

Norge / Norway: 2000 - Utendørs / Outdoor**Menn / Men 45-49 år / years**

pr. 31.12.2000 (oppdatert / updated 07.01.2010)

60m (M45-49)

8.82	-0,7	(1)	Rune Andersen, IL Fenring	(55)	Ravnanger	06.09.2000
------	------	-----	---------------------------	------	-----------	------------

Manuelle tider / Handtiming:

8.0		(1)	Dagfinn Jensen, IL Trio	(55)	Husnes	30.09.2000
8.7		(1)	Anve Tveit, IL Harding	(51)	Kinsarvik	30.05.2000

100m (M45-49)

11.84	+1,0	(1)B	Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Oslo/Bi	20.06.2000
11.88	+0,2	(4)A	Bjørn Rolland, Tingvoll FIK	(55)	Ålesund	26.08.2000
12.55	-0,5	(1)	Aage Leraand, Strindheim IL	(54)	Ravnanger	02.07.2000
13.59	+1,4	(1)	Hans Petter Viljo, IL Flint	(51)	Tønsberg	02.08.2000
13.71	-0,5	(2)	Rune Andersen, IL Fenring	(55)	Ravnanger	02.07.2000

Manuelle tider / Handtiming:

11.6		(1)	Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Oslo/St	05.06.2000
12.3		(2)	Tom Hejna, Asker SK	(55)	Oslo/St	05.06.2000
12.5		(3)	Dagfinn Jensen, IL Trio	(55)	Husnes	15.07.2000
12.5			Ole Henriksen, Oslo Politis IL	(55)	Rena	08.09.2000
12.8		(1)	Rune Holme, Florø T&IF	(55)	Hyen	16.07.2000
13.2	-0,7	(1)	Knut Vedeld Hovde, Larvik T&IF	(53)	Larvik/Lo	30.08.2000
13.9		(2)	Jon Husabø Hansen, Gloppen FIL	(53)	Hyen	16.07.2000

200m (M45-49)

23.86	-0,6	(2)	Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Oslo/Bi	30.05.2000
23.89			Bjørn Rolland, Tingvoll FIK	(55)	Ulsteinvik	17.06.2000
24.94	+1,2	(2)B	Tom Hejna, Asker SK	(55)	Oslo/Bi	20.06.2000
25.46	-1,6	(2)	Aage Leraand, Strindheim IL	(54)	Ravnanger	01.07.2000
26.62	-1,6	(3)	Audun Hopland, Asker SK	(52)	Ravnanger	01.07.2000
27.13	-1,6	(4)	Jan Erik Dalseng, Veldre IL	(52)	Ravnanger	01.07.2000
27.54	-1,6	(5)	Rune Andersen, IL Fenring	(55)	Ravnanger	01.07.2000
27.86	-0,6	(1)	Arild Hanstvedt, Mjøsdaalen IL	(55)	Ulvik	09.07.2000
28.25	-1,6	(6)	Leif Martin Reknes, Florø T&IF	(52)	Ravnanger	01.07.2000
29.08			Kjell Hjalmar Smevåg, IL Norodd	(53)	Elnesvågen	10.09.2000

(10)

Medvind / Wind-assisted:

23.56	+2,2	(5)A	Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Oslo/Bi	20.06.2000
26.30	+3,1	(1)	Arne Hugo Hansen, Tromsdalen UIL	(55)	Tromsø	14.06.2000

Manuelle tider / Handtiming:

23.8		(1)	Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Oslo/Tr	14.06.2000
27.3		(1)	Dagfinn Jensen, IL Trio	(55)	Husnes	16.08.2000
28.4	+0,0	(1)	Arne Giske, Ålesund FIK	(53)	Ålesund	13.09.2000
29.6			Arne Jon Nordli, FIL Borg	(54)	Oslo/St	09.09.2000
29.9	+0,0	(2)	Ole Martin Sæter, IL Valder	(51)	Ålesund	13.09.2000

Medvind / Wind-assisted:

27.0		(2)	Dagfinn Jensen, IL Trio	(55)	Husnes	16.07.2000
------	--	-----	-------------------------	------	--------	------------

300m (M45-49)

Manuelle tider / Handtiming:

37.2		(1)	Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Asker	25.09.2000
39.8		(2)	Tom Hejna, Asker SK	(55)	Asker	25.09.2000

400m (M45-49)

