

## Norges Fri-idrettsforbund / Norwegian Athletics Federation

## Alle tiders beste utendørs / All Time Best Outdoor

## Menn - 400m / Men - 400m

pr. 31.12.2010 (oppdatert / updated 25.02.2011)

## 400m menn 35-39 år / Men 35-39 years - 55.00/54.9

49.52	(1)	Tor Øivind Ødegård, Fredrikstad IF	(69)	Lisleby	15.05.2004
50.32	(1)	Aham Okeke, IK Tjalve	(69)	Oslo/Tr	23.08.2004
50.70	(3)	Bjørn Rolland, Tingvoll FIK	(55)	Haugesund	22.07.1990
50.83	(3)A	Trond Lindanger, Sandnes IL	(72)	Sandnes	06.06.2007
51.27	(1)	Åge Galgerud, IK Tjalve	(47)	Øvre Årdal	08.08.1982
51.62	(1)	Rune Dolvik, FIK BFG Fana	(56)	Bismo	11.08.1995
51.64	(4)	James Mason Holtquist, SK Vidar	(54)	Oslo/Bi	22.06.1989
51.71	(1)D	Ketil Knudsen, Trønder-Øst FIK	(61)	Oslo/Bi	16.07.1998
51.84	(2)	Torleiv Hølland, Sandnes IL	(69)	Stavanger	27.07.2004
51.93	(1)A	Stig Wemundstad, Strindheim IL	(57)	Tønsberg	09.08.1996
		(10)			
52.03	(1)	John Tangen, Steinkjer FIK	(56)	Bjørkelangen	07.08.1992
52.06	(1)	Ottar Pilskog, Hareid IL	(46)	Stavanger	29.08.1982
52.14	(1)	Jan Torgersen, IF Hellas	(51)	Oslo/Bi	08.08.1986
52.44	(1)	Jostein Valderhaug, IL Valder	(49)	Ålesund	07.08.1987
52.52	(2)	Torleiv Flystveit, Sørums IL	(46)	Stavanger	29.08.1982
52.54	(1)	Tor Sommervold, Trønder-Øst FIK	(61)	Ravnanger	30.06.2000
52.64	(2)B	Per Andresen, Bøler IF	(65)	Oslo/Bi	18.07.2000
52.64	(1)	Jon R. Hauge, Gløppen FIL	(74)	Ørsta	23.08.2009
52.70	(1)	Terje Dyb, IL Valder	(69)	Ålesund	29.05.2004
53.05	(3)	Arild Nilsen, Raumnes & Årnes IL	(43)	Stavanger	29.08.1982
		(20)			
53.18	(1)	Aksel Øvsthus, Mjøsdaalen IL	(53)	Haugesund	25.08.1989
53.18	(2)A	Bjørn Fluge, Ask IL	(60)	Tønsberg	09.08.1996
53.19	(3)A	Atle Gjengedal, IL Tambarskjelvar	(59)	Tønsberg	09.08.1996
53.24	(1)	Henning Valseth, Strindheim IL	(65)	Stjørdal	01.08.2003
53.35		Trygve W. Jensen, Odda IL	(45)	Fana	13.05.1984
53.36		Tom Hejna, Asker og Bærum FIK	(55)	Oslo/Bi	16.06.1991
53.42	(4)	Øystein Kringeland, Haugesund IL	(43)	Stavanger	29.08.1982
53.44	(4)A	Johan Løland, IL Skjalg	(59)	Tønsberg	09.08.1996
53.52	(4)	Einar Behrns, Moelven IL	(49)	Oslo/Bi	08.08.1986
53.57	(5)	Jonfinn Aske, Fjellhug/Vereide IL	(45)	Stavanger	29.08.1982
		(30)			
53.57	(2)	Øystein Øvsthus, Mjøsdaalen IL	(58)	Florø	27.06.1997
53.73	(2)	Per Sigmund Hønen, IL Bryn	(50)	Haugesund	25.08.1989
53.94	(2)	Ole-Jostein Hansen, NTG Tromsdaalen	(60)	Kajaani, FIN	02.07.1995
53.98		Jørn Jevne, Ullensaker/Kisa IL	(64)	Oslo/St	16.08.1999
54.00	(2)	Tore Tvilde, FIL Vossar	(49)	Ålesund	07.08.1987
54.07	(m)	Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Drammen	07.06.1997
54.08	(3)A	Svein Gjerde, Olden IL	(54)	Byrkjelo	09.08.1991
54.21	(1)	Bjørn Soltvedt, FIK BFG Fana	(68)	Ravnanger	24.06.2005
54.29	(4)MSB	Kristian Nedregård, IL Tyrving	(74)	Oslo/Bi	04.09.2009
54.32	(4)A	Anders Berge, Vinstra IL	(53)	Byrkjelo	09.08.1991
		(40)			
54.34	(6)	Øystein Dimmen, IL Molde-Olymp	(46)	Stavanger	29.08.1982
54.44	(2)	Dag Kåshagen, Veldre IL	(60)	Steinkjer	02.07.1999
54.46	(7)	Kåre Budeng, Haugesund IL	(44)	Stavanger	29.08.1982
54.48	(1)D	Tor Magnar Enebakk, Bøler IF	(61)	Oslo/Bi	15.05.1997
54.55	(2)	Sverre Kirkhorn, Hornindal IL	(57)	Bjørkelangen	07.08.1992
54.58	(7)C	Bernard de Grossouvre, IL Gular (FRA)	(49)	Fana	03.07.1985
54.61	(5)A	Ketil Jarle Kristiansen, IK Hind	(60)	Tønsberg	09.08.1996
54.63	(5)	Kjell Vestli, IF Graabein	(50)	Oslo/Bi	08.08.1986
54.63	(5)A	Ole Fredriksen, IL Nybrott	(56)	Byrkjelo	09.08.1991
54.69		Øyvind Olsen, Aurskog-Høland FIL	(54)	Jessheim	28.05.1992
		(50)			
54.73	(6)A	Terje Eide, Lillehammer IF	(53)	Byrkjelo	09.08.1991
54.74		Per Liland, IL Gneist	(48)	Aksla	07.09.1983
54.74	(6)	Per Andenæs, Fjellhug/Vereide IL	(50)	Oslo/Bi	08.08.1986
54.74	(m)	Jon Olav Bjørhusdal, Sandnes IL	(68)	Tønsberg	24.05.2003
54.75	(3)	Kjartan Magne Kvellestad, Florø T&IF	(53)	Haugesund	25.08.1989
54.78	(3)F	Arne Hugo Hansen, Tromsdaalen UIL	(55)	Oslo/Bi	20.07.1993
54.81	(3)	Odd Asle Endestad, Florø T&IF	(58)	Overhalla	06.08.1993
54.81	(6)	Johnny Solheimnes, Jølster IL	(58)	Bismo	11.08.1995
54.82	(8)	Per Andersen, Haugesund IL	(47)	Stavanger	29.08.1982
54.82		Bjørn Tore Kildahl, Moss IL	(65)	Moss	03.09.2001
		(60)			

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

54.91	(1)	Terje Egeland, Sandnes IL	(68)	Ravnanger	15.06.2007
54.92	(9)	Ragnar Time, Sandnes IL	(47)	Stavanger	29.08.1982
54.92	(2)	Stig Soltvedt, FIK BFG Fana	(70)	Ravnanger	15.06.2007
54.96	(2)h1	Bjarte Lohne, Osterøy IL	(66)	Fana	25.09.2001
Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:					
53.41	(1)	Rex Hinchliffe, Lillehammer IF (AUS)	(62)	Lillehammer	04.09.2001
54.41	(m)	Lukas Udelhoven, Søgne IL (BEL)	(67)	Tønsberg	24.05.2003
Utenfor NFIF / Club outside NAA:					
54.70	(1)	Asbjørn Røed, Arendal Politi	(61)	Lisleby	09.09.1997
<b>Manuelle tider / Handtiming:</b>					
50.9	(4)C	Åge Galgerud, Lalm IL	(47)	Oslo/St	30.06.1982
51.2		Ottar Eide, IL i BUL	(22)		.1958
51.2	(22)	Martin Strand, IL i BUL	(41)	Oslo/Bi	13.07.1976
51.5	(1)	Tormod Haugan, Malvik IL	(20)	Lillehammer	01.09.1956
51.5	(3)h	Tor Magnar Bøifot, IL Skjalg	(38)	Oslo/Bi	06.08.1974
51.6	(16)	Eivind Osnes, KFUM-Kameratene	(39)	Oslo/Bi	29.05.1974
51.8		Thorleif Amundsen, SK Oslo-Ørn	(11)		.1946
51.8		Svein E. Berg, Hvitvingfoss IL	(34)	Porsgrunn	16.07.1969
51.9		Hans Foosnæs, Beitstad IL	(47)	Steinkjer	14.07.1982
52.2	(1)	Øystein Kringeland, Haugesund IL	(43)	Steinkjer	26.07.1981
52.3	(2)	Kåre Ingvaldsen, IL Viking, Stavanger	(19)	Trondheim/St	22.07.1954
52.3	(2)	Oddvar Andersen, Sørums IL	(37)	Ås	01.09.1974
52.4	(3)	Martin Bugge Nesset, Haugesund IL	(09)	Haugesund	15.09.1946
52.4	(2)	Ole Bjarne Opsahl, IL i BUL	(16)	Oslo/Bi	28.08.1952
52.4	(2)=	Erik Rynning, IF Torodd	(45)	Larvik/Lo	09.08.1981
52.4	(2)=	Jonfinn Aske, Fjellhug/Vereide IL	(45)	Larvik/Lo	09.08.1981
52.4		Jostein Valderhaug, IL Valder	(49)	Fosnavåg	14.05.1986
52.5	(4)	Arild Nilsen, Raumes & Årnes IL	(43)	Larvik/Lo	09.08.1981
52.5		Tore Tvilde, FIL Vossar	(49)	Voss	08.08.1984
52.6	(m)	Kristen Fløgstad, Søgne IL	(47)	Kristiansand	01.10.1982
52.8		Sverre Throndsen, IF Hellas	(98)	Oslo	16.09.1934
52.8		Johan Løland, IL Skjalg	(59)	Sandnes	15.06.1994
52.9	(4)	Knut Karlsen (Vaular), IL Fri	(15)	Voss	29.07.1950
52.9		Thor Moen, Tønsberg TF	(22)		.1958
52.9		Håkon Knive, Modum FIK	(44)	Krødsherad	19.08.1979
52.9	(2)=	Nils Lysne, IL Gular	(40)	Grong	25.08.1979
53.0		Johan Storaunet, Vadsø TF	(49)	Vadsø	19.06.1984
53.0		Tor Stein Osland, Larvik T&IF	(48)	Larvik/Lo	12.07.1985
53.0		Eirik Liland, IL i BUL-Tromsø	(51)	Tromsø	23.08.1989
53.1	(4)	Johan Lein, Frosta IL	(43)	Grong	25.08.1979
53.1	(1)	Aksel Øvsthus, Mjøsdalen IL	(53)	Larvik/Lo	02.07.1989
53.2	(1)A	Emil Frøiland, IL Skjalg	(10)	Stavanger	07.10.1945
53.2	(m)	Ola M. Lerfald, IL Dalebrand	(33)	Trondheim/St	02.08.1969
53.2		Robert Hermansen, Sandnes IL, Finnmark	(39)	Oslo/Bi	09.09.1975
53.2		Odd Bratland, Namsen FIF	(43)	Grong	14.06.1980
53.2	(1)	Einar Behrns, Moelven IL	(49)	Mo i Rana	21.07.1985
53.2		Arnfinn Grøneng, Førde IL	(55)	Flørø	16.06.1990
53.3		Steinar Smevoll, Heimdal IF	(48)	Trondheim/Le	04.06.1985
53.3		Rolf Rantala, Alta IF	(54)	Hammerfest	22.08.1993
53.4	(2)	Rolv Eirik Nyheim, Ullensaker/Kisa IL	(47)	Lillehammer	21.08.1983
53.5		Hans Østli, Romedal IL	(30)	Elverum	29.05.1968
53.5		Håkon Lundestad, Fjellhug/Vereide IL	(37)	Sandane	31.05.1972
53.5		Pål Sinding, Lørenskog FIK	(41)	Lørenskog	12.08.1976
53.5	(1)	Odd Hyrum, SK Vidar	(38)	Ski	04.09.1977
53.5		Kjartan Magne Kvellestad, Flørø T&IF	(53)	Førde	24.06.1989
53.5	(m)	Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Ski	14.09.1996
53.6		Erik Wagner Larsen, IL Gular	(44)	Fana	29.08.1979
53.6	(2)	Petter Tandberg, Modum FIK	(54)	Larvik/Lo	02.07.1989
53.7	(3)	Alf Stølan, Ringerike FIK	(35)	Lunde	18.07.1971
53.7		Oddbjørn Løseth, Nittedal IL	(44)	Oslo/St	29.08.1981
53.7		Asbjørn Wilhelmssen, IL i BUL-Tromsø	(47)	Tromsø	30.06.1982
53.7	(3)	Kåre Sagmyhr, Heimdal IF	(44)	Lillehammer	21.08.1983
53.7		Fredrik Vogt-Lorentzen, Fossum IF	(46)	Oslo/Bi	26.08.1983
53.7		Harald Størdal, IL Jotun	(46)		.1983
53.7		Svein Runar Torgersen, Modum FIK	(51)	Hønefoss	09.08.1987
53.8		Ragnar Anfindsen, IL Skjalg	(17)		.1953
53.8	(m)	Svein Knut Granum, Krødsherad IL	(40)	Prestfoss	24.09.1977
53.8		Ole Henden Mathisen, Brunlanes IL	(45)	Porsgrunn	24.07.1980
53.9		Lauritz Løvstad, Sporveiens IL	(15)	Oslo	06.06.1950
53.9	(4)	Ingvald Brekke, IL Nordlys	(46)	Steinkjer	26.07.1981
53.9		Rolf Eriksson, Heimdal IF	(50)	Trondheim/Le	16.07.1985
54.0	(1)A	Olav Johan (Olsen) Seterås, IL Drott	(13)	Bergen/Sk	27.07.1949
54.0	(2)	Arne Johan Svendsen, Kristiansands IF	(38)	Lørenskog	02.09.1973
54.0		Erling Christoffersen, Mandal og Halse IL	(38)		.1974
54.0	(5)	Kåre Terjesen, Froland IL	(46)	Steinkjer	26.07.1981
54.0	(4)	Øystein Dimmen, IL Molde-Olymp	(46)	Lillehammer	21.08.1983

