

## Norges Fri-idrettsforbund / Norwegian Athletics Federation

## Alle tiders beste utendørs / All Time Best Outdoor

## Menn - Diskos / Men - Discus Throw

pr. 31.12.2010 (oppdatert / updated 25.02.2011)

## Diskos / Discus Throw 2.0 kg menn 35-39 år / Men 35-39 years - 38.00

68.50	(2)	Knut Hjeltnes, IL Gular	(51)	Salinas, USA	12.04.1986
63.91	(1)	Olav Jenssen, SK Vidar	(62)	Porsgrunn	20.09.1998
63.66	(1)	Svein Inge Valvik, IK Tjalve	(56)	Spikkestad	08.10.1994
58.60	(2)	Thomas Rosvold, IK Tjalve	(67)	Oslo/So	13.09.2004
55.34	(1)	Tormod Lislerud, Ski IL	(40)	Oslo/Bi	10.06.1975
55.00	(1)	Bjørn Bang Andersen, IL i BUL	(37)	Hammerfest	31.07.1974
54.26	(1)	Iver Hole, IK Tjalve	(44)	Spikkestad	20.07.1979
52.83	(1)	Reidar Hagen, Vinstra IL	(23)	Tretten	19.06.1960
52.10	(1)	Dag Øverby, Ski IL	(43)	Oslo/Bi	19.09.1979
51.54	(3)	Stein Haugen, IL i BUL	(33)	Oslo/Bi	07.09.1970
		(10)			
51.28	(5)	Ragnar Skautvedt, IK Tjalve	(36)	Ski	06.06.1973
50.64	(2)	Kåre Sagedal, IK Tjalve	(60)	Vågsbygd	07.09.1995
49.52	(3)	Harald Lorentzen, Strindheim IL	(44)	Steinkjer	09.09.1979
49.26	(8)	Lars Ola Sundt, IK Tjalve	(68)	Helsingborg, SWE	23.07.2005
48.96	(1)	Øystein Bjørnbæk, Bodø & Omegns IF	(53)	Bodø	28.05.1988
48.82	(1)A	Kristian Johansen, IL Jutul	(16)	Oslo/Bi	12.06.1953
48.82	(1)	Bjørn Heggelund, IL Stein	(38)	Hammerfest	15.07.1976
48.16	(m)	Jan Tore Robøle, Vestre Slidre IL	(63)	Plassen	22.08.1998
47.99	(4)	Georg Andersen, IF Urædd	(63)	Porsgrunn	27.09.1998
47.98	(1)	Tor Skotaam, IF Urædd	(58)	Lisleby	09.09.1997
		(20)			
47.83	(3)	Ole Kronborg, Kongsvinger IL	(63)	Oslo/So	09.09.2000
47.74	(1)	Bjarne Wirum, Sunndal IL	(38)	Kristiansund	24.05.1973
47.66	(1)	Tor Norlund, IK Grane	(65)	Øyestad	27.09.2001
47.64	(2)	Johan Nordby, Torshaug IF	(13)	Lillehammer	13.06.1948
47.60	(7)	Rolf Lervik, T&IF Viking, Bergen	(37)	Bergen/Kr	15.08.1972
47.52	(1)	Arnulf Thanem, IK Tjalve	(30)	Drammen	02.07.1966
47.02	(1)	Roald Reisvang, IF Ørnulf	(30)	Hønefoss	27.06.1965
46.92	(1)	Eivind Indrebø, Breim IL	(34)	Reed	11.09.1971
46.78	(1)	Edgar Henriksen, Ask IL	(51)	Ravnanger	14.09.1990
46.68	(1)	Harald Stenerud, T&IF Viking, Bergen	(97)	Haugesund	12.09.1935
		(30)			
46.33	(m)	Jan Sagedal, IK Tjalve	(60)	Oslo/So	12.09.1998
46.02	(1)	Aage Indrebø, Gloppen FIL	(61)	Hyen	20.07.1996
45.87	(1)	Terje Buch, Tønsberg FIK	(64)	Tolvsrød	18.09.2001
45.71	(1)	Iver Hytten, Tønsberg FIK	(66)	Tønsberg	01.06.2005
45.68	(1)	Gunnar Hanssen, Fauske IL	(15)	Bodø	31.05.1953
45.00	(2)	Leif Emil Gundersrud, IL Tyrving	(34)	Nadderud	19.09.1973
44.89	(2)	Thor Kristensen, Askim IF	(66)	Askim	20.09.2003
44.88	(2)	Jens Løkken, FIG Gjøvik	(35)	Lillehammer	12.08.1970
44.86	(1)	Narve Hoff, Mørejarl FIK	(57)	Fosnavåg	05.06.1994
44.86	(5)	Roar Hoff, Stjørdal FIK	(65)	Söderhamn, SWE	29.07.2000
		(40)			
44.80	(5)	Kai Hole, Ullensaker/Kisa IL	(42)	Ski	07.10.1978
44.78	(6)A	Håkon Njåstein, Eidsvold IF	(35)	Noresund	26.07.1970
44.77	(-)	Sten Johnson, IK Tjalve	(21)	Oslo/Fr	10.06.1956
44.74	(2)	Olaf Evjenth, SK Freidig	(26)	Trondheim	07.08.1962
44.58	(2)	Eldar Bergmann, Sykkylven IL	(36)	Sandane	14.08.1971
44.50	(2)	Sverre Tangen, IL i BUL	(23)	Oslo/Bi	19.06.1958
44.46	(1)	Knut Sollid, IF Sturla	(99)	Drammen	02.09.1936
44.41	(1)	Normann Laskemoen, IL Drott	(14)	Bergen/Sk	07.10.1951
44.36	(3)	Ola Øydegard, Sunndal IL	(37)	Sunnalsøra	16.04.1972
44.34	(2)	Terje Holm, IL Tyrving	(40)	Kragerø	06.07.1975
		(50)			
44.25	(3)	Erling Bøe, IL i BUL	(25)	Oslo/Fr	18.09.1961
44.10	(1)	Even Hytten, Tønsberg FIK	(67)	Stjørdal	02.08.2003
44.05	(1)A	Sigurd Sollid, Lillehammer IF	(13)	Fåvang	11.07.1948
44.01	(4)	Bjarne Mølster, Voss IL	(21)	Oslo/Bi	07.06.1956
43.88	(1)	Jostein Myrvang, Larvik T&IF	(46)	Steinkjer	25.07.1981
43.80	(2)	Reidar Granli, Høybråten & Stovner IL	(44)	Nesbyen	28.08.1983
43.78	(2)	Kåre Slåttun, Gjerpen IF	(42)	Ski	03.09.1977
43.65	(1)	Arvid Hvashovd, IL Bergkameratene	(20)	Veggli	06.07.1958
43.46	(1)	Klaus Hansen, HIF/Stein	(58)	Hammerfest	11.08.1993
43.38	(5)	Ole Petter Lillehagen, Asker SK	(61)	Heggedal/Gj	23.09.1996
		(60)			