52.40			Bjørn Rolland, Tingvoll FIK	(55)	Elnesvågen	09.09.2000
54.00		(1)B	Tom Hejna, Asker SK	(55)	Oslo/Bi	20.06.2000
55.21		(2)	Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Oslo/bi	27.09.2000
56.86			Arne Hugo Hansen, Tromsdalen UIL	(55)	Mo i Rana	24.06.2000
57.35		(2)	Stein Nilsen, Ask Friidrett	(55)	Ravnanger	30.06.2000
59.34		(3)	Jan Erik Dalseng, Veldre IL	(52)	Ravnanger	30.06.2000
61.00			Geir Aakvik, IL Norodd	(52)	Elnesvågen	09.09.2000
63.98			Kjell Hjalmar Smevåg, IL Norodd	(53)	Elnesvågen	09.09.2000
65.26		(1)	Bjørn Arne Mo, FIL AKS-77	(52)	Knarvik	20.05.2000

Norge / Norway: 2000 - Utendørs / Outdoor

Manuelle tider / Handtiming:

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
62.2	(1)	Jon Husabø Hansen, Gloppen FIL	(53)	Hyen	16.07.2000

800m (M45-49)

2:03.75	(1)	Harald Nygård, FIL AKS-77	(51)	Knarvik	03.05.2000
2:06.99	(4)st	Arne Hugo Hansen, Tromsdalen UIL	(55)	Jyväskylä, FIN	13.07.2000
2:10.42	(6)C	Odd Grenager, Askim IF	(55)	Oslo/Bi	06.06.2000
2:11.55	(1)	Tom Hejna, Asker SK	(55)	Ravnanger	01.07.2000
2:11.85	(2)	Stein Nilsen, Ask Friidrett	(55)	Ravnanger	01.07.2000
2:12.27	(7)	Øystein Eriksen, Ask Friidrett	(54)	Fana	26.07.2000
2:14.62	(4)	Terje Austrheim, Vossaalliansen	(55)	Ravnanger	01.07.2000
2:15.65	(5)	Aksel Øvsthus, Mjøsdalen IL	(53)	Ravnanger	01.07.2000
2:19.18	(5)	Oddmund Dingen, FIL AKS-77	(55)	Knarvik	03.05.2000
2:21.01	(2)	Ove Rød, FIL AKS-77	(51)	Knarvik	10.06.2000
		(10)			
2:21.3	(2)	Jan Erik Rybråten, Raumnes & Årnes IL	(53)	Jessheim	17.08.2000
2:21.9	() h	Steinar Gressløvs, Ullensaker/Kisa IL	(53)	Hurdal	07.06.2000
2:22.9		Peder Arne Sylte, Rana FIK	(54)	Mo i Rana	12.09.2000
2:24.0		Aksel Grinaker, Brandbu IF	(54)	Brandbu	24.06.2000
2:25.34		Geir Aakvik, IL Norodd	(52)	Elnesvågen	10.09.2000
2:27.8		Per Magnus Holt, Oslo Politis IL	(52)	Oslo/Tr	14.06.2000

1500m (M45-49)