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

54.0	(5)	Einar A. Sortdal, Kongsberg IF	(48)	Lillehammer	21.08.1983
54.1		Odd H. Johnsen, Oslo Politis IL	(44)	Oslo/St	21.08.1982
54.1	(3)	Ove Emil Pedersen, Mosjøen FIK	(46)	Mo i Rana	21.07.1985
54.1		Runar Framnes, Asker SK	(48)	Oslo/St	24.08.1987
54.2	(m)	Ingvardt Sandsund, Steinkjer I&FIK	(34)	Stjørdal	20.09.1969
54.2		Magnus Borge, Osterøy IL	(44)	Fana	18.08.1981
54.3	(6)=	Steinar Kristiansen, Namsen FIF	(46)	Steinkjer	26.07.1981
54.3	(6)=	Jan Arne Haugen, Grong IL	(45)	Steinkjer	26.07.1981
54.3		Per Andenæs, Fjellhug/Vereide IL	(50)		.1986
54.3	(3)	Kai Hopperstad, Oslo Politis IL	(55)	Kristiansand	10.08.1990
54.3	(2)h1	Jan Arne Kragset, IL i BUL	(59)	Leirvik	05.08.1994
54.4	(6)=	Per Eidsheim, T&IF Viking, Bergen	(20)	Bergen/Kr	28.07.1955
54.4		Marvin Hansen, Grong IL	(41)	Moss	09.06.1978
54.4		Johan Bergersen, Ask IL	(46)	Fana	08.07.1981
54.4	(8)	Magne Tystad, Fjellhug/Vereide IL	(45)	Steinkjer	26.07.1981
54.4		Odd Andersen, Stovnerkameratene	(42)	Oslo/St	29.08.1981
54.4		Ragnar Time, Sandnes IL	(47)	Sandnes	10.08.1982
54.4		Halvor Bævre, Fana IL	(45)	Fana	10.06.1983
54.4	(2)	Frode Mikkelsen, Ask IL	(57)	Knarvik	16.06.1996
54.5		Otto Fjæren, IL Varegg	(46)	Fana	09.09.1981
54.5	(4)	Arne Hugo Hansen, Tromsdalen UIL	(55)	Kristiansand	10.08.1990
54.6		Rune Lyssand, Fana IL	(50)	Fana	09.10.1985
54.6		Leif Dypevik, IL Tambarskjelvar	(51)	Florø	19.05.1990
54.7		Johannes Totsås, Namsen FIF	(36)	Mo i Rana	.1973
54.7	(5)	Olav Lørenfallet, IL Syril	(45)	Sandane	27.07.1980
54.7		Stein Ohr, IL Norodd	(48)	Meisingset	05.06.1983
54.7		John Magne Kvanli, IK Hind	(48)	Moen i Målselv	03.08.1986
54.7	(m)	Ola Fosnæs, IL Tyrving	(51)	Oslo/Bi	05.09.1987
54.8		Kristen Kvendset, Heimdal IF	(50)	Trondheim/Le	16.07.1985
54.9	(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Noresund	07.10.1972
54.9		Normann Ryan jr., Ogdal IL	(45)	Steinkjer	06.08.1980
54.9		Øivin Sola, IL Sandvin	(45)	Larvik/Lo	09.08.1981
54.9		Ingard Warvik, IL Norodd	(45)	Trondheim	04.07.1982
54.9	(3)	Trond Ericson, IL Tyrving	(50)	Larvik/Lo	02.07.1989
54.9	(4)	Jan Erik Dahler, IL Tyrving	(53)	Larvik/Lo	02.07.1989

## Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:

53.7	(2)	Bernard de Grossouvre, IL Gular (FRA)	(49)	Fana	29.07.1984
------	-----	---------------------------------------	------	------	------------

## Ubekreftet / Not confirmed:

51.1		Tormod Haugan, Malvik IL	(20)		.1955
51.5		Emil Frøyland, IL Skjalg	(10)	Stavanger	.1946

**400m menn 40-44 år / Men 40-44 years - 56.40/56.3**

51.32	(1)	Stig Wemundstad, Strindheim IL	(57)	Florø	27.06.1997
51.34	(2)	Bjørn Rolland, Tingvoll FIK	(55)	Straumsnes	05.09.1998
51.81	(2)	Rune Dolvik, FIK BFG Fana	(56)	Florø	27.06.1997
52.31	(1)	Stein Ohr, IL Norodd	(48)	Trondheim/Le	29.07.1988
52.58	(1)	Tor Magnar Bøifot, IL Skjalg	(38)	Viareggio, ITA	15.09.1978
52.96	(1)	Øystein Kringeland, Haugesund IL	(43)	Mo i Rana	21.07.1985
52.97	(1)	Tor Sommervold, Heimdal IF	(61)	Askim	28.06.2002
53.00	(1)	Asle Offerdal, Rosendal TL	(66)	Köln, GER	04.08.2010
53.09	(2)A	John Tangen, Steinkjer FIK	(56)	Tønsberg	09.08.1996
53.11	(3)A	Tom Hejna, Asker SK	(55)	Tønsberg	09.08.1996
		(10)			
53.22	(2)	Steinar Smevoll, Heimdal IF	(48)	Trondheim/Le	29.07.1988
53.42	(2)	Olav Grasbakken, Raufoss IL	(45)	Oslo/Bi	08.08.1986
53.79	(2)	Einar Behrns, Moelven IL	(49)	Larvik/Lo	02.07.1989
53.80	(1)	Henning Valseth, Strindheim IL	(65)	Geithus	02.07.2006
53.95	(2)	Arild Nilsen, Raumes & Årnes IL	(43)	Mo i Rana	21.07.1985
54.00	(4)	James Mason Holtquist, SK Vidar	(54)	Oslo/Bi	27.09.1995
54.17	(2)	Tore Tvilde, FIL Vossar	(49)	Byrkjelo	09.08.1991
54.24	(3)	Kåre Sagmyhr, Heimdal IF	(44)	Mo i Rana	21.07.1985
54.31	(1)	Torbjørn Sundet, IL Yrjar	(54)	Bismo	11.08.1995
54.37	(1)A	Øystein Øvsthus, Mjøsdaalen IL	(58)	Fana	08.09.1999
		(20)			
54.39	(3)	John Gudding, Frol IL	(47)	Trondheim/Le	29.07.1988
54.46		Atle Gjengedal, Florø T&IF	(59)	Byrkjelo	01.06.2000
54.48	(3)	Torleiv Flystveit, Sørums IL	(46)	Oslo/Bi	08.08.1986
54.48	(3)	Frode Mikkelsen, Ask Friidrett	(57)	Florø	27.06.1997
54.55	(3)	Kjell Fenstad, Stadsbygd IL	(51)	Byrkjelo	09.08.1991
54.59	(4)	Arild Nilsen, Raumes & Årnes IL	(43)	Oslo/Bi	08.08.1986
54.61	(2)	Jan Stave, Aksla IL	(46)	Ålesund	07.08.1987
54.68	(2)B	Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Oslo/Bi	25.09.1996
54.69		Trond Ericson, IL Tyrving	(50)	Sofiemyr	02.09.1990
54.75	(1)	Runar Framnes, Asker SK	(48)	Haugesund	25.08.1989
		(30)			

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

54.93	(2)	Aksel Øvsthus, Mjøsdalen IL	(53)	Huddinge, SWE	04.07.1993
54.97	(3)A	Knut Wilhelm Svendsen, IL i BUL	(63)	Oslo/La	08.07.2004
55.01	(4)D	Arne Hugo Hansen, Tromsdalen UIL	(55)	Oslo/Bi	23.07.1996
55.02		Odd Asle Endestad, Florø T&IF	(58)	Byrkjelo	01.06.2000
55.07	(2)	Sigmund Voll, IL Skjalg	(42)	Stavanger	29.09.1982
55.10	(5)	Bjørn Fluge, Ask Friidrett	(60)	Fana	15.08.2001
55.12	(2)	Rune Holme, Florø T&IF	(55)	Bismo	11.08.1995
55.20	(3)h3	Terje Egeland, Sandnes IL	(68)	Ljubljana, SLO	28.07.2008
55.21	(5)	Kåre Terjesen, Froland IL	(46)	Oslo/Bi	08.08.1986
55.32	(4)	Paul Dahl, Hadeland FIK	(44)	Trondheim/Le	29.07.1988
		(40)			
55.49		Magne Arne Helland, Ålesund FIK	(56)		.1998
55.49	(6)	Yngve Hagen, Ask Friidrett	(59)	Ravnanger	30.06.2000
55.55	(7)	Tryggve Bernt, Kongsberg IF	(46)	Oslo/Bi	08.08.1986
55.58	(11)	Johan Bergersen, Ask IL	(46)	Fana	11.08.1987
55.61		Ivar Follestad, Hadeland FIK	(50)	Lisleby	08.08.1991
55.66	(4)	Asbjørn Gjerde, Olden IL	(57)	Florø	27.06.1997
55.70	(3)	Kristen Berge, Fjellhug/Vereide IL	(40)	Stavanger	29.08.1982
55.71	(8)	Odd H. Johnsen, Oslo Politis IL	(44)	Oslo/Bi	08.08.1986
55.77	(5)h4	Knut Flatlandsmo, FIL Vossar	(52)	Voss	24.07.1992
55.78	(4)	Håkon Hellebust, IL ROS	(42)	Stavanger	29.08.1982
		(50)			
55.80	(2)A	Bjarte Lohne, Osterøy IL	(66)	Hatland	05.07.2006
55.83		Steinar Aasheim, Stord T&IL	(42)	Fana	02.09.1982
55.83	(1)B	Johan Andreas Løland, IL Skjalg	(59)	Egersund	21.06.2003
55.85	(1)	Kjell Annar Kvistad, Inderøy IL	(52)	Overhalla	06.08.1993
55.94	(2)	Kjartan Magne Kvellestad, Florø T&IF	(53)	Overhalla	06.08.1993
55.95	(5)	Frode Langhelle, Osterøy IL	(68)	Fana	19.05.2009
55.96	(9)	Eirik Kolstad, FIL AKS-77	(45)	Oslo/Bi	08.08.1986
56.03	(4)h2	Jan Torgersen, IF Hellas	(51)	Kristiansand	27.06.1992
56.09	(1)B	Arne Magne Sunnarvik, Florø T&IF	(59)	Tønsberg	09.08.1996
56.12	(4)A	Petter Tandberg, Tønsberg FIK	(54)	Tønsberg	09.08.1996
		(60)			
56.15	(10)	Arne K. Norborg, Lillehammer IF	(42)	Oslo/Bi	08.08.1986
56.23	(2)B	Per Martin Haukerøy, Botne SK	( )	Tønsberg	09.08.1996
56.28	(7)	Olav Løvhaug, Hadeland FIK	(44)	Trondheim/Le	29.07.1988
56.30	(1)	Stein Nilsen, Ask IL	(55)	Ravnanger	03.09.1995
56.31	(2)	Ketil Helgevold, Moss IL	(69)	Moss	23.08.2009
56.35	(2)	Tor Magnar Enebakk, Bøler IF	(61)	Stjørdal	01.08.2003
56.40	(m)	Reidar Finnanger, Namsen FIF	(44)	Hämeenlinnassa, FIN	14.07.1984

Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:

54.73	(1)	Rex Hinchliffe, Lillehammer IF (AUS)	(62)	Stjørdal	01.08.2003
-------	-----	--------------------------------------	------	----------	------------

Manuelle tider / Handtiming:

51.1	(2)	Bjørn Rolland, Tingvoll FIK	(55)	Fosnavåg	02.09.1995
52.3		Øystein Kringeland, Haugesund IL	(43)	Haugesund	03.10.1984
52.4		Johan Petter Hesselberg, Byåsen IL	(32)	Trondheim/St	16.03.1900
52.6	(1)	Nils Lysne, IL Gular	(40)	Sandane	27.07.1980
52.8	(2)	Martin Strand, Heimdal IF	(41)	Lillehammer	21.08.1983
53.1	(1)A	Tore Tvilde, FIL Vossar	(49)	Kristiansand	10.08.1990
53.2		Arild Nilsen, Raumnes & Årnes IL	(43)	Oslo/St	25.07.1983
53.2	(3)	Johan Lein, Frosta IL	(43)	Lillehammer	21.08.1983
53.3	(1)	Kåre Sagmyhr, Heimdal IF	(44)	Fana	29.07.1984
53.8		Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Oslo/La	22.08.1995
53.9	(1)	Odd Hyrum, SK Vidar	(38)	Spikkestad	20.08.1978
53.9	(2)	Robert Hermansen, Sandnes IL, Finnmark	(39)	Steinkjer	26.07.1981
53.9		Arne K. Norborg, Lillehammer IF	(42)	Lillehammer	19.05.1983
54.1	(4)h5	Tor Warnes, Hommelvik IL	(33)	Göteborg, SWE	10.08.1977
54.1	(3)	Kristen Berge, Fjellhug/Vereide IL	(40)	Steinkjer	26.07.1981
54.2		Norvald Nilsen, IF Hellas	(35)	Sokna	25.09.1976
54.4		Rikard Solheim, Fjellhug/Vereide IL	(39)	Førde	23.09.1979
54.5	(1)	Leif Vågsmyr, Tvedestrand T&IF	(29)	Lunde	18.07.1971
54.5	(1)	Jan Aleksandersen, Fredrikstad IF	(30)	Ås	01.09.1974
54.5	(2)	Torgeir Hjelset, IK Tjalve	(37)	Ski	04.09.1977
54.5	(4)=	Einar Envik, Byåsen IL	(37)	Steinkjer	26.07.1981
54.5	(4)=	Thor Olsen, Silsand IL	(39)	Steinkjer	26.07.1981
54.5		Helge Pharo, Nordby IL	(43)	Spikkestad	03.07.1983
54.5		Hans Foosnæs, Steinkjer FIK	(47)	Steinkjer	15.09.1987
54.6	(6)	Trond Gystad, Steinkjer I&FK	(41)	Steinkjer	26.07.1981
54.6		Håkon Hellebust, IL ROS	(42)	Nadderud	21.05.1983
54.7	(1)	Claus Krohn, SK Rival	(33)	Ås	01.09.1974
54.7	(3)h4	Håkon B. Larsen, IL Gular	(37)	Göteborg, SWE	10.08.1977
54.7	(3)A	Kjell Vestli, IF Graabein	(50)	Kristiansand	10.08.1990
54.7		Per Sigmund Henøen, IL Bryn	(50)	Molde	18.09.1990
54.8	(7)	Bård Thomassen, Lunner IL	(39)	Steinkjer	26.07.1981
54.8	(6)	Leif Karstein Øye, Ørsta IL	(43)	Lillehammer	21.08.1983
54.8	(1)	Harald Nygård, FIL AKS-77	(51)	Knarvik	30.09.1992
54.9		Tor Aanensen, Kristiansands IF	(40)	Vågsbygd	06.09.1981

54.9	(4)A	Trond Ericson, IL Tyrving	(50)	Kristiansand	10.08.1990
55.0		Håkon Lundestad, Fjellhug/Vereide IL	(37)	Svelgen	24.07.1977
55.0	(5)A	Knut Rimstad, Raumnnes & Årnes IL	(49)	Kristiansand	10.08.1990
55.0		Aage Leraand, Strindheim IL	(54)	Trondheim/Le	09.09.1995
55.1	(1)	Per Skotheim, IL Molde-Olymp	(33)	Kristiansand	18.07.1976
55.1		Kjell Sagmyr, Idun IL	(42)		19.08.1984
55.1		Gunnar Staur, Byåsen IL	(43)	Stjørdal	11.07.1987
55.2		Håkon Knive, Modum FIK	(44)	Nesbyen	17.06.1984
55.2		Hartvik Eliasson, Frol IL	(55)	Stjørdal	14.06.1997
55.3	(7)	Tore Reiten, IL Norodd	(41)	Lillehammer	21.08.1983
55.3	(6)	Odd H. Johnsen, Oslo Politis IL	(44)	Fana	29.07.1984
55.3		Ottar Asbjørn Engstrø, Bryne FIK	(43)	Stavanger	30.09.1987
55.4	(1)	Johan Bergersen, Ask IL	(46)	Leirvik	19.06.1988
55.5		Istvan Vilmos Jakab, Hamar IL	(36)	Romedal	06.07.1979
55.5		Reidar Vollstad, IL i BUL-Tromsø	(35)		.1979
55.5		Arne Johan Svendsen, Kristiansands IF	(38)	Vågsbygd	06.09.1981
55.5	(6)A	Arne Warem, Gjesdal IL	(46)	Kristiansand	10.08.1990
55.5	(1)C	Sven Fjellidal, Kristiansands IF	(49)	Kristiansand	10.08.1990
55.6		Jan Sommerseith, Moss IL	(35)	Lisleby	04.07.1977
55.7	(9)	Leif Egil Nerland, Elnesvågen IL	(38)	Steinkjer	26.07.1981
55.7		Odd Aasgaard, IL i BUL	(41)	Oslo/St	29.08.1981
55.7	(7)	Kåre Budeng, Haugesund IL	(44)	Fana	29.07.1984
55.8		Hans Emil Frøiland, IL Skjalg	(39)	Sandnes	30.07.1980
55.8		Bjørn Husås, Raumnnes & Årnes IL	(39)	Oslo/St	03.09.1982
55.8	(8)	Kjell Knudsen, Kristiansands IF	(41)	Lillehammer	21.08.1983
55.8		Oddbjørn Løseth, Nittedal IL	(44)	Oslo/St	24.09.1984
55.8	(7)A	Grim Almhjell, Byåsen IL	(46)	Kristiansand	10.08.1990
55.9	(1)	Eirik Kolstad, FIL AKS-77	(45)	Sveio	24.08.1986
55.9		Arild Johansen, GSK Sandnes	(46)	Bryne	17.06.1989
56.0	(1)	Svein E. Berg, IL ROS	(34)	Spikkestad	20.08.1978
56.0	(3)	Arne Svalheim, Kristiansands IF	(38)	Sandane	27.07.1980
56.0		Ivar Bredholt, Askim IF	(45)	Oslo/Bi	05.09.1987
56.0		Olav Rustad, Kristiansands IF	(48)	Kristiansand	03.09.1990
56.1	(10)	Marvin Hansen, Grong IL	(41)	Steinkjer	26.07.1981
56.1		Olav Fanebust, IL Fri	(42)	Knarvik	13.06.1982
56.1		Odd Andersen, Stovnerkameratene	(42)	Oslo/St	21.08.1982
56.2		Arnfinn Skogen, IL Fri	(33)		.1976
56.2	(2)	Alf Stølan, Ringerike FIK	(35)	Spikkestad	20.08.1978
56.2	(8)A	Svein Erik Murud, Elverum IL	(49)	Kristiansand	10.08.1990
56.2		Rolf Bøhn, Halden IL	(59)	Halden	15.09.2001
56.2	(2)C	Tor Magnar Enebakk, Bøler IF	(61)	Oslo/St	11.06.2003
56.3		Harald Bjørknes, Bodø & Omegns IF	(42)	Bodø	24.08.1983
56.3	(1)	Rune Lyssand, FIK BFG Fana	(50)	Haukås	01.09.1991
56.3	(2)	Arne Vangsnæs, Ålesund FIK	(60)	Ålesund	02.08.2000

**400m menn 45-49 år / Men 45-49 years - 58.70/58.5**

52.40		Bjørn Rolland, Tingvoll FIK	(55)	Elnesvågen	09.09.2000
53.87	(1)	Stig Wemundstad, Strindheim IL	(57)	Lahti, FIN	15.06.2003
54.00	(1)B	Tom Hejna, Asker SK	(55)	Oslo/Bi	20.06.2000
54.12	(1)	Stein Ohr, IL Norodd	(48)	Huddinge, SWE	04.07.1993
54.25	(1)	Oddvar Andersen, Sørum IL	(37)	Stavanger	29.08.1982
54.46	(1)	Øystein Kringeland, Haugesund IL	(43)	Larvik/Lo	02.07.1989
54.58	(4)	Tor Warnes, Malvik IL	(33)	Helsinki, FIN	06-10.08.1980
54.66	(1)h1	Olav Grasbakken, Raufoss IL	(45)	Byrkjelo	09.08.1991
54.83	(6)s1	Kåre Rabben, Austevoll IK	(45)	Turku, FIN	27.07.1991
54.96	(1)	Harald Nygård, FIL AKS-77	(51)	Steinkjer	02.07.1999
		(10)			
55.06		Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Oslo/Bi	28.09.1998
55.07		Christian Fredrik Eriksen, SK Vidar	(49)	Oslo/Bi	27.06.1995
55.08	(3)	Eldar Farstad, IL Valder	(60)	Brumunddal	03.07.2005
55.12	(2)	Kjell L'Abée Lund, Høybråten & Stovner IL	(44)	Larvik/Lo	02.07.1989
55.14	(4)s2	Nils Lysne, IL Gular	(40)	Malmö, SWE	28.07.1986
55.14	(2)	Arne Opheim, Ålesund FIK	(50)	Steinkjer	02.07.1999
55.21	(2)	Tore Tvilde, FIL Vossar	(49)	Bismo	11.08.1995
55.39	(1)	Bård Thomassen, Hadeland FIK	(39)	Mo i Rana	21.07.1985
55.43	(1)h4	Arne Warem, Gjesdal IL	(46)	Byrkjelo	09.08.1991
55.50	(2)	Geo von Krogh, IL i BUL	(40)	Mo i Rana	21.07.1985

(20)