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

43.27	(4)	Bjarne Lunde, IF Ørnulf	(27)	Oslo/Bi	27.08.1964
43.13	(1)	Erik Apeland, Sveio IL	(64)	Sveio	19.06.1999
42.96	(1)	Per Erling Eide, Larvik FIK	(51)	Larvik/Lo	26.09.1987
42.92	(2)	Arne Lothe, IL Gular	(38)	Sandvika	04.09.1973
42.69	(8)	Rudolf Berg, IF Nordørn	(09)	Bergen/Sk	08.09.1946
42.66	(1)	Lars Ulgenes, Odda IL	(18)	Odda	08.07.1955
42.53	(3)	Geir Sommerseth, Moss IL	(61)	Lisleby	17.09.2000
42.50	(1)	Halfdan Westad, IK Tjalve	(14)	Oslo/Bi	11.08.1949
42.43		Bjarne Engen, IK Tjalve	(18)		.1955
42.43	(1)	Ståle Sunde, Oppstryn IL	(70)	Oppstryn	30.05.2007
		(70)			
42.40	(3)	Kjell Adamski, Sarpsborg IL	(50)	Moss	25.08.1985
42.40	(1)	Terje Hauglum, IK Tjalve	(54)	Bagsværd, DEN	22.09.1990
42.37	(1)	Ivar Ramstad, Røra IL	(24)	Røra	17.06.1959
42.34	(1)	Odd Sangvik, Lyngdal IL	(39)	Lyngdal	23.09.1976
42.28	(3)	Ketil Askildt, Oslo Politis IL	(00)	Oslo/Bi	28.06.1936
42.22	(2)	Leif Johansen, IL Trio, Fauske	(25)	Mo i Rana	30.07.1960
42.20		Ivar J. Marås, T&IF Viking, Bergen	(08)	Stockholm, SWE	02.08.1943
42.20	(1)	Rolf Husby, IL Triumf	(40)	Meisingset	21.08.1975
42.00	(1)	Magne Føleide, Florø T&IF	(37)	Florø	08.10.1972
41.82	(2)	Ingebrigt Strømsnes, IL Gular	(27)	Bergen/Kr	10.09.1964
		(80)			
41.74	(1)	Arvid Bjørgum, Skaun IL	(42)	Skaun	20.09.1980
41.70	(1)	Odd Linseth, Florø T&IF	(41)	Øvre Årdal	05.08.1979
41.62	(1)	Karl Jørgen Hoff, Spydeberg IL	(59)	Spydeberg	05.06.1997
41.54	(1)	Ole Henrik Ofstad, SK Ørn, Trondheim	(13)	Trondheim/St	09.09.1950
41.48	(5)	Johan Trandum, Skotterud IL	(99)	Oslo/Bi	25.08.1935
41.46	(1)	Jan Ole Halling, Kongsberg IF	(48)	Spikkestad	03.07.1983
41.42		Øivin Eduardsen, Larvik T&IF	(25)	Tønsberg	06.09.1964
41.36	(2)	Torolv Røthe, Beitstad IL	(41)	Beitstad	03.10.1976
41.32	(1)	Vidar Rasmussen, Lørenskog FIL	(67)	Årnes	21.09.2005
41.30		Audun Røberg, Veldre IL	(29)	Hamar	29.07.1967
		(90)			
41.20	(1)	Gunnar Persvold, Ringerike FIK	(32)	Hønefoss	08.10.1971
41.19		Sigmund Eimhjellen, Gloppen FIL	(66)	Byrkjelo	11.06.2003
41.08	(1)	Arne Engebretsen, IF Hellas	(05)	Hønefoss	07.09.1940
41.04		Gunnar D. Eid, IF Njaal	(25)		.1960
41.04	(2)	Alf Trygve Andreassen, IK Tjalve	(53)	Spikkestad	20.07.1991
40.96	(1)	Sverre Rognerud, IF Liv	(17)	Vikersund	30.08.1953
40.96	(4)	Magnus Skåden, Sveio IL	(53)	Larvik/Lo	30.06.1989
40.93	(1)	Asbjørn Trandum, Skotterud IL	(12)	Skotterud	03.08.1947
40.90	(1)	Jan Brunsell, Tønsberg TF	(44)	Brunlanes	29.07.1979
40.90	(2)	Håkon Weston Røine, IF Hellas	(47)	Spikkestad	19.09.1982
		(100)			
40.86	(2)	Tom Rasmussen, Gjerpen IF	(46)	Porsgrunn	20.08.1983
40.78	(1)	Ivar Ulgenes, IF Tønsberg-Kameratene	(42)	Tønsberg	10.10.1978
40.74	(1)	Svein Hytten, IF Tønsberg-Kameratene	(40)	Sandefjord/Ha	17.08.1977
40.62	(2)	Asle Røsok, Sarpsborg IF	(48)	Moss	02.09.1984
40.61	(2)	Kristian Minge Nilsen, T&IL National	(99)	Fredrikstad	07.08.1937
40.60	(1)	Rolf Sevendal, Løten IL	(48)	Romedal	11.08.1984
40.60	(1)	Arild Busterud, Løten IL	(48)	Romedal	03.08.1986
40.58	(1)	Arthur Dybing, Haugesund IL	(14)	Haugesund	28.08.1949
40.58	(1)	Michael Salomonsen, Bækkelaget SK	(15)	Oslo/Bæ	20.05.1951
40.58	(1)	Ola M. Lørfald, IL Dalebrand	(33)	Trondheim/St	29.05.1968
		(110)			
40.56	(1)	Torstein Dahl, Volda T&IL	(42)	Ålesund	23.08.1981
40.52	(1)	Arnfinn Marsteinstredet, Lillehammer IF	(38)	Lillehammer	10.10.1975
40.52	(1)	Egil Ravnestad, Gloppen FIL	(63)	Hyen	12.07.1998
40.48	(3)	Erling Setervik, Gossen IL	(43)	Sunnalsøra	10.09.1978
40.48	(1)	Jan Olav Nystrøm, Malvik IL	(44)	Trondheim/St	04.07.1982
40.42		Tor Nils Hammerborg, Lørenskog FIL	(49)	Västerås, SWE	01.09.1984
40.40	(1)D	Kaare Kvaal, IL Nybrott	(08)	Stjørdal	18.07.1946
40.40	(2)	Magne Myrseth, Beitstad IL	(35)	Beitstad	29.09.1974
40.38	(1)	Knut Dahle, Øystre Slidre IL	(43)	Øystre Slidre	10.09.1982
40.36	(1)	Torstein Skogset, Surnadal IL	(42)	Surnadal	25.09.1979
		(120)			
40.34		Odd Arne Gulvik, IF Fram, Larvik	(25)	Larvik	18.08.1960
40.34	(1)	Nils Otto Pettersen, Leknes & Omegn IF	(46)	Leknes	29.07.1981
40.30	(1)	Bjørn Wærø Heggelund, Ullensaker/Kisa IL	(47)	Strømmen	22.08.1984
40.26	(2)	Arnlfjot Gåsemyr, Haugesund IL	(37)	Haugesund	12.08.1973
40.25	(m)	Espen Jahren, Asker SK	(66)	Asker	28.09.2003
40.22	(1)	Frode Ritland, Stord T&IL	(44)	Husnes	06.10.1979
40.20	(1)	Kjell Børresen, Sandefjord T&IF	(30)	Larvik	02.08.1968
40.14	(5)	Øyvind Sandersen, IF Urædd	(39)	Lunde	20.08.1977
40.10	( )	Alf Buch, IF Tønsberg-Kameratene	(32)		.1967
40.08	(2)	Arne Børgesen, IL Vestar	(43)	Oslo/So	04.10.1979
		(130)			