4:10.55	(1)	Harald Nygård, FIL AKS-77	(51)	Knarvik	20.05.2000
4:24.35		Peder Arne Sylte, Rana FIK	(54)	Mo i Rana	12.09.2000
4:26.59	(1)	Geirulf Mikkelsen, Ask Friidrett	(55)	Ravnanger	02.07.2000
4:27.86	(1)	Øystein Syversen, Raumnes & Årnes IL	(52)	Jessheim	31.08.2000
4:28.14	(2)	Stein Nilsen, Ask Friidrett	(55)	Ravnanger	02.07.2000
4:28.70		Arne Hugo Hansen, Tromsdalen UIL	(55)	Mo i Rana	24.06.2000
4:29.57	(3)	Odd Grenager, Askim IF	(55)	Ravnanger	02.07.2000
4:29.93	(4)	Øystein Eriksen, Ask Friidrett	(54)	Ravnanger	02.07.2000
4:32.54	(1)	Anbjørn Mellingen, IL Gular	(54)	Fana	12.09.2000
4:35.88	(1)	Olav Holvik, Gloppen FIL	(55)	Knarvik	19.08.2000
		(10)			
4:36.92	(7)B	Tom Willy Christiansen, Ålesund FIK	(52)	Oslo/Bi	29.08.2000
4:38.2		Ger van Graas, Hinna IL	(55)	Undheim	31.08.2000
4:43.8	(1)	Ole Harald Skolt, Ullensaker/Kisa IL	(53)	Jessheim	13.06.2000
4:45.7		Sverre Buan, Strindheim IL	(53)	Stjørdal	17.08.2000
4:48.79	(2)	Ove Rød, FIL AKS-77	(51)	Knarvik	20.05.2000
4:50.23	(2)	Aksel Øvsthus, Mjøsdalen IL	(53)	Knarvik	19.08.2000
4:51.34	(11)	Jan Ove Giske, Ålesund FIK	(54)	Ålesund	26.08.2000
4:52.20	(2)	Sverre Solberg, FIL AKS-77	(52)	Knarvik	11.06.2000
4:52.8		Oddbjørn Olsen, Frosta IL	(55)	Stjørdal	17.08.2000
4:53.1		Hermann M. Storflor, IL Dalebrand	(51)	Stjørdal	17.08.2000
		(20)			
4:55.1		Bjørn Nilssen, Frosta IL	(55)	Stjørdal	17.08.2000
4:55.9	(2)	Steinar Gressløvs, Ullensaker/Kisa IL	(53)	Jessheim	13.06.2000
4:56.21	(6)	Jan Erik Rybråten, Raumnes & Årnes IL	(53)	Jessheim	31.08.2000
4:56.5		Per Gammelgård, Bækkelaget SK	(54)	Oslo/St	05.06.2000
5:01.9	()	Kjell Magne Skintveit, Ask Friidrett	(55)	Randers, DEN	29.05.2000
5:03.62	(7)	Rolf Hexeberg, Raumnes & Årnes IL	(51)	Jessheim	31.08.2000
5:06.3		Kai Arne Ørtoft, Kristiansands IF	(54)	Vågsbyggd	18.06.2000
5:07.12		Kjell Hjalmar Smevåg, IL Norodd	(53)	Elnesvågen	09.09.2000

3000m (M45-49)

9:28.3			Peder Arne Sylte, Rana FIK	(54)	Mo i Rana	12.09.2000
9:32.85			Ger van Graas, Hinna IL	(55)	Sandnes	19.08.2000
9:39.26	(1)		Øystein Eriksen, Ask Friidrett	(54)	Haukås	24.09.2000
10:03.97			Tom Willy Christiansen, Ålesund FIK	(52)	Oslo/Bi	28.06.2000
10:07.8	(1)		Olav Holvik, Gloppen FIL	(55)	Hyen	16.07.2000
10:09.5	(1)		Dag Amundsen, Ullensaker/Kisa IL	(51)	Jessheim	17.08.2000
10:16.0			Sverre Buan, Strindheim IL	(53)	Stjørdal	21.06.2000
10:16.32	(2)		Aksel Øvsthus, Mjøsdalen IL	(53)	Ulvik	09.07.2000
10:18.2	(2)		Ole Harald Skolt, Ullensaker/Kisa IL	(53)	Jessheim	17.08.2000
10:19.7			Stein Hermansen, Rana FIK	(55)	Mo i Rana	12.09.2000
			(10)			
10:23.06			James Mason Holtquist, SK Vidar	(54)	Oslo/Bi	27.09.2000
10:23.4	(3)		Steinar Gressløvs, Ullensaker/Kisa IL	(53)	Jessheim	17.08.2000
10:27.3	(6)		Fredrik Skattkjær, Haugesund IL	(55)	Sveio	20.06.2000
10:32.58	(13)		Tor Sanderød, Gjerpen IF	(52)	Oslo/Bi	06.06.2000
10:37.4	(7)		Per Arne Steinstø, Torvastad IL	(51)	Sveio	20.06.2000
10:39.7	(2)		Leif Martin Reknes, Florø T&IF	(52)	Hyen	16.07.2000
10:41.9			Bjørn Nilssen, Frostå IL	(55)	Stjørdal	21.06.2000
10:42.82	(15)		Sverre Solberg, FIL AKS-77	(52)	Fana	09.08.2000
10:55.4	(1)		Kurt Haugland, Omvikdalen IL	(55)	Husnes	23.08.2000
10:57.19	(2)		Einar Uleberg, Kristiansands IF	(53)	Ravnanger	01.07.2000
			(20)			

5000m (M45-49)

