristian Skarsvåg, Gjerdrum IL	(22)	Jessheim	16.06.1993
5:45.7	(2)	Eldar Hagen, Stabæk IF	(18)	Kristiansand	12.08.1990
5:46.76	(1)	Harald Logstein, Rana FIK	(26)	Tønsberg	09.08.1996
5:49.5	(3)	Anders Solemsløk, SK Wing	(15)	Ålesund	09.08.1987
5:50.55	(3)	Andor Sandsmark, IL Skjalg	(34)	Kristiansand	27.06.2004
5:53.0	(3)	Arve Myrvold, Ringerike FIK	(16)	Trondheim/Le	31.07.1988
		(20)			
5:54.0	(1)	Kaare Mortensen, Larvik T&IF	(36)	Tønsberg	27.08.2008
5:54.98	(1)	Vidar Rogdo, Buvik IL	(26)	Florø	27.06.1997
5:55.4		Olaf Stavlund, Verdal FIK	(18)		.1988
5:56.8		Norolf Nilsen, Flekkefjord IF	(29)	Flekkefjord	09.06.1999
6:01.6	(1)	Odd Ivar Storløkken, Lørenskog FIL	(36)	Lørenskog	02.10.2006
6:03.1	(1)	Ingolf Hådem, NTNUI	(29)	Stjørdal	21.08.2002
6:03.7		Harald Aanerud, Lørenskog FIL	(27)	Jessheim	18.06.1997
6:05.71	(2)	Reidulf Frøysa, Hareid IL	(21)	Byrkjelo	11.08.1991
6:06.73	(3)	Arne Sollid, Gloppen FIL	(24)	Tønsberg	09.08.1996
6:09.43	(m)	Gudmund Skrivervik, Hornindal IL	(21)	Turku, FIN	19.07.1991
		(30)			
6:12.2		Trygve Refsnes, IL Skjalg	(19)	Sandnes	06.06.1993
6:14.69	(4)	Ragnvald Næsje, Mo IL	(11)	Strasbourg, FRA	18.07.1982
6:16.22	(2)	Arne Brattelid, Mandal og Halse IL	(37)	Moss	23.08.2009
6:16.29	(3)	Helge Isaksen, Årvoll IL	(15)	Oslo/Bi	10.08.1986
6:17.94	(2)	Kjell Egge, IL Fiint	(25)	Bismo	11.08.1995
6:18.9	(1)	Odd Langgård, Skedsmo SK	(35)	Jessheim	09.06.2005
6:19.5	(1)	Per Amdahl, Frol IL	(33)	Stjørdal	17.08.2005
6:19.54	(2)	John Jonassen, IL Norodd	(31)	Askim	30.06.2002
6:21.65	(1)	Kjell Meum, Oslo IL	(31)	Bismo	05.08.2001
6:22.09	(3)	Brynjulv Melve, Rustad IL	(30)	Askim	30.06.2002
		(40)			
6:22.1		Reidar Gran, Inderøy IL	(18)		.1988
6:23.3	(1)	Ole Lutdal, Frosta IL	(37)	Stjørdal	06.08.2008
6:23.4		Lars Kalvik, IL Norna-Salhus	(14)	Knarvik	29.05.1985
6:24.2		Nils Ask, Gjerdrum IL	(17)	Jessheim	12.06.1987
6:24.3		Sverre Tronsmo, IL Nybrott	(18)	Stjørdal	12.08.1988
6:24.74	(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Gjøvik	18.08.2007
6:25.37	(3)	Aage Rustad, IL Driv	(28)	Oslo/St	09.08.1998
6:26.51	(2)	Magne Elnan, Sandvollan IL	(28)	Steinkjer	04.07.1999
6:27.8	(1)	Olaf Lydvo, IL Nybrott	(40)	Stjørdal	18.08.2010
6:28.1	(1)	Sigmund Husdal, Eikanger IL	(18)	Voss	17.06.1990
		(50)			
6:29.1	(2)	Knut Ove Torgersen, Skogn IL	(37)	Stjørdal	06.08.2008
6:29.2		Nils Valestrand, Osterøy IL	(11)	Hatland	01.09.1983
6:30.4	(2)	Kristian Roaldstveit, Hurdal IL	(38)	Jessheim	12.06.2008
6:31.9	(1)	Nils Anton Sæthermoen, Ullensaker/Kisa IL	(40)	Jessheim	10.06.2010
6:33.3		Petter Green, IL Stjørdals-Blink	(12)	Hommelvik	15.08.1986
6:35.2	(1)	Willy Åge Haugen, IK Våg	(37)	Vågsbygd	14.06.2009
6:39.36	(m)	Kjartan Sølvsberg, Sandefjord T&IF	(36)	Ljubljana, SLO	25.07.2008