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

55.79	(2)	Johan Andreas Løland, IL Skjalg	(59)	Kristiansand	25.06.2004
55.82	(3)	Torbjørn Sundet, IL Yrjar	(54)	Steinkjer	02.07.1999
55.83	(2)	Svein E. Berg, IL ROS	(34)	Stavanger	29.08.1982
55.83	(1)h3	Reidar Kyrkjebø, IL Trio	(45)	Byrkjelo	09.08.1991
55.87	(2)A	Gunnar Staur, Byåsen IL	(43)	Trondheim/Le	29.07.1988
55.91	(6)	Claus Krohn, IL Molde-Olymp	(33)	Helsinki, FIN	06-10.08.1980
56.04		Yrjö Antero Rinne, IK Tjalve	(59)	Uppsala, SWE	04.07.2004
56.08	(2)h1	Oddvar Tjelta, Orre IL	(43)	Byrkjelo	09.08.1991
56.28	(4)	John Gudding, Vinne IL	(48)	Overhalla	06.08.1993
56.34	(2)	Audun Hopland, Asker SK	(52)	Oslo/St	07.08.1998
		(30)			
56.35	(2)	Runar Framnes, Asker SK	(48)	Tønsberg	09.08.1996
56.36	(1)	Bjørn Fluge, Ask Friidrett	(60)	Ravnanger	08.06.2008
56.48	(2)h4	Paul Dahl, IL Kolbukameratene	(44)	Byrkjelo	09.08.1991
56.51	(6)	Rolf Moe-Nilssen, Bergens TF	(42)	Larvik/Lo	02.07.1989
56.52	(3)	Olav Grasbakken, Raufoss IL	(45)	Bjørkelangen	07.08.1992
56.62	(3)h4	Grim Almhjell, Byåsen IL	(46)	Byrkjelo	09.08.1991
56.68	(2)	Einar Envik, Byåsen IL	(37)	Oslo/Bi	08.08.1986
56.79	(2)	Jan Erik Dalseng, Veldre IL	(52)	Florø	27.06.1997
56.81		Olav Rustad, Kristiansands IF	(47)	Kristiansand	27.06.1992
56.85	(3)A	Ottar Asbjørn Engtrø, Bryne IL	(43)	Trondheim/Le	29.07.1988
		(40)			
56.86		Arne Hugo Hansen, Tromsdalen UIL	(55)	Mo i Rana	24.06.2000
56.91	(4)	Trond Selbekk, Stadsbygd IL	(47)	Bjørkelangen	07.08.1992
56.98	(3)	Håkon B. Larsen, IL Gular	(37)	Stavanger	29.08.1982
57.01	(3)	Einar Behrns, Veldre IL	(49)	Bismo	11.08.1995
57.07	(4)h4	Jan Stave, Ålesund FIK	(46)	Byrkjelo	09.08.1991
57.10	(2)	Johan Bergersen, Ask IL	(46)	Leirvik	21.06.1992
57.13	(2)A	Arild Aussen, Zenith FIK	(49)	Leirvik	05.08.1994
57.14	(3)	John Gray, Haga IF	(41)	Oslo/Bi	08.08.1986
57.14	(m)	Ivar Bredholt, Askim IF	(45)	Lund, SWE	28.07.1990
57.15	(5)	Øyvind Fagersand, Aurskog-Høland FIL	(46)	Bjørkelangen	07.08.1992
		(50)			
57.21		Kåre Dalland, IL Gular	(35)	Fana	04.07.1984
57.34	(5)s2	Norvald Nilsen, IF Hellas	(35)	Helsinki, FIN	06-10.08.1980
57.35	(2)	Stein Nilsen, Ask Friidrett	(55)	Ravnanger	30.06.2000
57.35		Asbjørn Gjerde, Olden IL	(57)	Byrkjelo	16.06.2002
57.40	(4)	Olaf Henninen, Mjøndalen IF	(36)	Stavanger	29.08.1982
57.42	(1)B	Øvind Bernes, Osterøy IL	(58)	Hatland	05.07.2006
57.51	(1)	Henrik Øvrebø, Bergens TF	(49)	Ravnanger	25.06.1995
57.54	(1)A	Tor Magnar Enebakk, Bøler IF	(61)	Ålborg, DEN	28.06.2007
57.55	(2)	Ivar Martin Dyrhaug, IL Norodd	(57)	Askim	28.06.2002
57.57	(6)	Odd Aae, IL Norodd	(47)	Overhalla	06.08.1993
		(60)			
57.58	(2)h3	Petter Kojen, Rissa IL	(31)	Viareggio, ITA	13.09.1978
57.65	(3)	Rune Lyssand, FIK BFG Fana	(50)	Tønsberg	09.08.1996
57.68	(3)h3	Henning Kristiansen, IL Valder	(45)	Byrkjelo	09.08.1991
57.69	(1)	Reidar Ellingseter, Isfjorden IL	(42)	Ålesund	07.08.1987
57.71	(1)h1	Otto Sandvik Olsen, Haugesund IL	(44)	Glostrup, DEN	30.06.1991
57.71	(2)MS	Ulf Strand, Gulset IF	(62)	Porsgrunn/Kj	01.07.2009
57.78	(3)	Kåre Holmen, Skodje IL	(39)	Mo i Rana	21.07.1985
57.78	(2)	Per Espen Fjeld, IL Skarphedin	(59)	Århus, DEN	01.07.2007
57.81	(4)	Eirik Kolstad, FIL AKS-77	(45)	Fana	18.08.1993
57.83	(3)	Frode Mikkelsen, Ask Friidrett	(57)	Ravnanger	24.06.2005
		(70)			
57.86	(2)	Asgeir Thomassen, IL Gular	(62)	Ravnanger	08.06.2008
57.89		Helge Brekke, FIL AKS-77	(41)		.1988
57.91	(3)	Aksel Øvsthus, Mjøsdalen IL	(53)	Oslo/St	07.08.1998
57.94	(3)	Arvid Gaugstad, Tysnes IL	(45)	Odda	28.08.1994
57.97	(5)h3	Arne Mjelde, Osterøy IL	(42)	Byrkjelo	09.08.1991
57.98	(5)	Claus Krohn, IL Molde-Olymp	(33)	Stavanger	29.08.1982
57.98	(8)	Haldor Kjærsvik, Aurskog-Høland FIL	(44)	Bjørkelangen	07.08.1992
58.00	(6)h3	Odd H. Johnsen, Oslo Politis IL	(44)	Byrkjelo	09.08.1991
58.05	(9)	Leif Kapstad, Jølster IL	(46)	Bjørkelangen	07.08.1992
58.14		Knut Engelbreth Møller, Heimdal IF	(41)	Trondheim/Le	22.08.1987
		(80)			
58.26	(5)h4	Tryggve Bernt, Kongsberg IF	(46)	Byrkjelo	09.08.1991
58.26	(11)	Jørgen Rørvik, Førde IL	(47)	Bjørkelangen	07.08.1992
58.28	(5)A	Per Johan Jørgensen, Byåsen IL	(40)	Trondheim/Le	29.07.1988
58.31	(4)	Marvin Hansen, Grong IL	(41)	Oslo/Bi	08.08.1986
58.38	( ) h	John Andersen, Raumnes & Årnes IL	(44)	Larvik/Lo	02.07.1989
58.45	(3)h1	Magne Tystad, Gloppen FIL	(45)	Byrkjelo	09.09.1991
58.45	(1)	Einar Magne Hjorthol, Strindheim IL	(59)	Ravnanger	15.06.2007
58.46	(2)B	Arvid Engevd, Hadeland FIK	(43)	Trondheim/Le	29.07.1988
58.53	(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Hämeenlinnassa, FIN	14.07.1984
58.57	(m)	Einar Johan Svendgård, Skogn IL	(49)	Buffalo, USA	13.07.1995
		(90)			

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

58.60	(4)	Robert Hermansen, Odda IL	(39)	Mo i Rana	21.07.1985
58.62	(6)A	Tor Åge Olsen, Byåsen IL	(43)	Trondheim/Le	29.07.1988
58.66	(1)	Erling Ytrehus, Lillesand IL	(64)	Moss	23.08.2009
Ubekreftet / Not confirmed:					
57.20		Svein Fammestad, FIL AKS-77	(48)		.1993
<b>Manuelle tider / Handtiming:</b>					
52.1	(1)	Johan Petter Hesselberg, Byåsen IL	(32)	Göteborg, SWE	10.08.1977
53.6	(1)	Tom Hejna, Asker SK	(55)	Oslo/St	05.06.2000
54.1	(2)	Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Oslo/St	05.06.2000
54.3	(1)	Tor Warnes, Hommelvik IL	(33)	Turku, FIN	14-16.09.1979
54.3		Stig Wemundstad, Strindheim IL	(57)	Trondheim/Da	20.06.2002
54.4	(1)h1	Olav Grasbakken, Raufoss IL	(45)	Kristiansand	10.08.1990
54.9	(2)	Kåre Dalland, IL Gular	(35)	Larvik/Lo	09.08.1981
54.9		Svein E. Berg, IL ROS	(34)	Oslo/La	23.09.1983
55.2		Einar Envik, Byåsen IL	(37)	Steinkjer	03.07.1982
55.4	(3)	Claus Krohn, IL Molde-Olymp	(33)	Turku, FIN	14-16.09.1979
55.4	(3)	Joakim Pilskog, Emblem IL	(33)	Steinkjer	26.07.1981
55.5	(3)h1	Petter Kojen, Rissa IL	(31)	Göteborg, SWE	10.08.1977
55.8		Odd Hyrum, SK Vidar	(38)	Oslo/St	01.10.1984
55.9	(1)	Tor Magnar Bøifot, IL Skjalg	(38)	Fana	29.07.1984
55.9		Olav Løvhaug, Hadeland FIK	(44)	Raufoss	05.07.1989
56.0		Jan Gulbrandsen, Sk Vidar	(38)	Oslo/Bi	12.05.1983
56.0	(2)h3	Paul Dahl, Hadeland FIK	(44)	Kristiansand	10.08.1990
56.5	(2)	Norvald Nilsen, IF Hellas	(35)	Sandane	27.07.1980
56.5		Finn Magnar Hagen, Rena IL	(40)	Romedal	30.09.1985
56.6	(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Kil, SWE	25.09.1982
56.6		Rikard Solheim, Fjellhug/Vereide IL	(39)	Byrkjelo	15.08.1984
56.7	(2)	Leif Vågsmyr, Tvedestrand T&IF	(29)	Kristiansand	18.07.1976
56.8		Helge Brekke, FIL AKS-77	(41)	Knarvik	23.09.1988
57.0	(4)	Odd H. Johnsen, Oslo Politis IL	(44)	Haugesund	25.08.1989
57.1	(1)	Eirik Kolstad, FIL AKS-77	(45)	Voss	17.06.1990
57.1	(3)h1	Søren Peder Nybø, Gloppen FIL	(45)	Kristiansand	10.08.1990
57.2	(1)	Magnus Borge, Osterøy IL	(44)	Knarvik	22.09.1989
57.2	(1)	Øystein Vikane, FIL AKS-77	(47)	Knarvik	24.06.1992
57.3	(3)	Leif Egil Nerland, Elnesvågen IL	(38)	Lillehammer	21.08.1983
57.3		Henning Kristiansen, IL Valder	(45)	Straumsnes	18.08.1990
57.3	(1)	Frode Mikkelsen, Ask Friidrett	(57)	Ravnanger	15.09.2002
57.4		Otto Sandvik Olsen, Haugesund IL	(44)	Haugesund	24.07.1991
57.5		Reidar Skaar, Ås IL	(34)	Ås	01.09.1979
57.5	(5)	Trond Holand, Inderøy IL	(33)	Steinkjer	26.07.1981
57.5		Jarle Ersnes, Eidanger IL	(42)	Grimstad	20.06.1987
57.6	(1)	Karl Vågstøl, FIL AKS-77	(51)	Knarvik	16.05.1996
57.6	(3)	Geir Anders Strømnes, Sarpsborg IL	(62)	Oslo/La	20.08.2008
57.7		Joralf Nyborg, Skogn IL	(40)		11.07.1987
57.8	(3)	Harald Aanerud, Lørenskog FIL	(27)	Ås	01.09.1974
57.8	(6)	Gunnar Jørgenvåg, Elnesvågen IL	(34)	Steinkjer	26.07.1981
57.8		Ingvaldt Sandsund, Steinkjer I&FK	(34)	Inderøy	26.06.1982
57.8	(4)	Per Einar Jacobsen, IL Norodd	(38)	Fana	29.07.1984
57.8		Arve Høgne, Aurskog-Høland FIL	(43)	Årnes	24.08.1988
57.8	(2)	Arne Mjelde, Osterøy IL	(42)	Knarvik	22.09.1989
57.8	(1)	Magne Arne Helland, Ålesund FIK	(56)	Ålesund	15.08.2001
57.9		Harald Klakegg, Førde IL	(37)		.1983
57.9	(6)	Arvid Engevoid, Hadeland FIK	(43)	Haugesund	25.08.1989
58.0	(1)	Agvald Skogsletten, Nordstrand IF	(28)	Lørenskog	02.09.1973
58.0		Knut T. Alfstad, IL Bygdegutten	(43)	Oslo/St	05.09.1988
58.1		Kåre Eriksen, Kristiansands IF	(24)	Kristiansand	20.09.1973
58.1		Knut Egil Iversen, Asker SK	(46)	Oslo/St	29.08.1981
58.1		Per Lund, Larvik T&IF	(37)		.1982
58.2	(5)h2	Henrik Hågensen, Romedal IL	(35)	Larvik/Lo	09.08.1981
58.2		Olav Fanebust, IL Fri	(42)	Hatland	05.07.1987
58.3		Leif Gylland, Hegra IL	(41)	Stjørdal	11.07.1987
58.3	(4)h1	Kjell Knudsen, Kristiansands IF	(41)	Kristiansand	10.08.1990
58.4		Jan Sommerseth, Moss IL	(35)	Trøgstad	21.06.1980
58.4		Jorulf Saltnes, Ås IL	(35)	Drøbak	28.06.1983
58.4		Asbjørn Skog, Storsteinnes IL	(40)	Oslo/La	21.09.1985