15:46.43	(1)		Øystein Syversen, Raumnes & Årnes IL	(52)	Ravnanger	30.06.2000
16:44.54	(2)		Øystein Eriksen, Ask Friidrett	(54)	Ravnanger	30.06.2000
17:00.18	(1)		Anbjørn Mellingen, IL Gular	(54)	Fana	13.09.2000
17:01.98	(1)		Geirulf Mikkelsen, Ask Friidrett	(55)	Knarvik	10.06.2000
17:04.83	(4)		Olav Holvik, Gloppen FIL	(55)	Ravnanger	30.06.2000
17:11.65			Svein Boge, Jølster IL	(55)	Byrkjelo	01.06.2000
17:25.08			Stein Hermansen, Rana FIK	(55)	Mo i Rana	05.09.2000
17:31.29	(2)		Ove Bernes, Mjøsdalen IL	(52)	Knarvik	10.06.2000
17:40.27	(18)		Tom Willy Christiansen, Ålesund FIK	(52)	Oslo/Bi	02.08.2000
17:48.29	(3)		Ove Rød, FIL AKS-77	(51)	Knarvik	10.06.2000
			(10)			
18:19.1			Per Magnus Holt, Oslo Politis IL	(52)	Oslo/Tr	14.06.2000
18:21.0	(1)		Bjarne M. Gausvik, Eikanger IL	(54)	Ostereidet	08.10.2000
18:24.5	(6)		Per Arne Steinstø, Torvastad IL	(51)	Sveio	08.08.2000
18:29.34	(5)		Svein Austrheim, T&IF Viking	(51)	Ravnanger	30.06.2000
18:29.84	(1)		Sverre Solberg, FIL AKS-77	(52)	Knarvik	20.08.2000
18:30.4			Arne Skretteberg, Modum FIK	(55)	Geithus	29.05.2000

10000m (M45-49)

33:12.12	(1)		Øystein Syversen, Raumnes & Årnes IL	(52)	Ravnanger	02.07.2000
35:11.84	(2)		Svein Boge, Jølster IL	(55)	Ravnanger	02.07.2000
35:35.7			Ger van Graas, Hinna IL	(55)	Klepp	06.09.2000
36:22.83	(3)		Olav Holvik, Gloppen FIL	(55)	Ravnanger	02.07.2000
37:44.1	(1)		Ove Bernes, Mjøsdalen IL	(52)	Hatland	23.09.2000
38:14.72	(4)		Sverre Solberg, FIL AKS-77	(52)	Ravnanger	02.07.2000

110m hekk / hurdles 99.1 cm (M45-49)

17.44	+1,6	(1)	Audun Hopland, Asker SK	(52)	Ravnanger	01.07.2000
22.77	+1,6	(2)	Einar Uleberg, Kristiansands IF	(53)	Ravnanger	01.07.2000

400m hekk / hurdles 91.4 cm (M45-49)

69.64		(1)	Jan Erik Dalseng, Veldre IL	(52)	Ravnanger	02.07.2000
76.57		(2)	Einar Uleberg, Kristiansands IF	(53)	Ravnanger	02.07.2000

3000m hinder / steeplechase 91.4 cm (M45-49)

10:40.45		(6)	Arne Hugo Hansen, Tromsdalen UIL	(55)	Jyväskylä, FIN	15.07.2000
11:49.85		(1)	Einar Uleberg, Kristiansands IF	(53)	Ravnanger	02.07.2000

Høyde / High Jump (M45-49)

1.75	(1)	Willy Pettersson, Norheimsund IL	(55)	Ravnanger	01.07.2000
1.72	(1)	Per Erling Eide, Tjølling IF	(51)	Larvik/Lo	30.08.2000
1.65		Hans Petter Viljo, IL Flint	(51)	Tønsberg	20.09.2000
1.55		Kjell Olav Storflor, IL Dalebrand	(55)	Sparbu	16.09.2000
1.50		Arvid Andenæs, Gloppen FIL	(54)	Sandane	11.07.2000
1.50	(2)	Magnus Skåden, Sveio IL	(53)	Leirvik	14.07.2000
1.50		Geir Aakvik, IL Norodd	(52)	Elnesvågen	09.09.2000
1.50		Ole Henriksen, Oslo Politis IL	(55)		.2000
1.48	(1)	Jakob Eirik Lothe, Gloppen FIL	(53)	Fana	27.09.2000
1.45		Terje Våg, Snåsa IL	(54)	Steinkjer	20.08.2000
		(10)			
1.40	(3)=	Dagfinn Jensen, IL Trio	(55)	Husnes	15.07.2000
1.37	(1)	Arne Giske, Ålesund FIK	(53)	Ålesund	09.08.2000
1.35		Nils A. Larsen, FIL Borg	(55)	Sarpsborg	.2000
1.30	(1)	Gisle Sellevold, IF Klypetussen	(51)	Husnes	24.06.2000