**1500m menn 75-79 år / Men 75-79 years - 7:30.00/7:30.0**

5:55.76	(1)	Knut Austlid, Veldre Friidrett	(31)	Geithus	02.07.2006
6:04.4	(1)	Alf Igesund, IL Gular	(27)	Ravnanger	15.09.2002
6:05.77	(1)	Olaf A. Gundersen, Stabæk IF	(14)	Haugesund	27.08.1989
6:11.39	(1)	Hans Nordengen, Hurdal IL	(17)	Bjørkelangen	09.08.1992
6:13.5		Eldar Hagen, Oslo IL	(18)	Oslo/So	26.09.1993
6:13.6	(1)	Truls Stenmark, Moss IL	(13)	Trondheim/Le	31.07.1988
6:13.6		Petter Green, IL Stjørdals-Blink	(12)		.1988
6:15.28	(1)	Trygve Refsnes, Sola IL	(19)	Tønsberg	09.08.1996
6:15.5	(1)	Ingolf Hådem, NTNU I	(29)	Stjørdal	17.08.2005
6:25.78	(1)	Rudolf Nilsen, Oslo IL	(12)	Pori, FIN	02.08.1987
		(10)			
6:29.41	(4)	Alf Rudolf Bjerknes, Ski IL	(25)	Jyväskylä, FIN	10.07.2000
6:32.73	(1)	Ragnvald Næsje, Mo IL	(11)	Oslo/Bi	10.08.1986
6:32.78	(1)	Andor Sandsmark, GTI	(34)	Moss	23.08.2009
6:34.09	(1)	Gudmund Straume, Drangedal IL	(18)	Overhalla	08.08.1993
6:38.23	(2)	Bent Vale, Ski IL	(11)	Oslo/Bi	10.08.1986
6:40.3		Helge Isaksen, Oslo IL	(15)	Oslo/Tr	09.06.1990
6:43.01	(1)	Vidar Rogdo, Buvik IL	(26)	Bismo	05.08.2001
6:47.04	(1)	Arne Sollid, Gloppen FIL	(24)	Steinkjer	04.07.1999
6:52.3	(1)	Nils Valestrand, Osterøy IL	(11)	Hatland	05.07.1987
6:53.95	(2)	Magne Elnan, Sandvollan IL	(28)	Stjørdal	03.08.2003
		(20)			
6:53.95	(1)	Aksel Røste, IL Runar	(35)	Florø	15.08.2010
6:59.1	(1)	Sigmund Husdal, Eikanger IL	(18)	Knarvik	29.09.1993
7:05.5	(1)	Harald Aanerud, Lørenskog FIL	(27)	Jessheim	09.06.2005
7:06.4		Sigurd Kårstad, Raumnes & Årnes IL	(23)	Jessheim	15.06.1998
7:06.7	(1)	Lars Kalvik, IL Norna-Salhus	(14)	Haukås	17.08.1989
7:14.3	(1)	Arnold Holing, IL Aasguten	(25)	Stjørdal	22.08.2001
7:20.9	(1)	Morten Lossius, Hitra FIK	(23)	Stjørdal	21.08.2002

**1500m menn 80-84 år / Men 80-84 years**

6:49.7		Hans Nordengen, Hurdal IL	(17)	Jessheim	18.06.1997
7:02.9		Petter Green, IL Stjørdals-Blink	(12)	Stjørdal	14.08.1992
7:04.3		Henry Thune Mathisen, Asker og Bærum FIK	(16)	Oslo/So	21.09.1997
7:15.4	(1)	Ingolf Hådem, NTNU I	(29)	Stjørdal	19.08.2009
7:23.59	(m)	Harald Aanerud, Lørenskog FIL	(27)	Gjøvik	18.08.2007
7:27.2	(1)70	Rolf Tornås, Lørenskog FIL	(00)	Sandane	27.07.1980
7:31.14	(4)	Ragnvald Næsje, Rana FIK	(11)	Turku, FIN	27.07.1991
7:33.6	(1)	Morten Lossius, Hitra FIK	(23)	Stjørdal	20.08.2003
7:34.86	(2)	Oddvar Lie, Røa IL	(16)	Lillehammer	17.08.1997
7:56.20	(1)	Olaf Stavlund, Verdal FIK	(18)	Steinkjer	04.07.1999
		(10)			
7:58.9		Nils Ask, Gjerdrum IL	(17)	Jessheim	15.08.1998
8:14.5	(1)	Per Helstad, Blaker IL	(26)	Jessheim	04.06.2009
8:26.0	(1)	Petter Bang, IL Nybrott	(22)	Stjørdal	21.08.2002
8:54.2	(2)	Jon Svendsen, Frosta IL	(29)	Stjørdal	19.08.2009

**1500m menn 85-89 år / Men 85-89 years**

7:29.0		Petter Green, IL Stjørdals-Blink	(12)	Stjørdal	15.08.1997
8:13.0		Hans Nordengen, Hurdal IL	(17)	Jessheim	13.06.2002
10:39.4	(1)	Petter Bang, IL Nybrott	(22)	Stjørdal	08.08.2007

**1500m menn 90-94 år / Men 90-94 years**

8:40.0	(1)	Petter Green, IL Stjørdals-Blink	(12)	Stjørdal	21.08.2002
13:08.4	(1)	Nils H. Ask, Gjerdrum IL	(17)	Jessheim	14.06.2007

**1500m menn 95-99 år / Men 95-99 years**

12:57.7	(1)	Petter Green, IL Stjørdals-Blink	(12)	Stjørdal	08.08.2007
---------	-----	----------------------------------	------	----------	------------