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

40.07	(1)	Lars Martin Jæger, Halden IL	(68)	Halden	27.05.2004
40.02	(2)	Alf Kleppe, Odda IL	(15)	Odda	10.09.1950
39.97	(q)	Halvard O. Dolva, Kongsberg IF	(98)	Oslo/Bi	26.08.1933
39.96	(1)	Narve Kirkerud, IF Sturla	(53)	Hokksund	06.08.1990
39.95	( )	Kjell Gunnar Evju, Flesberg IL	(16)		.1952
39.89		Bjarne Sæther, Vennesla IL	(27)	Vennesla	.1964
39.88	(1)B	Erling Helle, IL i BUL	(36)	Moss	08.09.1973
39.84	(2)	Henry (Andersen) Lindberg, Tyssedal T&IL	(19)	Odda	09.05.1954
39.80	(3)	Ronald Hamarsland, IL ROS	(58)	Spikkestad	29.07.1994
39.79	(3)	Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Lillehammer	02.07.2000
		(140)			
39.70	(1)	Ingvaldt Sandsund, Steinkjer I&FK	(34)	Steinkjer	20.07.1970
39.66	(2)B	Gunnar Halvorsen, Fredrikstad IF	(42)	Oslo/St	11.06.1980
39.56	(1)	Dagfinn Schikora, Brandbu IF	(64)	Brandbu	16.09.2000
39.50	(3)	Dagfinn Stenvold, Målselv IL	(40)	Tromsø	16.08.1975
39.49		Lars Kristian Halden, Norderhaug IL	(22)		.1958
39.44		Trond Røgeberg, Oslo Politis IL	(44)	Larvik	17.06.1980
39.40	(1)	Truls Pettersen, Ringerike FIK	(46)	Hønefoss	22.08.1984
39.32	(3)	Alf Alsaker, IL Norrøna	(39)	Tertnes	08.10.1977
39.30		Lars Sunde, Gjerstad IL	(12)		.1947
39.23	(2)	Wilhelm Carlsen, T&IF Viking, Bergen	(10)	Bergen/Sk	16.06.1946
		(150)			
39.21		Helge Sjøe, Hof IL	(22)		.1958
39.16	(1)	Bjørn Mathias Rødstøl, Vestnes IL	(32)	Molde	26.08.1969
39.12	(2)	Arne Skimelid, Alta IF	(57)	Hammerfest	22.08.1993
39.12	(1)	Morten Næss, Sørild FIK	(67)	Grimstad	22.08.2002
39.10		Harald Nesse, IF Liv	(26)		.1963
39.02	(-)	Olaf N. Gjesvold, IF Ørnulf	(86)	Fredrikstad	20.08.1921
39.02		Jan Sagmo, Overhalla IL	(24)		.1961
39.02	(m)	Ole Gran, Asker og Bærum FIK	(62)	Heggedal/Gj	30.08.1997
39.01		Per Nystrøm, Sandnes IL	(65)	Sandnes	23.09.2000
38.98	(1)	Tor Lyngar, IF Sturla	(38)	Holmsbu	21.05.1976
		(160)			
38.98	(1)A	Trygve Buseth, IF Hellas	(45)	Drammen	09.10.1980
38.98	(m)	Jan Håvard Graarud, Ski IL	(57)	Ski	12.09.1993
38.98	(1)	Dag Inge Hansen, Herkules Friidrett	(69)	Skien	21.08.2008
38.96	(1)	Svein Erik Husby, Vestre Slidre IL	(47)	Vestre Slidre	18.06.1986
38.94	(1)	Finn Strømsnes, Ask IL	(35)	Ask	15.07.1972
38.94	( )	Kåre Berge, Ås IL	(33)		.1972
38.92	(4)	Bjørn Morten Moss, IK Tjalve	(60)	Lisleby	06.05.1995
38.74	(1)	Odd Stenerud, Ski IL	(25)	Ski	21.08.1960
38.71	(1)	Oddvar Grytli, Kristiansund IL	(19)	Kristiansund	13.06.1956
38.70		Asle Lindås, Rollag IL	(08)		.1946
		(170)			
38.68	(1)	Halvor K. Fulsås, Rollag IL	(08)	Veggli	19.08.1946
38.68		Helge Karl Fosnes, Vennesla IL	(23)	Vennesla	.1962
38.68	(1)	Nils Hjeltne, Nesodden IF	(43)	Nesodden	26.08.1982
38.58		Erling Romstad, IL i BUL	(25)		.1963
38.57	(4)	Thomas Andersen, IL Skjalg	(18)	Stavanger/St	30.08.1955
38.56		Olav O. Rykken, Øystese IL	(13)	Øystese	.1948
38.54	(1)	Gudmund Skjellaug, IL Skade	(20)	Kviteseid	21.07.1956
38.53	(1)	Eirik Ivar Guldvog, Ranheim IL	(15)	Trondheim/St	20.08.1950
38.53	(1)	Hølge Kvarven, Bremnes IL	(69)	Bremnes	13.09.2007
38.52	(3)	Martin Mølster, Voss IL	(00)	Nesttun	21.08.1937
		(180)			
38.51		Eindride Hungnes, IL Molde-Olymp	(22)		.1958
38.50		Vidar Hågensen, Romedal IL	(42)	Moelv	12.09.1979
38.47	(2)	Henrik Ramstad, Platys FF	(68)	Brumunddal	01.07.2005
38.41		Per Stavem, Stabæk IF	(26)		.1962
38.40		Olaf A. Spangen, IK Grand	(17)		.1953
38.40	(1)	Olav Skåden, IL Skjalg	(19)	Stavanger/Ve	09.06.1955
38.37	( )	Per Borten, Flå IL, Melhus	(13)	Ranheim	08.08.1948
38.34	(4)	Dag Thomassen, IF Herkules	(60)	Porsgrunn	12.09.1995
38.32	(1)	Kristen Setsaas, Mebonden IL	(16)	Selbu	30.06.1951
38.26	(2)	Einar Myrstad, Aksla IL	(44)	Ålesund	11.09.1982
		(190)			
38.24	(1)	Gunnar Trangsrud, IF Tønsberg-Kameratene	(15)	Sandefjord	10.07.1952
38.16	(1)	Per Olav Meosli, Namsen FIF	(71)	Jøa	06.05.2006
38.12	(1)	Dagfinn Bjørlo, Eid IL	(20)	Høyanger	12.08.1956
38.11	(m)	Einar A. Sæter, IL i BUL	(17)	Oslo/Bi	15.09.1953
38.03	(5)	Thomas Haukås, SK Brann	(09)	Haugesund	15.09.1946
38.00	(1)	Arthur Jørgensen, Vardø TF	(17)		.1956
Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:					
41.92	(3)	Niels Erik Schiøler, Odda IL (DEN)	(18)	Odda	05.07.1953
Ubekreftet / Not confirmed:					
43.42	( )	Per Erling Eide, Larvik FIK	(51)	Larvik/Lo	29.05.1989