**400m menn 50-54 år / Men 50-54 years - 61.20/61.0**

54.47	(3)s3	Stig Wemundstad, Strindheim IL	(57)	Misano, ITA	13.09.2007
55.65	(1)	Kåre Dalland, IL Gular	(35)	Oslo/Bi	08.08.1986
56.02	(1)A	Stein Ohr, IL Norodd	(48)	Oslo/St	07.08.1998
56.29	(1)B	Odd Aae, IL Norodd	(47)	Oslo/St	07.08.1998
56.45	(1)	Johan Petter Hesselberg, Byåsen IL	(32)	Mo i Rana	21.07.1985
56.58	(1)	Joakim Pilskog, Aksla IL	(33)	Ålesund	07.08.1987
56.85	(1)	Øivind Bernes, Osterøy IL	(58)	Ravnanger	08.06.2008
56.97	(2)A	Oddvar Tjelta, Klepp IL	(43)	Huddinge, SWE	04.07.1993
56.82	(1)	Svein E. Berg, IL ROS	(34)	Helsingborg, SWE	04.08.1985
57.03	(1)	Arne Opheim, Ålesund FIK	(50)	Ravnanger	30.06.2000
		(10)			
57.05	(1)A	Arne Warem, Gjesdal IL	(46)	Tønsberg	09.08.1996
57.16	(1)B	Tor Magnar Bøifot, Bryne IL	(38)	Trondheim/Le	29.07.1988
57.49	(2)	Atle Magnar Bones, Strindheim IL	(57)	Huddinge, SWE	28.06.2009
57.61	(1)	Rolf Moe-Nilssen, Bergens TF	(42)	Bjørkelangen	07.08.1992
57.63	(2)A	Paul Dahl, IL Kolbukameratene	(44)	Tønsberg	09.08.1996
57.85	(2)	Arne Mjelde, Osterøy IL	(42)	Bjørkelangen	07.08.1992
57.86	(1)h2	Jon Ljotebø, Vadheim IL	(39)	Byrkjelo	09.08.1991
57.92	(3)	Harald Klakegg, Førde IL	(37)	Ålesund	07.08.1987
57.96	(1)h3	Helge Brekke, FIL AKS-77	(41)	Byrkjelo	09.08.1991
58.01	(1)	Harald Nygård, FIL AKS-77	(51)	Florø	08.09.2001
		(20)			
58.04	(2)MSB	Bjørn Rolland, Tingvoll FIK	(55)	Midsund	09.08.2009
58.10		Henning Kristiansen, IL Valder	(45)	Stjørdal	29.06.1996
58.11	(3)	Johan Bergersen, Ask Friidrett	(46)	Florø	27.06.1997
58.51	(1)	Knut Bergesen, T&IF Viking, Bergen	(30)	Stavanger	29.08.1982
58.56	(4)	Harald Aanerud, Lørenskog FIL	(27)	Viareggio, ITA	15.09.1978
58.68	(1)A	Håkon B. Larsen, IL Gular	(37)	Trondheim/Le	29.07.1988
58.69	(3)	Olaf Henninen, Mjøndalen IF	(36)	Oslo/Bi	08.08.1986
58.71	(3)	Tore Hanssen, Byåsen IL	(33)	Mo i Rana	21.07.1985
58.77	(2)B	Harald Ødegård, Raumnnes & Årnes IL	(46)	Oslo/St	07.08.1998
58.84	(2)	Petter Kojen, Rissa IL	(31)	Stavanger	29.08.1982
		(30)			
58.86	(4)A	Arvid Gaugstad, Tysnes IL	(45)	Tønsberg	09.08.1996
59.05		Henrik Øvrebø, Ås IL	(49)	Oslo/Bi	31.08.1999
59.14	(2)	Jan H. Johansen, Asker SK	(43)	Bismo	11.08.1995
59.23	(5)	Joralf Nyborg, Skogn IL	(40)	Bjørkelangen	07.08.1992
59.27	(1)B	Arvid Engevd, Hadeland FIK	(43)	Leirvik	05.08.1994
59.45	(2)h3	Per Johan Jørgensen, Byåsen IL	(40)	Byrkjelo	09.08.1991
59.50	(1)	Svein Fammestad, FIL AKS-77	(48)	Florø	28.08.1999
59.59	(3)A	Per Einar Jacobsen, IL Norodd	(38)	Trondheim/Le	29.07.1988
59.63	(3)	Kåre Rabben, Austevoll IK	(45)	Lillehammer	17.08.1997
59.66		Gaute Bjaanes, Sandnes IL	(52)	Sandnes	09.07.2003
		(40)			
59.80	(6)	Rolf Thorbjørnsen, Åssiden IF	(41)	Bjørkelangen	07.08.1992
59.85	(2)	Johan Andreas Løland, GTI	(59)	Florø	15.08.2010
59.95	(1)	Jan Erik Dalseng, Veldre IL	(52)	Stjørdal	01.08.2003
59.98	( )h	Ernst Bakke, IL Norodd	(31)	Strasbourg, FRA	17.07.1982
59.98	(6)	Øyvind Østerud, Oslostudentenes IK	(44)	Tønsberg	09.08.1996
60.00	(10)	Øystein Vikane, FIL AKS-77	(47)	Fana	13.08.1997
60.08		Magne Johnsen, Heimdal IF	(41)	Trondheim/Le	24.09.1991
60.24	(1)	Einar Strand, Stegaberget IL	(38)	Haugesund	25.08.1989
60.28	(4)	Oddvar Gundersen, FIL AKS-77	(42)	Ravnanger	25.06.1995
60.29	(2)	Leif Martin Reknes, Florø T&IF	(52)	Stjørdal	01.08.2003
		(50)			
60.30	(4)	Aage Antonsen, Byåsen IL	(32)	Mo i Rana	21.07.1985
60.34	(5)B	Ragnar Time, Bryne FIK	(47)	Oslo/St	07.08.1998
60.37	(4)A	Einar Envik, Byåsen IL	(37)	Trondheim/Le	29.07.1988
60.37	(3)h3	Knut Engelbreth Møller, Heimdal IF	(41)	Byrkjelo	09.08.1981
60.44	(4)	Magnar Løvik, FIL AKS-77	(47)	Steinkjer	02.07.1999
60.45	(4)	Rune Lyssand, FIK BFG Fana	(50)	Ravnanger	30.06.2000
60.51	(3)	Knut Rimstad, Ullensaker/Kisa IL	(49)	Odense, DEN	05.09.1999
60.58	(3)	Leif Osland, Laksevåg T&IL	(29)	Stavanger	29.08.1982
60.59	(2)	Erling Johannessen, Førde IL	(38)	Haugesund	25.08.1989
60.70	(1)	Egil Mong, Egersunds IK	(55)	Egersund	16.06.2005
		(60)			
60.81	(1)	Odd Elvanes, Hareid IL	(56)	Geithus	02.07.2006
60.87	(3)h2	Ove Åserud, Aurskog-Høland FIL	(41)	Byrkjelo	09.08.1981
60.89	(2)	Geir Aakvik, IL Norodd	(52)	Askim	28.06.2002
60.98	(m)	Kåre Holmen, Skodje IL	(39)	Lund, SWE	28.07.1990
60.98	(3)	Harald Bekkelund, Veldre IL	(45)	Bismo	11.08.1995
60.99	(4)h3	Tore Reiten, IL Norodd	(41)	Byrkjelo	09.08.1981
61.08	(3)	Arne Langseth, Aurskog-Høland FIL	(52)	Askim	28.06.2002
61.10	(3)	Johnny Solheimnes, Jølster IL	(58)	Moss	23.08.2009
61.19	(2)	Eirik Kolstad, FIL AKS-77	(45)	Knarvik	07.09.1996



## Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:

55.54	(1)	Hector Soto, Gloppen FIL	(46)	Florø	27.06.1997
-------	-----	--------------------------	------	-------	------------

**Manuelle tider / Handtiming:**

53.7		Johan Petter Hesselberg, Byåsen IL	(32)	Trondheim/Le	28.06.1983
55.1	(1)	Joakim Pilskog, Emblem IL	(33)	København, DEN	31.07.1983
55.3		Svein E. Berg, IL ROS	(34)	Borre	01.09.1984
55.4	(1)	Arnfinn Haugland, Høybråten & Stovner IL	(30)	Sandane	27.07.1980
56.1	(2)	Tore Hanssen, Byåsen IL	(33)	Lillehammer	21.08.1983
56.3	(3)	Tor Warnes, Malvik IL	(33)	Fana	29.07.1984
56.8		Odd Kåre Strandli, Asker og Bærum FIK	(37)	Oslo/Tr	20.06.1990
57.0	(3)	Knut Bergesen, T&F Viking, Bergen	(30)	Larvik/Lo	09.08.1981
57.4	(4)	Petter Kojen, Rissa IL	(31)	Larvik/Lo	09.08.1981
57.6		Henrik Øvrebø, Ås IL	(49)	Oslo/St	31.05.1999
57.8	(1)s1	Kåre Eriksen, Kristiansands IF	(24)	Toronto, CAN	11-17.08.1975
57.8		Kjell Skallist, Larvik FIK	(33)	Tjølling	09.06.1987
58.1	(1)	Johan Bergersen, Ask IL	(46)	Knarvik	16.06.1996
58.2		Kristen Fløgstad, Søgne IL	(47)	Søgne	30.09.1997
58.3	(2)A	Joralf Nyborg, Skogn IL	(40)	Kristiansand	12.08.1990
58.6	(1)	Dag Fosstvedt, Fjellhug/Vereide IL	(27)	Spikkestad	20.08.1978
58.7		Odd Kristoffersen, Ringerike FIK	(34)	Hønefoss	18.08.1985
58.7	(1)	Arvid Gaugstad, Tysnes IL	(45)	Leirvik	22.07.1996
58.8		Leif Hitland, IL Norna-Salhus	(35)	Fana	19.09.1985
59.0		Reidar Skaar, Ås IL	(34)	Drøbak	10.09.1985
59.3		Harald Reberg, IL Nybrott	(32)	Stjørdal	29.06.1983
59.3	(3)	Aage Antonsen, Byåsen IL	(32)	Lillehammer	21.08.1983
59.4	(4)	Søren Nedrebø, Bjerkreim IL	(32)	Lillehammer	21.08.1983
59.5		Jorulf Saltnes, Ås IL	(35)	Drøbak	10.09.1985
59.5		Øyvind Østerud, Oslostudentenes IK	(44)	Oslo/St	21.08.1996
59.6	(4)h2	Svein Høilo, Nordstrand IF	(27)	Larvik/Lo	09.08.1981
59.6	(1)	Knut Rimstad, Ullensaker/Kisa IL	(49)	Oslo/St	05.06.2000
59.7		Steinar Davidsen, Stovnerkameratene	(37)	Oslo/St	24.08.1987
59.7	(1)	Øystein Vikane, FIL AKS-77	(47)	Knarvik	20.08.1997
59.7	(2)	Magnar Løvik, FIL AKS-77	(47)	Knarvik	14.06.1998
59.8		Claus Krohn, IL Molde-Olymp	(33)	Øvreås	16.07.1983
59.8		Alf Stølan, Ringerike FIK	(35)	Hønefoss	18.08.1985
59.8	(m)	Ingvaldt Sandsund, Steinkjer I&FK	(34)	Trondheim/Le	05.07.1986
59.9	(5)	Jan Nordmark, Fagernes IL	( )	Lillehammer	21.08.1983
60.2	(1)	Dagfinn Olsen, IL Korlevoll	(42)	Odda	29.04.1993
60.4		John Jacobsen, Mo IL	(31)	Steinkjer	26.07.1981
60.4		Johan Bjerkli, Frol IL	(28)		.1982
60.4	(3)A	Svend O. Høiby, Kristiansands IF	(36)	Kristiansand	12.08.1990
60.4	(3)	Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Knarvik	24.06.1992
60.5		Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Oslo/Bi	05.09.1987
60.5	(1)	Trond Steingrimsen, Tønsberg FIK	(49)	Larvik/Lo	30.08.2000
60.6		Ragnar Evjen, Fossum IF	(31)	Oslo/St	21.08.1982
60.6		Kolbjørn Jordfald, Ski IL	(37)	Ski	14.08.1987
60.7		Jon Arthur Sjøflot, Byåsen IL	(29)	Trondheim/Da	12.06.1982
60.7		Roald Strand, Aurskog-Høland FIL	(30)	Årnes	31.08.1983
60.8	(1)	Ivar Stensrud, Oslo IL	(19)	Halden	10.09.1972
61.0		Øivinn Berger, Stord T&IL	(30)	Leirvik	05.10.1980