Stav / Pole Vault (M45-49)

3.45	(1)	Tormod Bjerke, Veldre IL	(52)	Gjøvik	12.08.2000
2.40		Sverre Bidtnes, Lånke IL	(52)	Lånke	23.09.2000

Lengde / Long Jump (M45-49)

6.15	(2)	Bjørn Rolland, Tingvoll FIK	(55)	Ørsta	20.05.2000
6.15	+0,8 (-)	Aage Leraand, Strindheim IL	(54)	Ravnanger	30.06.2000
5.65	(1)	Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Oslo/Tr	14.06.2000
5.08	(1)	Rune Holme, Florø T&IF	(55)	Hyen	16.07.2000
5.08		Ole Henriksen, Oslo Politis IL	(55)		.2000
4.93		Geir Aakvik, IL Norodd	(52)	Elnesvågen	10.09.2000
4.74	+1,5 (1)	Hans Petter Viljo, IL Flint	(51)	Tønsberg	02.08.2000
4.68		Kai Hopperstad, Oslo Politis IL	(55)	Fana	13.09.2000
4.67	(2)	Dagfinn Jensen, IL Trio	(55)	Husnes	15.07.2000
4.28		Nils A. Larsen, FIL Borg	(55)	Sarpsborg	.2000
		(10)			
4.22		Arne Jon Nordli, FIL Borg	(54)	Oslo/St	09.09.2000

Medvind / Wind-assisted:

6.44	+2,8 (1)	Aage Leraand, Strindheim IL	(54)	Ravnanger	30.06.2000
------	----------	-----------------------------	------	-----------	------------

Tresteg / Triple Jump (M45-49)

12.60	+1,0 (1)	Bjørn Rolland, Tingvoll FIK	(55)	Ålesund	26.08.2000
12.42	(1)	Freddy Hørven, Asker SK	(53)	Oslo/St	05.06.2000
11.09	+0,9 (1)	Aage Leraand, Strindheim IL	(54)	Ravnanger	02.07.2000
10.51		Kjell Olav Storflor, IL Dalebrand	(55)	Sparbu	16.09.2000
9.90		Gunnar Tønnessen, Lyngdal IL	(53)	Lyngdal	18.05.2000
9.17	+0,6 (1)	Jakob Eirik Lothe, Gloppen FIL	(53)	Knarvik	19.08.2000

Kule / Shot Put 7.26 kg (M45-49)

11.69	(1)	Edgar Henriksen, Ask Friidrett	(51)	Bergen/Sk	05.09.2000
11.53	(1)	Hans Petter Viljo, IL Flint	(51)	Ravnanger	02.07.2000
10.64		Stig Harald Lien, Stjørdal FIK	(53)	Flornes	25.05.2000
10.37	(m)	Tom Andreassen, Lørenskog FIL	(55)	Heggedal/Gj	26.08.2000
10.08		Vidar Ringvold, Veldre IL	(55)	Rena	05.08.2000
9.78	(4)	Bjørn Rolland, Tingvoll FIK	(55)	Ørsta	20.05.2000
9.72		Ole Henriksen, Oslo Politis IL	(55)		.2000
9.53	(1)	Stanley Hauge, Eikanger IL	(52)	Ostereidet	22.08.2000
9.51	(1)	Jakob Eirik Lothe, Gloppen FIL	(53)	Bergen/Sk	24.10.2000
9.42		Andres Sætre, Rjukan IL	(54)	Rjukan	25.09.2000
		(10)			
9.38		Kjell Hjalmar Smevåg, IL Norodd	(53)	Elnesvågen	10.09.2000
9.26		Terje Våg, Snåsa IL	(54)	Steinkjer	20.08.2000
9.11		Bjørn Bordal, IL Molde-Olymp	(55)	Molde	04.05.2000

Diskos / Discus Throw 2.0 kg (M45-49)