## Diskos / Discus Throw 2.0 kg menn 40-44 år / Men 40-44 years - 35.00

64.22	(1)	Svein Inge Valvik, IK Tjalve	(56)	Haugesund	21.06.1996
56.45	(2)	Olav Jenssen, IF Urædd	(62)	Oslo/So	11.08.2003
55.50	(4)	Knut Hjeltnes, IL Gular	(51)	Lillehammer	20.08.1995
52.81	(1)	Thomas Rosvold, IK Tjalve	(67)	Oslo/So	08.09.2007
52.18	(3)	Tormod Lislerud, Ski IL	(40)	Ski	04.08.1980
49.90	(1)	Reidar Hagen, Vinstra IL	(23)	Hamar	30.08.1964
49.82	(4)	Iver Hytten, Tønsberg FIK	(66)	Lahti, FIN	06.08.2009
49.58	(1)	Stein Haugen, IL i BUL	(33)	Ski	03.09.1977
49.26	(2)	Bjørn Bang Andersen, IL i BUL	(37)	Odda	21.08.1977
49.06	(1)	Dag Øverby, IL Gneist	(43)	Bergen/Sk	07.05.1984
		(10)			
48.87	(1)	Iver Hytten, Tønsberg FIK	(66)	Tønsberg	12.07.2006
48.40	(1)	Iver Hole, IK Tjalve	(44)	Trondheim/Le	17.10.1987
47.14	(2)	Ragnar Skautvedt, IF Hellas	(36)	Drammen	05.09.1977
47.12	(2)	Leif Emil Gundersrud, IL Tyrving	(34)	Oslo/Bi	08.06.1977
47.08	(2)	Eldar Bergmann, Sykkylven IL	(36)	Tresfjord	27.06.1976
47.06	(1)	Bjørn Heggelund, IL Stein	(38)	Lakselv	26.06.1980
46.97	(2)	Kristian Johansen, IL Jutul	(16)	Asker	23.08.1956
46.92	(2)	Harald Lorentzen, Byåsen IL	(44)	Trondheim/Le	17.10.1987
46.23	(2)	Georg A. Andersen, IF Urædd	(63)	Notodden	13.08.2003
46.20	(m)	Jan Sagedal, IK Tjalve	(60)	Hokksund/Rø	01.10.2000
		(20)			
45.98	(1)	Rolf Lervik, T&IF Viking, Bergen	(37)	Tertnes	25.09.1977
45.46		Terje Buch, Tønsberg FIK	(64)	Tønsberg	16.09.2004
45.28	(1)	Edgar Henriksen, Ask IL	(51)	Bergen/Sk	25.04.1992
45.06	(1)	Eivind Indrebø, Breim IL	(34)	Byrkjelo	28.07.1974
44.77	(1)	Kåre Sagedal, IK Tjalve	(60)	Rena	08.09.2000
44.46	(3)	Roald Reisvang, IF Ørnulf	(30)	Oslo/Fr	18.08.1971
43.92	(1)	Gunnar Hanssen, IL Malm, Sulitjelma	(15)	Narvik	24.07.1955
43.84	(1)	Aage Indrebø, Gløppen FIL	(61)	Byrkjelo	05.10.2003
43.13	(2)	Karl Jørgen Hoff, Spydeberg IL	(59)	Moss	03.09.2001
42.95	(1)	Thor Kristensen, Askim IF	(66)	Askim	24.09.2006
		(30)			
42.66	(1)	Normann Laskemoen, IL Drott	(14)	Bergen	30.08.1956
42.38	(2)	Johan Nordby, Torshaug IF	(13)	Skien	04.10.1953
42.32	(1)B	Jan Pronk, Hamar IL	(22)	Gjøvik	11.07.1964
42.31	(3)	Ivar J. Marås, T&IF Viking, Bergen	(08)	Bergen/Br	16.08.1948
41.96	( )	Bjarne Lunde, IF Ørnulf	(27)		.1967
41.82	(1)	Jo Østvold, Kristiansands IF	(49)	Kristiansand	11.08.1990
41.78	(2)	Arild Busterud, Løten IL	(48)	Trondheim/Le	30.07.1988
41.72	(1)	Jan Olav Husby, Skaun IL	(42)	Vennø	23.09.1982
41.64	(5)	Kjell Adamski, Sarpsborg IL	(50)	Lisleby	25.06.1990
41.62	(1)	Reidar Granli, Høybråten & Stovner IL	(44)	Espa	28.09.1986
		(40)			
41.62	(1)	Per Erling Eide, Larvik FIK	(51)	Larvik/Fr	13.05.1991
41.51	(1)	Even Hytten, Tønsberg FIK	(67)	Tønsberg	26.09.2009
41.34	(1)	Terje Holm, IL Tyrving	(40)	Oslo/Fr	08.09.1980
41.32	(3)	Trond Kristensen, IK Tjalve	(06)	Oslo/Bi	22.07.1946
41.20	(3)	Jan Olav Nystrøm, Malvik IL	(44)	Trondheim/Le	30.07.1988
41.16		Kristian Minge Nilsen, T&IL National	(99)		.1939
41.16	(4)	Jens Løkken, FIG Gjøvik	(35)	Orkanger	11.07.1976
41.12	(1)	Arvid Hvasovd, IL Bergkameratene	(20)	Kongsberg	27.08.1960
41.10	(1)	Nils Andresen, Kløfta IL	(36)	Lørenfallet	23.08.1980
41.06	(2)	Arvid Bjørgum, Skaun IL	(42)	Vennø	23.09.1982
		(50)			
41.00	(1)	Øystein Bjørnbæk, Bodø & Omegns IF	(53)	Bodø	11.06.1996
40.88		Helge Karl Fossnes, Vennessla IL	(23)		.1965
40.88	(1)	Torstein Dahl, Volda T&IL	(42)	Ålesund	29.06.1983
40.81	(2)	Halfdan Westad, Hamar IL	(14)	Gjøvik	05.09.1954
40.72	(1)	Erling Helle, Kolbotn IL	(36)	Sofiemyr	29.05.1979
40.69	(1)	Geir Sommerseth, Moss IL	(61)	Vågsbygd	20.04.2005
40.68	(1)	Håkon Njåstein, Ringerike FIK	(35)	Hønefoss	19.09.1979
40.62	(1)	Svein Hytten, Tønsberg FIK	(40)	Tjølling	12.09.1982
40.59		Bjarne Mølster, Voss IL	(21)		.1963
40.24		Sigurd Sollid, Lillehammer IF	(13)		.1957
		(60)			
40.18	(2)	Rolf Husby, IL Triumf	(40)	Meisingset	15.08.1981
40.18	(5)	Tom E. Rasmussen, Gjerpen IF	(46)	Porsgrunn	03.07.1986
40.16	(1)	Bjørn Tveter, Larvik FIK	(44)	Tjodalyng	10.09.1986
40.12	(2)MS	Dag Inge Hansen, Herkules Friidrett	(69)	Porsgrunn/Kj	12.07.2009
40.09	(2)	Lars Martin Jæger, Halden IL	(68)	Moss	22.08.2009
40.02	(6)	Kai Hole, Ullensaker/Kisa IL	(42)	Oslo/Bi	27.07.1984
40.02	(4)	Oddbjørn Skjævesland, IF Eiker-Kvikk	(47)	Spikkestad	28.08.1990
39.99		Bjarne Engen, IK Tjalve	(18)		.1958
39.90	(1)	Ola Øydegard, Sunndal IL	(37)	Kristiansund	30.06.1977
39.88	(1)	Harald Nesse, Ringerike FIK	(26)	Hønefoss	26.06.1968
		(70)			

