

Norges Fri-idrettsforbund / Norwegian Athletics Federation

Alle tiders beste innendørs / All Time Best Indoor

Menn - 400m / Men - 400m

pr. 30.06.2010 (oppdatert / updated 25.01.2011)

400m menn 35-39 år / Men 35-39 years - 57.50/57.3

52.09	(2)	Bo Breigan, Bislett FIK	(58)	Göteborg, SWE	04.02.1995
55.15	(1)	Frank Nordahl Hermansen, Tromsdalen UIL	(56)	Oslo/Ek	24.02.1991
56.01	(1)	Svein Oskar Nedregård, IL Gular	(68)	Drammen	22.03.2003
56.49	(2)C	Tor Enebakk, Bøler IF	(61)	Oslo/Ek	08.03.1997
57.09	(2)	Dag-Kjetil Hartberg, KFUM-kameratene	(68)	Drammen	21.03.2004

Manuelle tider / Handtiming:

55.1	(1)	Jan Torgersen, IF Hellas	(51)	Oslo/Ek	22.01.1989
55.9	(2)	Kjartan Kvellestad, Florø T&IF	(53)	Oslo/Ek	22.01.1989
56.1	(1)	Kai Hopperstad, Oslo Politis IL	(55)	Mo i Rana	18.02.1990
57.0	(3)	Magne Arild Øksdal, SK Vidar	(50)	Oslo/Ek	22.01.1989

400m menn 40-44 år / Men 40-44 years - 59.20/59.0

56.39	(1)	Rune Dolvik, FIK BFG Fana	(56)	Göteborg, SWE	12.03.2000
57.57	(1)	Dag Kåshagen, Veldre IL	(60)	Stange	29.03.2003
57.82	(1)	Trond Ericson, Asker og Bærum FIK	(50)	Oslo/Ek	24.02.1991
58.26	(2)	Odd Erik Frantzen, IL Mogutten	(60)	Stange	29.03.2003
58.60	(1)	Johan Løland, IL Skjalg	(59)	Drammen	22.03.2003

Manuelle tider / Handtiming:

54.9	(1)	Runar Framnes, Asker SK	(48)	Oslo/Ek	22.01.1989
57.9	(2)	Harald Ødegård, Raumnes & Årnes IL	(46)	Oslo/Ek	22.01.1989
58.1	(3)	Ole Torleif Krogstad, Raumnes & Årnes IL	(49)	Oslo/Ek	22.01.1989

400m menn 45-49 år / Men 45-49 years - 61.70/61.5

56.17	(1)	Tom Hejna, Asker SK	(55)	Drammen	22.03.2003
57.43	(3)	Johan Andreas Løland, IL Skjalg	(59)	Malmö, SWE	05.03.2006
57.51	(2)	Stig Wemundstad, Strindheim IL	(57)	Drammen	22.03.2003
57.68	(1)	Dag Kåshagen, Moelven IL	(60)	Stange	26.01.2008
59.58	(2)	Reinhard Gerhard Kuhs, Lillehammer IF	(60)	Stange	13.01.2007
60.01	(1)	Arvid Engevoll, Hadeland FIK	(43)	Oslo/Ek	24.02.1991
60.29	(3)	Jan Arne Kragset, IL i BUL	(59)	Drammen	21.03.2004
60.30	(2)	John Andersen, Raumnes & Årnes IL	(43)	Oslo/Ek	24.02.1991
60.70	(2)	Odd Erik Frantzen, IL Mogutten	(60)	Stange	28.01.2006
61.68	(1)	Tore Michael Engen, IL Mogutten	(58)	Stange	27.03.2004

(10)

For stor bane / Oversized track (300m):

55.04	(1)	Stig Wemundstad, Strindheim IL	(57)	Tampere, FIN	03.03.2002
-------	-----	--------------------------------	------	--------------	------------

Manuelle tider / Handtiming:

59.0	(1)	Arvid Engevoll, Hadeland FIK	(43)	Mo i Rana	18.02.1990
59.5	(1)	Odd H. Johnsen, Oslo Politis IL	(44)	Oslo/Ek	22.01.1989
59.9	(2)	Leif Theodorsen, IL i BUL-Tromsø	(45)	Mo i Rana	18.02.1990
60.3	(3)	Magne Johnsen, Heimdal IF	(41)	Mo i Rana	18.02.1990

400m menn 50-54 år / Men 50-54 years - 65.00/64.9

56.91	(1)	Stig Wemundstad, Strindheim IL	(57)	Reykjavik, ISL	02.03.2008
57.96	(1)	Dag Kåshagen, Moelven IL	(60)	Stange	12.12.2009
59.66	(2)	Atle Magnar Bones, Strindheim IL	(57)	Jyväskylä, FIN	21.03.2010
59.82	(2)A	Gaute Bjaanes, Sandnes IL	(52)	Drammen	21.03.2004
62.33	(1)	Henrik Øvrebo, Ås IL	(49)	Drammen	22.03.2003
62.52	(1)	Jan Erik Dalseng, Veldre IL	(52)	Stange	02.03.2002
63.17	(1)B	Geir Aakvik, IL Norodd	(52)	Drammen	21.03.2004
64.18	(1)	Gunnar Østby, Sem IF	(37)	Oslo/Ek	24.02.1991
64.57	(1)	Tom Steinar Hansen, Lørenskog FIL	(58)	Stange	23.01.2010

Manuelle tider / Handtiming:

62.6	(1)	Jan Sommerseth, Moss IL	(35)	Oslo/Ek	22.01.1989
63.9	(2)	Gunnar Østby, Sem IF	(37)	Oslo/Ek	22.01.1989
64.5	(1)	Kåre Holmen, Skodje IL	(39)	Mo i Rana	18.02.1990

400m menn 55-59 år / Men 55-59 years - 69.00/68.9

59.71	(1)	Arne Warem, Gjesdal IL	(46)	Drammen	22.03.2003
59.74	(2)	Odd Aae, IL Norodd	(47)	Drammen	22.03.2003
61.62	(3)A	Knut Rimstad, Ullensaker/Kisa IL	(49)	Drammen	21.03.2004
62.60	(1)	Johan Petter Hesselberg, Byåsen IL	(32)	Oslo/Ek	24.02.1991
63.49	(3)	Johan Bergersen, FIL AKS-77	(46)	Drammen	22.03.2003
64.15	(1)B	Henrik Øvrebo, Ås IL	(49)	Drammen	21.03.2004
67.35	(2)	Jan Sommerseth, Moss IL	(35)	Oslo/Ek	24.02.1991

Manuelle tider / Handtiming:

63.6	(1)	John Broholt, Oslo IL	(34)	Oslo/Ek	22.01.1989
66.5	(2)	Ragnar Evjen, Fossum IF	(31)	Oslo/Ek	22.01.1989

400m menn 60-64 år / Men 60-64 years - 74.00/73.9

62.32	(4)	Johan Bergersen, FIL AKS-77	(46)	Helsinki, FIN	23.03.2007
64.63	(4)	Jan Henry Johansen, Asker SK	(43)	Drammen	21.03.2004
64.85	(1)	Oddvar Tjelta, Klepp IL	(43)	Drammen	22.03.2003
66.05	(3)	Jon Ljotebø, Vadheim IL	(39)	Drammen	22.03.2003
67.62	(1)	Per Eide, Røa IL	(31)	Oslo/Ek	24.02.1991
67.64	(2)	Ragnar Evjen, Asker & Bærum FIK	(31)	Oslo/Ek	24.02.1991
69.50	(4)	Arvid Engevoold, Hadeland FIK	(43)	Drammen	22.03.2003
69.62	(3)	Bjørn Håkonsen, Asker og Bærum FIK	(31)	Oslo/Ek	24.02.1991

Manuelle tider / Handtiming:

65.2	(1)	Svein Høilo, Oslo IL	(27)	Mo i Rana	18.02.1990
66.4	(1)	Harald Aanerud, Lørenskog FIL	(27)	Oslo/Ek	22.01.1989

400m menn 65-69 år / Men 65-69 years - 80.00/79.9

67.42	(2)	Jon Ljotebø, Vadheim IL	(39)	Drammen	21.03.2004
67.47	(2)	Arne Mjelde, Osterøy IL	(42)	Reykjavik, ISL	02.03.2008
68.53	(3)	Tor Magnar Bøifot, IL Norodd	(38)	Drammen	21.03.2004
72.05	(1)	Eiler Nygårdseter, Kongsvinger IL	(22)	Oslo/Ek	24.02.1991
72.16	(2)	Norvald Nilsen, IF Hellas	(35)	Drammen	22.03.2003
73.95	(4)	Kåre Holmen, IL Valder	(39)	Reykjavik, ISL	02.03.2008
75.81	(3)	Henry Opland, IL Norodd	(36)	Drammen	22.03.2003
76.60	(2)	Robert Hestmann, Oslo IL	(23)	Oslo/Ek	24.02.1991
78.37	(3)	Arne Bjørn Lunder, Oslo IL	(25)	Oslo/Ek	24.02.1991

Manuelle tider / Handtiming:

70.2	(1)	Eiler Nygårdseter, Kongsvinger IL	(22)	Oslo/Ek	22.01.1989
72.0	(1)	Sverre Stenbro, Modum FIK	(24)	Mo i Rana	18.02.1990
72.8	(2)	Tor Gilde, IL Molde-Olymp	(25)	Mo i Rana	18.02.1990

400m menn 70-74 år / Men 70-74 years - 91.00/90.9

70.55	(1)	Leif Vågsmyr, Tvedestrand T&IF	(29)	Göteborg, SWE	12.03.2000
72.59	(3)h2	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Clermont-Ferrand, FRA	21.03.2008
73.64	(1)h1	Arne Hamarsland, IL Gular	(33)	Drammen	21.03.2004
73.75	(2)h1	Ari Valdemarsson, IL Flint	(33)	Drammen	21.03.2004
80.32	(3)	Harald Aanerud, Lørenskog FIL	(27)	Göteborg, SWE	12.03.2000
80.73	(2)h2	Per Einar Sønnesyn, IL Gular	(32)	Drammen	21.03.2004
80.93	(3)h2	Arvid Fjærli, IL Norodd	(32)	Drammen	21.03.2004
83.05	(4)h1	Knut Haugen, IL Skjalg	(33)	Drammen	21.03.2004
87.41	(1)	Willy Finnanger, Namsen LK	(18)	Oslo/Ek	24.02.1991

Manuelle tider / Handtiming:

76.0		Johannes Baardsen, GTI	(37)	Stavanger	15.12.2009
81.0	(1)	Lornts Heimdal, Sparbu IL	(19)	Mo i Rana	18.02.1990

400m menn 75-79 år / Men 75-79 years - 104.00/103.9

78.52	(2)	Arne Hamarsland, IL Gular	(33)	Reykjavik, ISL	02.03.2008
81.01	(1)	Helge Isaksen, Oslo IL	(15)	Oslo/Ek	24.02.1991
81.22	(1)	Alf Igesund, IL Gular	(27)	Drammen	22.03.2003
81.88	(3)	Erik Holø, Vågå FIK	(28)	Sindelfingen, GER	14.03.2004
81.92	(2)	Einar Flydahl, Isfjorden IL	(16)	Oslo/Ek	24.02.1991
85.61	(4)	Harry Tvedt, IL Gular	(33)	Reykjavik, ISL	02.03.2008

400m menn 80-84 år / Men 80-84 years

140.25	(1)	Erling Georg Larsen, Flekkefjord IF	(27)	Reykjavik, ISL	02.03.2008
--------	-----	-------------------------------------	------	----------------	------------