**400m menn 55-59 år / Men 55-59 years - 65.00/64.9**

56.49	(1)	Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Tønsberg	17.08.2008
57.72	(1)B	Odd Aae, IL Norodd	(47)	Askim	28.06.2002
58.01		Johan Petter Hesselberg, Byåsen IL	(32)	Trondheim/Le	22.09.1988
58.57	(1)	Arne Warem, Gjesdal IL	(46)	Eskilstuna, SWE	19.08.2001
58.63	(3)h3	Knut Bergesen, IL Gular	(30)	Malmö, SWE	28.07.1986
58.79	(1)	Helge Brekke, FIL AKS-77	(41)	Tønsberg	09.08.1996
59.05	(1)	Arnfinn Haugland, Høybråten & Stovner IL	(30)	Oslo/Bi	08.08.1986
59.33	(1)	Jon Ljotebø, Vadheim IL	(39)	Bismo	11.08.1995
59.50	(1)h2	Tor Warnes, Malvik IL	(33)	Trondheim/Le	29.07.1988
59.75	(3)	Svein Høilo, Nordstrand IF	(27)	Roma, ITA	23.06.1985
		(10)			
59.85	(1)	Brynjulf Oshaug, Mo IL	(26)	Stavanger	29.08.1982
59.87	(2)h1	Tore Hanssen, Byåsen IL	(33)	Trondheim/Le	29.07.1988
59.88	(3)	Arne Mjelde, Osterøy IL	(42)	Fana	06.08.1997
59.92	(1)	Oddvar Tjelta, Klepp IL	(43)	Oslo/St	07.08.1998
59.98	(1)A	Kjell Steinset, Jølster IL	(36)	Byrkjelo	09.08.1991
60.00	(5)MS	Bjørn Rolland, Tingvoll FIK	(55)	Straumnes	15.08.2010
60.10	(2)	Jon Arthur Sjøflot, Byåsen IL	(29)	Oslo/Bi	08.08.1986
60.10	(1)	Tor Magnar Bøifot, GTI	(38)	Overhalla	06.08.1993
60.17		Paul Dahl, Kolbukameratene	(44)	Steinkjer	28.08.1999
60.34	(5)	Johan Bergersen, Ask Friidrett	(46)	Eskilstuna, SWE	19.08.2001
		(20)			

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

60.45	(2)h2	Leif Vågsmyr, Tvedestrand T&IF	(29)	Trondheim/Le	29.07.1988
60.61	(3)	Petter Kojen, Rissa IL	(31)	Oslo/Bi	08.08.1986
60.61	(2)	Knut Rimstad, Ullensaker/Kisa IL	(49)	Kristiansand	25.06.2004
60.63	(1)	Stein Ohr, IL Norodd	(48)	Ravnanger	15.06.2007
60.66	(1)	Kåre Rabben, Austevoll IK	(45)	Ravnanger	30.06.2000
61.16		Jon Heggland, Kristiansands IF	(43)	Lillehammer	22.08.1998
61.17	(4)h1	Harald Aanerud, Lørenskog FIL	(27)	Brighton, GBR	20-25.08.1984
61.19	(6)	John Broholt, Oslo IL	(34)	Larvik/Lo	02.07.1989
61.21	(6)50h1	Leif Martin Reknes, Florø T&IF	(52)	Misano, ITA	12.09.2007
61.36	(1)B	Istvan Vilmos Jakab, Ottestad IL (30)	(36)	Byrkjelo	09.08.1991
61.48	(2)	Arvid Gaugstad, Tysnes IL	(45)	Knarvik	11.06.2000
61.49	(2)	Henning Kristiansen, IL Valder	(45)	Bismo	03.08.2001
61.56	(1)	Harald Klakegg, Førde IL	(37)	Bjørkelangen	07.08.1992
61.68	(5)	Ernst Bakke, Smøla IL	(31)	Oslo/Bi	08.08.1986
61.86	(3)	Jan-Henry Johansen, Asker SK	(43)	Ravnanger	30.06.2000
61.87	(2)B	Agnar Skutbergsveen, Veldre IL	(46)	Askim	28.06.2002
61.88	(2)	Erling Johannesen, Førde IL	(38)	Overhalla	06.08.1993
61.98	(3)h1	Hilmar Knudsen, Malvik IL	(31)	Trondheim/Le	29.07.1988
62.05	(2)	Svein Fammestad, FIL AKS-77	(48)	Knarvik	18.08.2004
62.25	(3)	John Bernes, Osterøy IL (40)	(44)	Steinkjer	02.07.1999
62.30	(6)	Ivar Stensrud, Oslo IL	(19)	Viareggio, ITA	15.09.1978
62.40	(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Turku, FIN	25.07.1992
62.42	(15)	Kåre Dalland, IL Gular	(35)	Fana	08.09.1993
62.63	(1)	Dagfinn Nyhammer, Gloppen FIL	(50)	Byrkjelo	19.06.2005
62.74	(15)	Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Fana	13.08.1997
62.88		Leif Gylland, IL Dalebrand	(41)	Stjørdal	29.06.1996
62.94	(3)	Svein Kjøsnes, Jølster IL	(38)	Overhalla	06.08.1993
63.00	(2)B	Arne Søgård, Raumes & Årnes IL	(36)	Byrkjelo	09.08.1991
63.02	(2)	Gunnar Jørgenvåg, Elnesvågen IL	(34)	Bjørkelangen	07.08.1992
63.40	(5)h1	Bjarne Hagen, Lørenskog FIL (50)	(33)	Budapest, HUN	30.06.1990
63.49	(5)h2	Håkon B. Larsen, IL Gular	(31)	Kristiansand	27.06.1992
63.50	(4)	Oddmund Unhjem, Isfjorden IL	(30)	Ålesund	07.08.1987
63.66	(3)	Geir Aakvik, IL Norodd	(52)	Tønsberg	17.08.2008
63.69	(2)	Kjartan Magne Kvellestad, Florø T&IF	(53)	Florø	15.08.2010
63.79		Harald Ødegård, Raumes & Årnes IL	(46)	Jessheim	21.06.2001
63.81	(4)A	John Roger Bjørheim, Kristiansands IF	(34)	Byrkjelo	09.08.1991
63.85	(4)	Oddvar Gundersen, FIL AKS-77	(42)	Knarvik	11.06.2000
63.87	(5)A	Tore Hanssen, Byåsen IL	(33)	Byrkjelo	09.08.1991
63.90	(2)B	Henry Opland, IL Norodd	(36)	Glostrup, DEN	30.06.1991
63.93	(2)	Aksel Rosland, Orre IL (60)	(39)	Bismo	11.08.1995
63.97	(5)	Magne Tystad, Gloppen FIL	(45)	Stjørdal	01.08.2003
64.04	(m)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Bjørkelangen	27.08.1994
64.04	(3)	Kåre Holmen, Skodje IL	(39)	Bismo	11.08.1995
64.19	(3)A	Finn Løkeberg, Aurskog-Høland FIL	(47)	Askim	28.06.2002
64.20	(8)	Ragnar Evjen, Fossum IF	(31)	Larvik/Lo	02.07.1989
64.33	(7)	Harald Sør-Reime, Varhaug IL	(30)	Oslo/Bi	08.08.1986
64.43	(1)	Harald Nygård, FIL AKS-77	(51)	Knarvik	11.10.2009
64.44	(4)A	John Andersen, Raumes & Årnes IL	(44)	Askim	28.06.2002
64.48	(4)h1	Søren Nedrebø, Bjerkreim IL	(32)	Trondheim/Le	29.07.1988
64.67	(4)	Harald Bekkelund, Veldre IL (70)	(45)	Bismo	03.08.2001
64.84	(4)	Jan Erik Dalseng, Veldre Friidrett	(52)	Ravnanger	15.06.2007
64.85	(1)	Øystein Vikane, FIL AKS-77	(47)	Knarvik	07.08.2003
64.98	(2)	Bjarne Skorge, Laksevåg T&IL	(39)	Odda	28.08.1994

**Manuelle tider / Handtiming:**

57.8		Joakim Pilskog, Aalesunds IL	(33)	Ålesund	01.06.1988
58.4		Knut Bergesen, T&IF Viking, Bergen	(30)	Fana	19.09.1985
58.9	(1)	Andreas Eldnes, Frol IL	(19)	Oppdal	31.08.1975
59.3	(1)	Brynjulf Oshaug, Mo IL	(26)	Steinkjer	26.07.1981
60.3	(2)	Ivar Stensrud, Oslo IL	(19)	Ås	01.09.1974
60.4		Dag Fosstvedt, Fjellhug/Vereide IL	(27)	Breim	21.07.1982
60.6	(2)	Tormod Haugan, Malvik IL	(20)	Grong	25.08.1979
60.9	(3)	Leif Osland, Laksevåg T&IL	(29)	Fana	29.07.1984
61.0	(2)	Harald Aanerud, Lørenskog FIL	(27)	Lillehammer	21.08.1983
61.5		Jens Johansen, Målselv IL	(35)		01.06.1990
61.7	(1)	Gunnar Gaulen, FIL AKS-77	(41)	Knarvik	20.08.1997
61.9		Brynjulf Skinlo, Gloppen FIL	(35)	Åkrestrommen	21.08.1994
62.0		Claus Krohn, IL Molde-Olymp	(33)	Ørlandet	19.06.1988
62.3		Nils Olav Vestgøte, Namsen FIF	(21)	Göteborg, SWE	10.08.1977
62.3		Bjarne Hagen, Lørenskog FIL	(33)	Oslo/Tr	20.06.1990
62.3		Einar Strand, Stegaberget IL	(38)	Stegaberget	28.09.1993
62.5		Håkon Tvedt, IL Gular	(33)	Leirvik	19.06.1988
62.5	(2)	Gunnar Jørgenvåg, Elnesvågen IL	(34)	Kristiansand	10.08.1990
62.8		Erling Jensen, Stord T&IL	(20)	Bergen/Sk	20.06.1976

62.8	(1)	Eiler Nygårdseter, Kongsvinger IL	(22)	Sandane	27.07.1980
63.0		Jan Kystad, SK Freidig	(25)	Trondheim/Le	17.06.1980
63.4	(3)	Nils Lysne, IL Gular	(40)	Knarvik	14.06.1998
63.5		Magne Sævdal, Tertnes IL	(25)	Knarvik	15.07.1981
63.9		John Andersen, Raumes & Årnes IL	(44)	Oslo/St	05.06.2000
64.1	(2)	Arne Sollid, Fjellhug/Vereide IL	(24)	Sandane	27.07.1980
64.4		Ingvar Vigre, Orre IL	(38)	Sandnes	06.06.1993
64.5		Walther Olsen, IL Gular	(25)	Fana	09.09.1981
64.9		Olav Mellesdal, FIL Vossar	(29)	Fana	19.09.1985
64.9	(1)	Kjell Ulltang, Øystese IL	(38)	Knarvik	16.06.1996