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

39.86	(1)	Torolv Røthe, Beitstad IL	(41)	Steinkjer	07.07.1981
39.71	(5)	Georg Gjertsen, Svolvær IL	(06)	Narvik	01.09.1946
39.68	(3)	Asle Lindås, Rollag IL	(08)	Kongsberg	04.07.1951
39.62	(1)	Ove Eriksen, Tønsberg TF	(18)	Tønsberg	04.10.1960
39.59	(4)	Arne Eduardsen, Larvik T&IF	(96)	Sandefjord	28.08.1939
39.57	(2)	Ole Petter Lillehagen, Asker SK	(61)	Oslo/Bi	26.09.2001
39.56		Bjarne Sæther, Vennesla IL	(27)	Vennesla	27.09.1970
39.51	(1)A	Harry Schong Nilsen, IL Skjalg	(12)	Stavanger/Ve	10.10.1953
39.50	(2)	Alf Buch, IF Tønsberg-Kameratene	(32)	Tønsberg	03.10.1973
39.45	(3)	Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Asker	26.08.2001
		(80)			
39.30	(1)	Vidar Rasmussen, Lørenskog FIL	(67)	Ski	11.06.2007
39.26	(4)	Jostein Myrvang, Larvik T&IF	(46)	Trondheim/Le	30.07.1988
39.22	(1)	Einar Brynerno, Kragerø IF	(47)	Kragerø	30.08.1989
39.20	(1)	Arnfinn Marsteinstredet, Lillehammer IF	(38)	Lillehammer	03.10.1981
39.16	(1)	Arne Engebretsen, IF Hellas	(05)	Åmot, Modum	20.09.1947
39.02		Erling Svennevik, Lyngdal IL	(18)	Lyngdal	24.09.1959
38.98	(3)	Arild Busterud, Løten IL	(48)	Romedal	09.06.1990
38.86	(4)	Alf Trygve Andreassen, IL ROS	(53)	Spikkestad	31.05.1996
38.84	(1)	Nils Otto Pettersen, Leknes & Omegn IF	(46)	Leknes	30.07.1986
38.82		Ove Trandem, Lørenskog FIL	(30)	Lørenskog	10.06.1971
		(90)			
38.63		Lars Ulgenes, Odda IL	(18)		.1958
38.56	(1)	Ole Helleland, Frøland IL	(26)	Frøland	04.10.1969
38.53		Johan Trandem, Skotterud IL	(99)		.1939
38.44	(1)	Ole Gran, Fossum IF	(62)	Oslo/Bi	24.09.2003
38.40	(2)	Ole Haugom, Brandbu IF	(57)	Brandbu	16.09.2000
38.34	(1)	Oddvar Bergstrøm, Halden IL	(31)	Trøgstad	11.07.1975
38.34	(8)	Tor Nils Hammerborg, Oslo Døves SK	(49)	Tønsberg	22.06.1992
38.26		Bjarne Wirum, Sunndal IL	(38)	Kristiansund	03.09.1978
38.14	(2)	Bjørn Wærø Heggelund, IL Stein	(47)	Hammerfest	02.07.1989
38.10		Ingebrigt Strømsnes, IL Gular	(27)		.1967
		(100)			
38.10	(5)	Gunnar Halvorsen, Fredrikstad IF	(42)	Moss	29.05.1985
38.07	(1)	Klaus Hansen, IL Flint	(58)	Sem	12.06.1999
38.06		Kåre Slåttun, Gjerpen IF	(42)	Sandefjord	09.10.1983
38.00		Rolf Eimhjellen, Hyen IL	(25)	Førde	.1968
37.99		Helge Sjøe, Hvitvingfoss IL	(22)		.1962
37.88		Svein Erik Husby, Vestre Slidre IL	(47)	Slidrebrenno	07.07.1990
37.86		Einar Modolf Viken, IL Hållingen	(34)		.1975
37.80		Magne Føleide, Florø T&IF	(37)		.1981
37.80	(2)	Per Nystrøm, Sandnes IL	(65)	Bromley, GBR	02.08.2008
37.76		Arthur Dybing, Haugesund IL	(14)		.1954
		(110)			
37.72		Jan Sagmo, Overhalla IL	(24)		.1965
37.67	(3)	Espen Jahren, Asker SK	(66)	Asker	18.07.2007
37.58	(1)	Theodor Reiersen, Gjerpen IF	(12)	Brevik	17.08.1952
37.35	(2)	Roar Uglem, Snøgg Friidrett	(66)	Notodden	27.09.2008
37.25		Ole Hvamb, Oslo Politis IL	(18)		.1961
37.20	(2)	Lars Sunde, Gjerstad IL	(12)	Lillesand	09.08.1952
37.17	(1)	Arngeir Syversen, Ålesund FIK	(64)	Ålesund	09.09.2006
37.16		Arne Lothe, IL Gular	(38)		.1980
37.16	(3)	Bjørn Arne Kristiansen, Brandbu IF	(68)	Moss	22.08.2009
37.12	(1)	Ståle Sunde, Oppstryn IL	(70)	Oppstryn	25.09.2010
		(120)			
37.11	(1)	Helge Kvarven, Bremnes IL	(69)	Bremnes	24.09.2009
37.10		Gunnar Trangsrud, IF Tønsberg-Kameratene	(15)		.1958
37.10		Jan Sommerseth, Moss IL	(35)	Halden	17.09.1977
37.10		Øyvind Bjørbekk, Bodø & Omegns IF	(40)	Bodø	14.09.1983
37.08		Olaf A. Spangen, Stavanger Politis IL	(17)		.1957
37.08	(1)	Magnus Skåden, Sveio IL	(53)	Sveio	10.09.1996
37.00		Einar A. Sæter, Sunndal IL	(17)		.1959
36.96		Harry Solberg, Odda IL	(37)	Odda	28.09.1980
36.94	(2)	Bjørn Morten Moss, Tønsberg FIK	(60)	Tønsberg	02.08.2000
36.94	(2)	Narve Læret, Horten FIK	(66)	Sem	06.06.2006
		(130)			
36.84		Finn Strømsnes, Ask IL	(35)		.1976
36.74	(1)	Erik Gran, Fossum IF	(36)	Ski	03.09.1977
36.66		Gisle Buvarp, Inderøy IL	(36)	Inderøy	07.06.1979
36.62		Håkon Weston Røine, IF Hellas	(47)	Drammen	23.08.1990
36.60		Per Hunn, Sarpsborg IL	(40)	Moss	17.07.1982
36.56		Reidar Syversen, IL Stjørdals-Blink	(16)		.1960
36.52		Sverre Digernes, Haugesund IL	(37)	Haugesund	08.10.1977
36.50		Dag Skogheim, IF Hellas	(42)	Drammen	30.08.1983
36.48	(2)	Aasmund Sandnes, IF Urædd	(16)	Porsgrunn	03.06.1956
36.32	(1)B	Kristen Setsaas, Mebonden IL	(16)	Meråker	14.07.1956
		(140)			