38.73	(3)	Edgar Henriksen, Ask Friidrett	(51)	Fana	10.09.2000
37.52	(1)	Per Erling Eide, Tjølling IF	(51)	Vallø	20.06.2000
36.54	(1)	Alf Trygve Andreassen, IL ROS	(53)	Spikkestad	21.05.2000
32.90	(1)	Jakob Eirik Lothe, Gloppen FIL	(53)	Knarvik	20.08.2000
32.44		Stig Harald Lien, Stjørdal FIK	(53)	Framnes	13.06.2000
30.99	(1)	Magnus Skåden, Sveio IL	(53)	Sveio	08.08.2000
30.93		Hans Petter Villo, IL Flint	(51)	Tønsberg	14.10.2000
29.23	(1)	Stanley Hauge, Eikanger IL	(52)	Ostereidet	22.08.2000
29.08		Vidar Ringvold, Veldre IL	(55)	Rena	05.08.2000
28.68	(m)	Tom Andreassen, Lørenskog FIL (10)	(55)	Heggedal/Gj	26.08.2000
27.86		Ole Henriksen, Oslo Politis IL	(55)		.2000
26.57		Kjell Hjalmar Smevåg, IL Norodd	(53)	Elnesvågen	10.09.2000
25.48		Trond Hansen, Florø T&F	(53)	Florø	30.09.2000
25.27	(1)	Egon Vee-Haugen, Lørenskog FIL	(54)	Lørenskog	22.06.2000

Slegge / Hammer Throw 7.26 kg (M45-49)

44.70	(1)	Jørund Årdal, Gloppen FIL	(53)	Hyen	27.09.2000
35.13	(1)	Tom Andreassen, Lørenskog FIL	(55)	Lørenskog	07.09.2000
32.63	(1)	Hans Petter Villo, IL Flint	(51)	Tønsberg	30.09.2000
29.51	(1)	Stanley Hauge, Eikanger IL	(52)	Ostereidet	22.08.2000
28.54		Gunnar Tønnessen, Lyngdal IL	(53)	Lyngdal	18.05.2000
27.85	(1)	Magnus Skåden, Sveio IL	(53)	Leirvik	14.07.2000
27.12	(1)	Edgar Henriksen, Ask Friidrett	(51)	Bergen/Sk	05.09.2000
24.60	(3)	Dagfinn Jensen, IL Trio	(55)	Husnes	15.07.2000

For lett slegge / Underweight implement:

35.58	(1)	Tom Andreassen, Lørenskog FIL	(55)	Lørenskog	09.09.2000
-------	-----	-------------------------------	------	-----------	------------

Spyd / Javelin Throw 800 g (M45-49)

48.69		Hans Petter Villo, IL Flint	(51)	Tønsberg	20.09.2000
42.07		Ole Henriksen, Oslo Politis IL	(55)	Rena	09.09.2000
39.64		Johnni Håndstad, IL Pioner	(54)	Finnfjordbotn	17.07.2000
39.18	(6)	Bjørn Rolland, Tingvoll FIK	(55)	Ålesund	26.08.2000
37.24	(1)	Magnus Skåden, Sveio IL	(53)	Leirvik	14.07.2000
34.20	(1)	Jakob Eirik Lothe, Gloppen FIL	(53)	Knarvik	20.08.2000
34.20		Kjetil Bollum, Nittedal IL	(55)	Nittedal	16.09.2000
30.30	(m)	Tom Andreassen, Lørenskog FIL	(55)	Heggedal/Gj	26.08.2000
30.16		Arne Jon Nordli, FIL Borg	(54)	Sarpsborg	02.09.2000

Vekt / Weight Throw 15.88 kg (M45-49)

10.36	(m)	Tom Andreassen, Lørenskog FIL	(55)	Heggedal/Gj	30.09.2000
10.26	(1)	Hans Petter Villo, IL Flint	(51)	Ravnanger	02.07.2000
7.14	(2)	Einar Uleberg, Kristiansands IF	(53)	Ravnanger	02.07.2000

Kast-5-kamp / Weight Pentathlon (M45-49)

2850	(1)	Hans Petter Villo, IL Flint (31.04-11.18-29.13-47.80-10.22)	(51)	Heggedal/Gj	26.08.2000
2432	(2)	Tom Andreassen, Lørenskog FIL (35.00-10.37-28.68-30.30-8.47)	(55)	Heggedal/Gj	26.08.2000
				<i>Original score: 3020</i>	
				<i>Original score: 2576</i>	