**400m menn 60-64 år / Men 60-64 years - 70.00/69.9**

58.75	(1)h1	Arnfinn Haugland, Høybråten & Stovner IL	(30)	Budapest, HUN	30.06.1990
60.27	(3)	Svein Høilo, Oslo IL	(27)	Melbourne, AUS	04.12.1987
60.81	(3)	Johan Bergersen, FIL AKS-77	(46)	Poznan, POL	24.07.2006
60.85	(1)	Leif Vågsmyr, Tvedestrand T&IF	(29)	Haugesund	25.08.1989
60.86	(2)h1	Knut Bergesen, IL Gular	(30)	Budapest, HUN	30.06.1990
61.02	(2)h1	Harald Aanerud, Lørenskog FIL	(27)	Melbourne, AUS	04.12.1987
61.17	(1)	Andreas Eldnes, Frol IL	(19)	Strasbourg, FRA	18.07.1982
61.28	(2)	Oddvar Tjelta, Klepp IL	(43)	Lahti, FIN	15.06.2003
61.44	(1)	Jon Ljotebø, Vadheim IL	(39)	Florø	28.08.1999
61.48	(2)	Trygve Syversen, Ski IL	(22)	Helsingborg, SWE	04.08.1985
		(10)			
61.53	(1)	Odd Aae, IL Norodd	(47)	Århus, DEN	01.07.2007
61.72	(1)	Brynjulf Oshaug, Mo IL	(26)	Oslo/Bi	08.08.1986
62.01	(1)	Stein Ohr, IL Norodd	(48)	Florø	15.08.2010
62.16	(2)	Arne Warem, Gjesdal IL	(46)	Florø	15.08.2010
62.53	(2)	Ivar Stensrud, Oslo IL	(19)	Hannover, GER	01.08.1979
62.72	(1)	Kjell Steinset, Jølster IL	(36)	Florø	27.06.1997
62.88	(3)	Dag Fosstvedt, Fjellhug/Vereide IL	(27)	Ålesund	07.08.1987
62.98	(2)	Jan-Henry Johansen, Asker SK	(43)	Kristiansand	25.06.2004
63.18	(8)	Arne Mjelde, Osterøy IL	(42)	Fana	11.07.2004
63.33	(3)	Ragnar Jakobsen, Kristiansands IF	(43)	Kristiansand	25.06.2004
		(20)			
63.43	(1)	Paul Dahl, IL Kolbukameratene	(44)	Gjøvik	27.08.2005
63.60	(3)	Knut Austlid, Veldre IL	(31)	Byrkjelo	09.08.1991
63.63	(1)	Istvan Vilmos Jakab, Ottestad IL	(36)	Tønsberg	09.08.1996
63.70	(2)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Florø	27.06.1997
64.22		Tor Olsen, IL Pioner	(39)	Finnfjordbotn	16.09.2000
64.27	(1)	Helge Brekke, FIL AKS-77	(41)	Knarvik	30.09.2001
64.36	(1)	Arne Hamarsland, IL Gular	(33)	Overhalla	06.08.1993
64.59	(9)	John Bernes, Osterøy IL	(44)	Fana	11.07.2004
64.95	(3)	Harald Klakegg, Førde IL	(37)	Florø	27.06.1997
64.99	(4)	Hilmar Knudsen, Malvik IL	(31)	Byrkjelo	09.08.1991
		(30)			
65.09	(3)	Tor Magnar Bøifot, IL Norodd	(38)	Askim	28.06.2002
65.48	(4)	Agnar Skutbergsveen, Veldre Friidrett	(46)	Ravnanger	15.06.2007
65.57	(1)	Eiler Nygårdseter, Kongsvinger IL	(22)	Mo i Rana	21.07.1985
65.70	(3)	Kåre Holmen, IL Valder	(39)	Steinkjer	02.07.1999
65.80		Ari Valdemarsson, IL Flint	(33)	Tønsberg	05.07.1993
65.85	(1)	Håkon Tvedt, IL Gular	(33)	Ravnanger	25.06.1995
65.96	(4)	Andor Sandsmark, IL Skjalg	(34)	Florø	27.06.1997
66.12	(9)	Arne Brattelid, Mjøsdalen IL	(37)	Fana	09.07.1997
66.14	(5)	Olav Mellesdal, FIL Vossar	(29)	Haugesund	25.08.1989
66.21	(2)	Gunnar Svendsen, Larkollen IL	(46)	Moss	23.08.2009
		(40)			
66.22	(5)A	Henry Opland, IL Norodd	(36)	Lillehammer	16.08.1997
66.31	(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Huddinge, SWE	27.06.1998
66.45	(1)	John Broholt, Oslo IL	(34)	Leirvik	05.08.1994
66.80	(5)	Roald Korssjøn, Namsen FIF	(36)	Florø	27.06.1997
67.06	(6)h2	Dagfinn Nyhammer, Gloppen FIL	(50)	Nyiregyhaza, HUN	19.07.2010
67.33	(5)h1	Walther Olsen, IL Gular	(25)	Helsingborg, SWE	04.08.1985
68.09	(3)	Einar Behrns, Veldre Friidrett	(49)	Moss	23.08.2009
68.15	(1)	Kåre Dalland, IL Gular	(35)	Førde	13.09.1997
68.72	(3)	Tor Gilde, IL Molde-Olymp	(25)	Oslo/Bi	08.08.1986
68.73	(3)	Søren Nedrebø, Bjerkreim IL	(32)	Leirvik	05.08.1994
		(50)			
68.87	(6)h2	Magnar Mogstad, Malm IL	(24)	Malmö, SWE	28.07.1986
69.13	(2)	Kåre Olsen, IL Norodd	( )	Bismo	11.08.1995
69.34		Kjell Jønnum, Steinkjer FIK	(45)	San Sebastian, ESP	23.08.2005
69.59		Håvard Lund, Aurskog-Høland FIL	(24)	Oslo/Bi	11.09.1985
69.60	(3)	Karl Aune, Byåsen IL	(35)	Bismo	11.08.1995
69.65		Erling Jensen, Stord T&IL	(20)	Haugesund	26.08.1981
69.99	(5)	Knut Haugen, IL Skjalg	(33)	Huddinge, SWE	04.07.1993

**Manuelle tider / Handtiming:**

59.4	(1)	Andreas Eldnes, Frol IL	(19)	Sandane	27.07.1980
60.2		Svein Høilo, Oslo IL	(27)	Oslo/Bi	05.09.1987
60.4		Trygve Syversen, Ski IL	(22)	Oslo/Fr	10.06.1982
62.2		Dag Fosstvedt, Fjellhug/Vereide IL	(27)	Sandane	13.06.1987
64.2	(1)	Helge Brekke, FIL AKS-77	(41)	Ravnanger	15.09.2002
64.8		Tormod Haugan, Malvik IL	(20)	Overhalla	21.07.1984
64.8	(1)	Håkon Tvedt, IL Gular	(33)	Sveio	20.06.1993
65.4		Gunnar Jørgenvåg, Fræna FIK	(34)	Molde	25.06.1994
65.5		Kjell Hagen, IF Njaal	(21)	Oslo/St	29.08.1981
65.8	(1)	Magne Tystad, Gløppen FIL	(45)	Hyen	20.07.2005
66.4		Bjarne Hagen, Lørenskog FIL	(33)	Rolvstrud	08.09.1994
66.8	(1)	Kjell Ulltang, Øystese IL	(38)	Knarvik	14.06.1998
67.0		Alf Megaard, Veldre IL	(26)	Brumunddal	20.08.1987
67.4		Christian Boye, Stabæk IF	(25)	Oslo/St	24.08.1987
67.5		Kolbjørn Jordfald, Ski IL	(37)	Moss	23.08.1997
67.6		Harald Søbstad, IL Molde-Olymp	(32)	Straumsnes	12.09.1992
67.9	(2)	Arne Steinstø, Øystese IL	(38)	Knarvik	14.06.1998
69.1		Frode Høivik, Asker og Bærum FIK	(32)	Oslo/La	25.08.1994
69.1		Ingvar Vigre, Orre IL	(38)	Orre	05.09.1998
69.2		Magne Sævdal, Tertnes IL	(25)	Hatland	07.07.1985
69.3	(2)	Robert Hestmann, Fossum IF	(23)	Fana	29.07.1984
69.5		Arne Sollid, Fjellhug/Vereide IL	(24)		.1986
69.7		Sverre Bøen, Tertnes IL	(21)	Leirvik	31.05.1981

**400m menn 65-69 år / Men 65-69 years - 76.00/75.9**

62.86	(1)	Knut Bergesen, IL Gular	(30)	Ravnanger	25.06.1995
63.14	(1)	Andreas Eldnes, Frol IL	(19)	Helsingborg, SWE	04.08.1985
64.35	(2)s2	Svein Høilo, Oslo IL	(27)	Miyazaki, JPN	15.10.1993
64.70	(1)	Leif Vågsmyr, Tvedestrand T&IF	(29)	Leirvik	05.08.1994
65.14	(3)A	Jon Ljøtebø, Vadheim IL	(39)	Brumunddal	03.07.2005
65.20	(1)	Arne Mjelde, Osterøy IL	(42)	Århus, DEN	01.07.2007
65.63	(1)	Oddvar Tjelta, Klepp IL	(43)	Tønsberg	17.08.2008
66.41	(2)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Eskilstuna, SWE	19.08.2001
66.56		Kjell Steinset, Gløppen FIL	(36)		.2001
66.69	(1)	Tormod Haugan, Malvik IL	(20)	Ålesund	07.08.1987
		(10)			
67.29	(3)	Harald Aanerud, Lørenskog FIL	(27)	Huddinge, SWE	04.07.1993
67.34	(2)	Dag Fosstvedt, Gløppen FIL	(27)	Björkelangen	07.08.1992
67.44	(1)	John Bernes, Osterøy IL	(44)	Hatland	24.08.2009
67.74	(2)	Eiler Nygårdseter, Kongsvinger IL	(22)	Ålesund	07.08.1987
67.81	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Ravnanger	30.06.2000
68.09	(m)	Lornts Heimdal, Sparbu IL	(19)	Hämeenlinnassa, FIN	14.07.1984
68.67	(2)	Kåre Holmen, IL Valder	(39)	Kristiansand	25.06.2004
68.81	(2)	Ari Valdemarsson, IL Flint	(33)	Oslo/St	08.08.1998
69.07	(1)	Håkon Larsen, IL Gular	(37)	Askim	28.06.2002
69.38	(1)	Tor Magnar Bøifot, IL Norodd	(38)	Stjørdal	01.08.2003
		(20)			
69.67	(1)h1	Arne Sollid, Gløppen FIL	(24)	Byrkjelo	09.08.1991
69.70	(4)	Kjell Ulltang, Øystese IL	(38)	Kristiansand	25.06.2004
70.05	(6)	Henry Opland, IL Norodd	(36)	Eskilstuna, SWE	19.08.2001
70.09	(3)	Aksel Rosland, Orre IL	(39)	Geithus	02.07.2006
70.23	(4)h3	Christian Boye, Stabæk IF	(25)	Kristiansand	27.06.1992
71.16	(1)	Leif Gylland, IL Dalebrand	(41)	Levanger	30.06.2007
71.25	(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Carolina, PUR	02.07.2003
71.33	(3)	Paul Bruvik, Osterøy IL	(43)	Tønsberg	17.08.2008
71.65		Tor Holstad, Bodø & Omegns IF	(19)	Bodø	03.08.1986
71.70	(2)h2	Tor Gilde, IL Molde-Olymp	(25)	Byrkjelo	09.08.1991
		(30)			
71.83	(6)B	Bjørn Håkonsen, Asker og Bærum FIK	(31)	Oslo/Bi	25.09.1996
72.02	(2)	Einar Flydahl, Isfjorden IL	(16)	Mo i Rana	21.07.1985
72.15	(3)	Søren Nedrebø, Bjerkreim IL	(32)	Ravnanger	30.06.2000
72.27		Arne Bjørn Lunder, Oslo IL	(25)	Oslo/Bi	22.08.1990
72.68		Jostein Haraldseid, Bækkelaget SK	(35)	Oslo/Bi	21.08.2001
72.75	(3)A	Roald Korssjøen, Spillum IL	(36)	Bismo	03.08.2001
73.08	(3)h2	Walthar Olsen, IL Gular	(25)	Byrkjelo	09.08.1991
73.46	(2)	Robert Hestmann, Oslo IL	(23)	Haugesund	25.08.1989
73.54	(3)	Håvard Lund, Aurskog-Høland FIL	(24)	Haugesund	25.08.1989
73.88	(11)	Arne Hamarsland, IL Gular	(33)	Knarvik	30.09.2001
		(40)			
74.19	(5)h1	Dagfinn Breide, Lillehammer IF	(10)	Hannover, FRG	31.07.1979
74.34	(1)	Kjell Sagmyr, Idun IL	(42)	Florø	15.08.2010
74.71	(6)h2	Kjell Egge, IL Flint	(25)	Kristiansand	27.06.1992
74.78	(3)h1	Jan Kystad, SK Freidig	(25)	Byrkjelo	09.08.1991
75.54	(1)	John Erik Hoel, Tønsberg FIK	(43)	Tønsberg	02.07.2008

**Manuelle tider / Handtiming:**

62.4		Andreas Eldnes, Frol IL	(19)	Steinkjer	15.09.1984
63.8		Tormod Haugan, Malvik IL	(20)	Trondheim/Le	24.06.1985
65.5		Jostein Haraldseid, Bækkelaget SK	(35)	Oslo/St	05.06.2000
65.7	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Larvik/Lo	30.08.2000
67.1		Dag Fosstvedt, Gloppen FIL	(27)	Bismo	29.08.1992
70.0	(1)	Sverre Stenbro, Modum FIK	(24)	Kristiansand	10.08.1990
70.5		Kaare Mortensen, Larvik T&IF	(36)	Larvik/Lo	06.06.2001
70.8	(2)	Tor Gilde, IL Molde-Olymp	(25)	Kristiansand	10.08.1990
71.5	(1)	Einar Flydahl, Isfjorden IL	(16)	Lillehammer	21.08.1983
71.8		Alf Megaard, Veldre IL	(26)	Kongsvinger	08.09.1991
71.9		Harald Søbstad, IL Molde-Olymp	(32)	Moss	23.08.1997
72.3	(m)	Willy Finnanger, Namsen FIF	(18)	Trondheim/Le	05.07.1985
72.9		Isak Aasum, Kongsvinger IL	(21)	Kongsvinger	24.09.1987
73.1		Odd Tessem, Malm IL	(16)	Inderøy	26.06.1982
73.1	(2)	Helge Isaksen, Årvoll IL	(15)	Lillehammer	21.08.1983
73.4	(1)	Odd Ivar Storløyken, Lørenskog FIL	(36)	Lørenskog	21.06.2004
73.8	(5)	Kjell Egge, IL Flint	(25)	Kristiansand	10.08.1990
74.4	(2)	Aksel Røste, IL Runar	(35)	Tønsberg	12.08.2004
74.5		Per Gundersrud, Oslo IL	(23)	Moss	28.08.1988
74.8	(1)	Kolbjørn Jordfald, Ski IL	(37)	Ski	27.08.2003
75.4	(2)	Lars Øye, Oppdal FIK	(19)	Fana	29.07.1984