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

36.22	(3)	Helge Heiberg Andersen, Stord T&IL	(43)	Leirvik	15.06.1985
36.18		Gunnar Tellevik, Ask IL	(33)		.1976
36.12		Asbjørn Skog, Storsteinnes IL	(40)	Nordkjotsbotn	20.09.1983
36.05		Karl Rekdal, SK Herd	(17)		.1958
36.04	(1)	Gudmund Olsen, IL Tyrving	(60)	Bergen/Sk	23.09.2003
35.94		Gunnleik Langeland, IL Gular	(40)		.1980
35.84		Bendik Dale, Gjerpen IF	(38)	Porsgrunn	19.08.1978
35.68		Atle Øvre-Eide, Eidsvåg IL	(33)		.1977
35.56	(2)	Oddvar Johan Jensen, Ask IL	(50)	Ravnanger	22.08.1990
35.52		Egil Nygaard, Greipstad IL	(40)	Vennesla	10.09.1980
		(150)			
35.44	(1)	Roar Hoff, Stjørdal FIK	(65)	Jøa	16.06.2007
35.38	(2)	Tellef Høgevdal, IL Imås	(35)	Ski	03.09.1977
35.36		Vidar Hågensen, Romedal IL	(42)	Romedal	18.08.1984
35.36		Svein Gran, Inderøy IL	(44)	Stjørdal	29.09.1985
35.34	(1)	Stanley Hauge, Eikanger IL	(52)	Ostereidet	30.06.1992
35.32	(1)	Torbjørn Isene, IF Sturla	(65)	Spikkestad	11.05.2007
35.30		Leif Bratvold, Hamar IL	(32)	Løten	16.05.1974
35.30		John Mørken, Radøy FIL	(42)	Knarvik	13.07.1983
35.26		Ivar Bredholt, Askim IF	(45)	Tjølling	14.06.1986
35.22	(1)	Kjell Ivar Robertsen, Jærgervatnet IL	(64)	Sør Lenangen	12.10.2006
		(160)			
35.20	(3)	John Tvilde, Voss IL	(02)	Voss	01.09.1946
35.18	(3)	Reidar Thomassen, IL Tyrving	(36)	Ski	03.09.1977
35.15		Erling Kongshavn, Haugesund IL	(90)	Stavanger	26.06.1932
35.12	(1)	Roar Pedersen, Steinkjer FIK	(59)	Steinkjer	22.05.2001
35.11	(4)	Egil Ravnestad, Gloppen FIL	(63)	Hyen	05.07.2003
35.08		Tor Lyngar, IF Sturla	(38)	Drammen	05.09.1980
35.04		Trygve Kåre Tanberg, Sømna IL	(43)		19.08.1986
Ukjent norsk klubbtilknytning / Unknown Norwegian club:					
49.68	(1)	Reidar Sørli	(09)	Buenos Aires, ARG	05.04.1952

**Diskos / Discus Throw 2.0 kg menn 45-49 år / Men 45-49 years - 33.00**

62.52	(2)	Knut Hjeltnes, Bergen FIK	(51)	Modesto, USA	10.05.1997
56.12	(3)	Svein Inge Valvik, IF Urædd	(56)	Lisleby	10.08.2003
48.10	(1)	Iver Hole, IK Tjalve	(44)	Sæby, DEN	01.10.1989
47.46	(1)	Stein Haugen, IL i BUL	(33)	Sandane	26.07.1980
47.30	(1)	Tormod Lislud, Ski IL	(40)	Trondheim/Le	17.10.1987
46.82	(2)	Bjørn Bang Andersen, IL i BUL	(37)	Larvik/Lo	30.06.1982
45.86	(3)	Leif Emil Gundersrud, IL Tyrving	(34)	Hannover, GER	28.07.1979
45.82	(1)	Bjørn Heggelund, IL Stein	(38)	Hammerfest	13.06.1984
43.94	(1)	Øystein Bjørnbæk, Bodø FIK	(53)	Bodø	08.09.1998
43.75	(1)	Terje Buch, Tønsberg FIK	(64)	Tønsberg	17.06.2009
		(10)			
43.20	(1)	Edgar Henriksen, Ask IL	(51)	Knarvik	08.09.1996
43.02	(1)	Eivind Indrebø, Breim IL	(34)	Byrkjelo	26.05.1981
42.70	(1)	Eldar Bergmann, Sykkylven IL	(36)	Ålesund	29.06.1983
42.64	(2)	Harald Lorentzen, Byåsen IL	(44)	Larvik/Lo	30.06.1989
42.62	(2)	Karl Jørgen Hoff, Spydeberg IL	(59)	Lisleby	15.05.2004
42.47	(1)	Kristian Johansen, IL Jutul	(16)	Sandvika	03.10.1962
42.04	(1)	Helge Karl Fosnes, Vennesla IL	(23)	Kristiansand	10.10.1971
41.85	(1)	Gunnar Hanssen, IL Trio, Fauske	(15)	Bodø	09.07.1960
41.52		Ragnar Skautvedt, IF Hellas	(36)	Stockholm, SWE	11.09.1982
41.08	(3)	Roald Reisvang, IF Ørnulf	(30)	Spikkestad	23.09.1979
		(20)			
41.04	(1)	Rolf Husby, IL Triumf	(40)	Meisingset	06.06.1985
41.00	(1)	Nils Sigurd Glesnes, Lyngdal IL	(50)	Grimstad	05.07.1998
40.91	(1)	Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Løten	26.06.2008
40.70	(1)	Georg A. Andersen, Urædd Friidrett	(63)	Skien	21.08.2008
40.66	(1)	Ove Trandum, Lørenskog FIL	(30)	Kristiansand	17.07.1976
40.61		Sigurd Sollid, Lillehammer IF	(13)	Lillehammer	28.08.1958
40.48	(1)	Olaf Evjenth, IF Torodd	(26)	Oppdal	30.08.1975
40.30	(5)	Harald Stenerud, T&IF Viking, Bergen	(97)	Bergen/Br	11.07.1946
40.20	(3)	Per Stavem, Stabæk IF	(26)	Nadderud	13.09.1971
40.18	(1)	Erling Helle, Kolbotn IL	(36)	Sofiemyr	26.05.1981
		(30)			
40.14	(1)	Kåre Slåttun, Gjerpen IF	(42)	Notodden	29.09.1991
40.05	(2)	Anders Hoff, Strindheim IL	(56)	Trondheim/St	08.10.2005
40.04	(2)	Arild Busterud, Løten IL	(48)	Løten	27.07.1995
40.04	(3)	Kjell Adamski, Sarpsborg IL	(50)	Porsgrunn	12.09.1995
39.90	(1)	Magne T. Moen, IL Trio	(34)	Husnes	16.09.1981
39.76	(1)	Jan Olav Nystrøm, Malvik IL	(44)	Rissa	03.06.1989
39.62	(2)	Normann Laskemoen, IL Drott	(14)	Bergen/Sk	08.10.1961
39.43	(1)	Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Løten	22.09.2007
39.30	(13)	Jostein Myrvang, Larvik T&IF	(46)	Buffalo, USA	16.07.1995
39.18	(1)	Harald Nesse, Ringerike FIK	(26)	Hønefoss	25.08.1971
		(40)			

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

39.14	(4)	Arne Lothe, IL Gular	(38)	Fana	19.06.1983
38.98	(1)	Odd Leonhardsen, Lena IF	(43)	Raufoss	20.06.1990
38.88	(1)	Per Erling Eide, Tjølling IF	(51)	Sem	15.06.1996
38.75		Theodor Reiersen, Gjerpen IF	(12)	Skien	25.09.1957
38.70	(2)	Halfdan Westad, Sandefjord T&IF	(14)	Tønsberg	29.07.1962
38.56		Arnfinn Marsteinstredet, Lillehammer IF	(38)	Lillehammrmer	08.10.1983
38.44		Alf Kleppe, Odda IL	(15)		.1960
38.40	(1)	Ole Haugom, Brandbu IF	(57)	Brandbu	28.09.2002
38.28	(2)A	Asle Lindås, Rollag IL	(08)	Kongsberg	27.05.1953
38.28		Harry Schong Nilsen, IL Skjalg (50)	(12)	Stavanger	10.08.1957
38.12		Svein Hytten, Tønsberg FIK	(40)	Larvik/Fr	04.08.1987
38.11	(1)	Georg Gjertsen, Svolvær IL	(06)	Gravdal	22.07.1951
38.10	(1)	Magne Føleide, Florø T&IF	(37)	Florø	24.09.1986
37.98		Alf Buch, IF Tønsberg-Kameratene	(32)		29.08.1980
37.93	(1)	Alf Trygve Andreassen, IL ROS	(53)	Spikkestad	11.09.1998
37.83	(1)	Geir Sommerseth, Moss IL	(61)	Moss	23.05.2008
37.80	(2)	Oddvar Bergstrøm, Halden IL	(31)	Kristiansand	17.07.1976
37.76		Tarald Rui, Strømmen IF	(33)	Løken	28.09.1980
37.76	(1)	Jørund Årdal, Gloppen FIL	(53)	Byrkjelo	10.06.2001
37.69	(1)	Aage Indrebø, Gloppen FIL (60)	(61)	Hyen	22.07.2010
37.58	(2)	Bjarne Lunde, Bjønnputten IL	(27)	Lørenskog	01.09.1973
37.15	(1)	Tore Hegdahl, Selsbakk IL	(56)	Trondheim/Te	08.09.2003
36.92	(1)	Magnus Skåden, Sveio IL	(53)	Husnes	30.06.2001
36.90	(1)	Trond Myrhaug, IL Norodd	(45)	Kristiansand	11.08.1990
36.86		Arne Sæther, Heggedal IL	(31)	Sandvika	19.07.1980
36.82	(3)	Erik Gran, Fossum IF	(36)	Lillehammer	21.08.1983
36.74		Harry Solberg, Odda IL	(37)	Odda	21.04.1982
36.70		Per Hunn, Sarpsborg IL	(40)	Malvik	15.06.1985
36.70		Kai Hole, Ullensaker/Kisa IL	(42)	Jessheim	28.05.1987
36.68		Fritjof Randen, Oslo Sporveiers IL (70)	(08)	Oslo/Bi	03.07.1954
36.62		Trond Kristensen, Oslo Sporveiers IL	(06)	Göteborg, SWE	05.09.1951
36.58	(3)	Knut Dahle, Øystre Slidre IL	(43)	Kristiansand	11.08.1990
36.54		Svein Erik Husby, Vestre Slidre IL	(47)	Slidrebrenno	05.07.1992
36.51	(1)MS	Arild Greger Ro, Fagernes IL	(64)	Brandbu	28.07.2010
36.40		Arvid Bjørgum, Skau IL	(42)	Stjørdal	12.07.1987
36.26		Atle Øvre-Eide, Eidsvåg IL	(33)		.1978
36.14	(1)	Frøde Ritland, Stord T&IL	(44)	Haus	18.08.1993
36.12		Ingebrigt Strømsnes, IL Gular	(27)		.1972
35.89		Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Løten	23.09.2006
35.84		Bjørn Langbakke, Oslo Politis IL (80)	(22)	Hønefoss	23.09.1967
35.76		Einar Modolf Viken, IL Hållingen	(34)	Trondheim	03.07.1982
35.70		Rolf Eimhjellen, Hyen IL	(25)	Hyen	31.05.1971
35.70		Gunnar Tellevik, Ask IL	(33)		.1978
35.70		Reidar Nyland, Breimsbygda IL	(41)		.1988
35.64		Jens Løkken, Nes SK	(35)	Brumunddal	15.09.1984
35.62		Bjarne Sæther, Vennesla IL	(27)	Vennesla	27.09.1972
35.60	(2)	Torstein Dahl, Volda T&IL	(42)	Ålesund	08.08.1987
35.56		Reidar Thomassen, IL Tyrving	(36)	Sandvika	30.06.1984
35.44		Svein Bye, Stavanger IF	(43)	Sandnes	05.06.1991
35.36	(6)	Odd Skuterud, IL Tyrving (90)	(32)	Spikkestad	19.08.1978
35.36		Jan Sommerseth, Moss IL	(35)	Vannsjø/Svinndal	16.08.1980
35.34		Kjell Fossen, Eidsvåg IL	(39)	Fana	28.07.1984
35.28		Finn Strømsnes, Ask IL	(35)	Ask	29.08.1981
35.26		Andreas Jahr, Raumnes & Årnes IL	(25)	Årnes	08.10.1970
35.20	(1)	Torolv Røthe, Beitstad IL	(41)	Oslo/Bi	09.08.1986
35.18		Ivar Bredholt, Indre Østfold FIK	(45)	Oslo/Tr	20.06.1990
35.07	(4)	Ole Petter Lillehagen, Asker SK	(61)	Oslo/So	03.08.2008
34.82	(m)	Einar Johan Svendgård, Skogn IL	(49)	Buffalo, USA	14.07.1995
34.80		Audun Holme, Førde IL	(36)	Skei	21.06.1981
34.48		Øivind Johansen, Moss IL (100)	(35)	Spikkestad	19.09.1982
34.46	(4)	Vidar Hågensen, Romedal IL	(42)	Kristiansand	11.08.1990
34.18		Ulf Hatle, IL Jutul	(41)	Sandvika	30.06.1986
34.18	(1)	Olav Fyllingsnes, Eikanger IL	(39)	Ostereidet	03.07.1987
34.14	(1)	Per Helge Iversen, Laksevåg T&IL	(49)	Odda	27.08.1994
34.00	(4)	Ingvar dt Sandsund, Steinkjer I&FK	(34)	Grong	26.08.1979
33.96		Jan Sagmo, Overhalla IL	(24)		.1969
33.88	(1)	Helge Heiberg Andersen, Stord T&IL	(43)	Leirvik	22.05.1991
33.80		Øyvind Bjørbekk, Bodø & Ormegns IF	(40)	Bodø	11.09.1986
33.76	(2)	Bjørn Morten Moss, Tønsberg FIK	(60)	Tønsberg	05.07.2006
33.74	(5)	Ole Melum, Jøssund IL (110)	(30)	Grong	26.08.1979