**400m menn 70-74 år / Men 70-74 years - 87.00/86.9**

67.46	(1)	Knut Bergesen, IL Gular	(30)	Knarvik	19.08.2000
68.82	(m)	Gudmund Skrivervik, Hornindal IL	(21)	Turku, FIN	18.07.1991
69.22	(1)	Arne Sollid, Gloppen FIL	(24)	Tønsberg	09.08.1996
70.15	(1)	Knut Austlid, Hamar IL	(31)	Romedal	08.06.2002
70.49	(1)A	Tor Kristian Warnes, Malvik IL	(33)	Stjørdal	01.08.2003
70.55		Ari Valdemarsson, IL Flint	(33)	Tønsberg	26.06.2003
70.69	(1)	Arne Hamarsland, IL Gular	(33)	Kristiansand	25.06.2004
70.91	(2)h2	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Misano, ITA	12.09.2007
71.25	(1)	Johannes Baardsen, GTI	(37)	Sandnes	14.06.2008
71.75	(4)	Einar Flydahl, Isfjorden IL	(16)	Pori, FIN	02.08.1987
		(10)			
72.25	(1)	Willy Finnanger, Overhalla IL	(18)	Trondheim/Le	29.07.1988
72.47	(1)	Jon Ljotebø, Vadheim IL	(39)	Florø	15.08.2010
72.58	(2)	Arvid Fjærli, IL Norodd	(32)	Lahti, FIN	15.06.2003
73.06	(3)	Leif Vågsmyr, Tvedestrand T&IF	(29)	Odense, DEN	05.09.1999
73.45		Rudolf Nilsen, IK Grane	(12)	New York, USA	25.07.1982
73.54	(2)	Andor Sandsmark, IL Skjalg	(34)	Kristiansand	25.06.2004
73.76		Harald Aanerud, Lørenskog FIL	(27)	Durban, RSA	01.07.1997
73.88	(1)	Håkon Tvedt, IL Gular	(33)	Ravnanger	24.06.2005
74.69	(3)	Kåre Holmen, IL Valder	(39)	Florø	15.08.2010
74.80	(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Hammerfest	28.07.2007
		(20)			
75.97	(2)	Helge Isaksen, Årvoll IL	(15)	Oslo/Bi	08.08.1986
76.07	(6)h1	Christian Boye, Stabæk IF	(25)	Buffalo, USA	21.07.1995
76.29	(1)	Leif Osa, IL Gular	(39)	Knarvik	11.10.2009
76.49	(2)	Asbjørn Karbø, Oslo IL	(22)	Tønsberg	09.08.1995
76.50	(1)	Harald Eriksen, Hof IL	(20)	Overhalla	06.08.1993
76.52	(2)	Reidulf Frøya, Hareid IL	(21)	Overhalla	06.08.1993
76.61	(2)	Henry Opland, IL Norodd	(36)	Tønsberg	17.08.2008
77.28	(2)	Kjell Egge, IL Flint	(25)	Bismo	11.08.1995
77.70	(3)	Arne Bjørn Lunder, Oslo IL	(25)	Bismo	11.08.1995
78.17	(4)	Aksel Rosland, Orre IL	(39)	Florø	15.08.2010
		(30)			
79.41	(1)	Trygve Høvik, Halså IL	(10)	Stavanger	29.08.1982
79.73	(1)	Jakob Gjengedal, Gloppen FIL	(29)	Bismo	03.08.2001
79.92		Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Tønsberg	03.08.2002
81.10	(1)	John Jonassen, IL Norodd	(31)	Straumsnes	07.09.2002
81.58	(5)	Knut Haugen, IL Skjalg	(33)	Lahti, FIN	15.06.2003
81.70	(3)	Robert Hestmann, Oslo IL	(23)	Overhalla	06.08.1993
81.98	(4)	Walther Olsen, IL Gular	(25)	Bismo	11.08.1995
82.90	(4)	Nils Olav Vestgøte, Namsen FIF	(21)	Overhalla	06.08.1993
85.86	(2)	Torbjørn Grande, Sparbu IL	(28)	Bismo	03.08.2001
86.35	(m)	Håvard Lund, Ullensaker/Kisa IL	(24)	Bjørkelangen	27.08.1994
		(40)			

**Manuelle tider / Handtiming:**

73.6		Reidulf Frøya, Hareid IL	(21)	Molde	17.08.1991
74.5		Isak Aasum, Kongsvinger IL	(21)	Kongsvinger	08.09.1991
75.1	(2)	Dagfinn Breide, Lillehammer IF	(10)	Helsinki, FIN	07.08.1980
77.4		Norolf Nilsen, Flekkefjord IF	(29)	Flekkefjord	09.06.1999
77.5	(1)	Jakob Gjengedal, Gloppen FIL	(29)	Hyen	14.07.2002
78.6		Hans Nordengen, Hurdal IL	(17)	Årnes	24.08.1988
78.7		Lornots Heimdal, Sparbu IL	(19)	Namsos	25.08.1991
80.7		Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Oslo/La	21.09.1985

81.9	(1)	Erling Ihle, Fossum IF	(36)	Oslo/St	31.05.2010
82.2	(m)	Einar Ladehaug, IF Graabein	(14)	Trondheim/Le	05.07.1986
84.0	(1)	Lars Kalvik, IL Norna-Salhus	(14)	Knarvik	16.09.1984
84.1		Ragnvald Næsje, Mo IL	(11)	Sandnessjøen	03.09.1983
84.6		Olaf Stavlund, Verdal IL	(18)		.1988
84.8		Harald Jacobsen, Sparbu IL	(29)	Sparbu	29.09.1999
85.0		Per Gundersrud, Oslo IL	(23)		19.09.1993
85.2		Reidar Gran, Inderøy IL	(18)		.1988
85.3	(1)	Willy Åge Haugen, IK Våg	(37)	Vågsbygd	14.06.2009
86.4		Thorvald Roa, Sokna IF	(12)	Sokna	27.08.1983

**400m menn 75-79 år / Men 75-79 years - 100.00/99.9**

70.63	(1)	Knut Bergesen, IL Gular	(30)	Knarvik	09.10.2005
76.82	(1)	Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Florø	27.06.1997
77.10	(1)	Rudolf Nilsen, Oslo IL	(12)	Ålesund	07.08.1987
77.55	(1)	Erik Holø, Vågå FIK	(28)	Stjørdal	01.08.2003
77.90	(2)	Alf Igesund, IL Gular	(27)	Lahti, FIN	15.06.2003
78.09	(1)	Arne Hamarsland, IL Gular	(33)	Hatland	23.07.2008
78.61	(1)h2	Leif Vågsmyr, Tvedestrand T&IF	(29)	Århus, DEN	26.07.2004
80.00	(3)K	Olaf A. Gundersen, Stabæk IF	(14)	Oslo/Bi	16.09.1989
80.14	(1)	Andor Sandsmark, GTI	(34)	Moss	23.08.2009
80.39	(1)	Trygve Høvik, Halså IL	(10)	Mo i Rana	21.07.1985
		(10)			
81.73	(5)	Harald Aanerud, Lørenskog FIL	(27)	Lahti, FIN	15.06.2003
82.43		Hans Nordengen, Hurdal IL	(17)	Jessheim	12.06.1993
83.53	(1)	Einar Flydahl, Isfjorden IL	(16)	Bjørkelangen	07.08.1992
83.76	(4)	Dag Fosstvedt, Gloppen FIL	(27)	Stjørdal	01.08.2003
84.64	(1)	Knut Moe, Sparbu IL	(24)	Steinkjer	02.07.1999
86.00	(2)	Arne Sollid, Gloppen FIL	(24)	Steinkjer	02.07.1999
86.40	(2)	Einar Ladehaug, IF Graabein	(14)	Haugesund	25.08.1989
86.92	(1)	Per Einar Sønnesyn, IL Gular	(32)	Knarvik	26.08.2007
87.43	(3)	Robert Hestmann, Oslo IL	(23)	Steinkjer	02.07.1999
87.51	(3)	Torbjørn Grande, Sparbu IL	(28)	Kristiansand	25.06.2004
		(20)			
87.81	(2)	Håkon Strand, Ringerike FIK	(09)	Mo i Rana	21.07.1985
89.30	(2)	Sigurd Tørmoen, Borre IF	(05)	Strasbourg, FRA	18.07.1982
91.09	(m)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	San Giovanni, ITA	04.09.2007
91.64	(1)	Willy Finnanger, Namsen FIF	(18)	Overhalla	06.08.1993
92.61	(6)	Magne Elnan, Sandvolla IL	(28)	Stjørdal	01.08.2003
92.94	(2)	Asbjørn Karbø, Oslo IL	(22)	Lillehammer	17.08.1997
94.20		Arne Bjørn Lunder, Oslo IL	(25)	Oslo/Bi	21.08.2001
94.49	(1)	Kjell Egge, IL Flint	(25)	Ravnanger	30.06.2000
94.82	(4)	Hans Gomnæs, Tvedestrand T&IF	(12)	Larvik/Lo	02.07.1989

**Manuelle tider / Handtiming:**

78.6		Olaf A. Gundersen, Stabæk IF	(14)	Oslo/Bi	21.06.1989
79.0	(1)	Helge Isaksen, Oslo IL	(15)	Kristiansand	10.08.1990
80.7		Trygve Refsnes, Sola IL	(19)	Tau	01.09.1996
82.5		Olav Reppen, Brønnøysund IL	(11)	Brønnøysund	30.09.1986
87.3	(1)	Sigurd Tørmoen, Borre IF	(05)	Lillehammer	21.08.1983
91.0	(1)	Lars Kalvik, IL Norna-Salhus	(14)	Haukås	17.09.1989
92.4		Lorents Heimdal, Sparbu IL	(19)	Inderøy	10.09.1994
93.2		Normann Ryan sen., Ognedal IL	(12)	Beitstad	05.09.1987
99.0		Olaf Stavlund, Verdal FIK	(18)	Inderøy	10.09.1994

**400m menn 80-84 år / Men 80-84 years - 120.00/119.9**

91.21	(1)	Harald Aanerud, Lørenskog FIL	(27)	Tønsberg	17.08.2008
91.66	(1)	Trygve Høvik, Halså IL	(10)	Byrkjelo	09.08.1991
94.96	(1)	Knut Moe, Sparbu IL	(23)	Stjørdal	01.08.2003
96.15	(2)	Odd Karlsen, Politiets IL, Fredrikstad	(22/23)	Stjørdal	01.08.2003
98.21	(2)	Erik Holø, Lalm IL	(28)	Tønsberg	17.08.2008
102.19	(5)	Ragnvald Næsje, Mo IL	(11)	Kristiansand	28.06.1992
105.43	(5)MS	Reidar Ekner, IL Skarphedin	(29)	Bø i Telemark	03.09.2009
118.99	(8)	Olav Reigstad, IL Norna-Salhus	(10)	Kristiansand	28.08.1992

**Manuelle tider / Handtiming:**

88.0	(1)	Trygve Høvik, Halså IL	(10)	Kristiansand	10.08.1990
91.8		Sigurd Tørmoen, Skoppum IF	(05)		.1985
94.4		Henry Thune Mathisen, Fossum IF	(16)	Oslo/St	31.05.1999

**400m menn 85-89 år / Men 85-89 years**

108.77	(3)	Sigurd Tørmoen, Nykirke IF	(05)	Turku, FIN	27.07.1991
--------	-----	----------------------------	------	------------	------------

**Manuelle tider / Handtiming:**

104.8		Petter Green, IL Stjørdals-Blink	(12)	Stjørdal	14.06.1997
-------	--	----------------------------------	------	----------	------------