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

33.70	(3)	Dag Thomassen, Herkules Friidrett	(60)	Porsgrunn	14.06.2005
33.68		Oddbjørn Heimly, Nordkjosbotn IL	(36)	Nordkjosbotn	20.09.1983
33.56		Asbjørn Skog, Storsteinnes IL	(40)		.1985
33.54		Kjell von der Fehr, IL Norrøna	(29)		.1975
33.51		Einar A. Sæter, Sunndal IL	(17)	Sunnalsøra	07.09.1965
33.50		Olav Zachariassen, Flekkefjord IF	(32)	Flekkefjord	30.09.1977
33.42	(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Kil, SWE	26.09.1982
33.42	(1)	Stanley Hauge, Eikanger IL	(52)	Ostereidet	17.06.1997
33.37	(1)	Roar Pedersen, Steinkjer FIK	(59)	Steinkjer	08.06.2004
33.28		Jakob Hjelmeset, Fjellhug/Vereide IL (120)	(32)	Reed	08.07.1978
33.24		Kolbjørn Nævdal, Sokna IF	(34)	Sokna	.1980
33.14		Leif Bratvold, Hamar IL	(32)	Hamar	30.09.1981
33.12	(1)	Oddvar Johan Jensen, Ask IL	(50)	Bergen/Sk	08.09.1998
33.06	(3)	Egil Ravnestad, Gloppen FIL	(63)	Hyen	10.07.2008
33.04		Olav Fyllingsnes, Eikanger IL	(39)	Knarvik	13.06.1984
33.02		Reidar Lund, Hannevikas IL	(41)	Vågsbygd	22.05.1986
33.00	(7)	Erik Sandnes, Snåsa IL	(33)	Sandane	26.07.1980
33.00	(1)	Thomas Rønnevik, Tønsberg FIK	(63)	Sem	11.06.2009

Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:

34.68	(1)	Lars Gärtner, Urædd Friidrett (GER)	(61)	Porsgrunn	11.06.2006
-------	-----	-------------------------------------	------	-----------	------------

Ubekreftet / Not confirmed:

38.86	(3)	Arne Sæther, Heggedal IL	(31)	Grong	26.08.1979
38.86		Ingvar Sand Sund, Steinkjer I&FK	(34)	Grong	26.08.1979

**Diskos / Discus Throw 2.0 kg menn 50-54 år / Men 50-54 years - 30.00**

54.40	(1)MS	Svein Inge Valvik, Urædd Friidrett	(56)	Porsgrunn/Kj	27.09.2009
49.53	(1)	Knut Hjeltnes, Gloppen FIL	(51)	Hanover, USA	17.08.2003
44.02	(2)	Iver Hole, IL ROS	(44)	Sæby, DEN	30.09.1995
43.74	(4)	Bjørn Heggelund, IL Stein	(38)	Mosjøen	03.07.1988
43.38	(3)	Tormod Lislerud, Ski IL	(40)	Spikkestad	13.10.1990
43.26	(1)	Leif Emil Gundersrud, IL Tyrving	(34)	Sandvika	22.05.1985
43.18	(1)	Stein Haugen, IL i BUL	(33)	Ålesund	06.09.1983
43.00	(2)	Kristian Johansen, IL Jutul	(16)	Sandvika	13.09.1967
41.14		Helge Karl Fosnes, Vennesla IL	(23)	Kristiansand	20.09.1973
40.94	(2)	Eldar Bergmann, Sykkylven IL (10)	(36)	Tresfjord	28.06.1987
40.72		Gunnar Hanssen, IL Trio, Fauske	(15)		.1967
40.68	(1)	Rolf Strandli, Rena IL	(25)	Oppdal	30.08.1975
40.60	(3)	Bjørn Bang Andersen, IF Urædd	(37)	Spikkestad	16.09.1988
39.98	(2)	Olaf Evjenth, IF Urædd	(26)	Ski	03.09.1977
39.62		Bjarne Sæther, Vennesla IL	(27)	Vennesla	03.10.1979
39.56	( )	Bjarne Engen, IK Tjalve	(18)		.1969
39.54		Asle Lindås, Rollag IL	(08)		.1958
39.27	(1)	Nils Sigurd Glesnes, Lyngdal IL	(50)	Kristiansand	02.06.2000
39.04		Eivind Indrebø, Breimsbygda FIL	(34)	Breim	10.07.1985
38.99	(1)	Karl Jørgen Hoff, Spydeberg IL (20)	(59)	Halden	26.09.2009
38.96	(4)	Ove Trandem, Lørenskog FIL	(30)	Lillestrøm	23.08.1981
38.92	(5)	Kjell Adamski, Sarpsborg IL	(50)	Moss	03.09.2001
38.16	(1)	Odd Sangvik, Mandal og Halse IL	(39)	Mandal	22.09.1990
38.10	(1)	Arild Busterud, Løten IL	(48)	Løten	27.07.2000
37.90		Tarald Rui, Strømmen IF	(33)	Strømmen	19.08.1985
37.90	(1)	Kåre Slåttun, Gjerpen IF	(42)	Notodden	31.05.1995
37.34	(4)	Bjarne Lunde, Bjønnpotten IL	(27)	Ski	03.09.1977
37.28	(4)A	Harald Stenerud, T&IF Viking, Bergen	(97)	Bergen/Sk	04.08.1947
36.96		Jostein Myrvang, Larvik T&IF	(46)	Larvik/Lo	09.06.1996
36.71		Alf Børjesson, SK Vidar (30)	(03)		.1956
36.67	(1)	Edgar Henriksen, Ask Friidrett	(51)	Bergen/Sk	24.07.2001
36.40		Sverre Tangen, Siggerud IL	(23)	Siggerud	16.08.1974
36.24		Alf Buch, Tønsberg FIK	(32)	Tønsberg	21.09.1985
35.90		Arne Lothe, IL Gular	(38)	Hønefoss	.06.1988
35.89		Einar A. Sæter, Sunndal IL	(17)	Sunnalsøra	10.10.1970
35.78	(6)	Harald Nesse, Ringerike FIK	(26)	Ski	03.09.1977
35.30		Jan Sagmo, Overhalla IL	(24)	Meråker	.1976
35.24		Ole Hvamb, Oslo Politis IL	(18)	Oslo/Fr	25.09.1970
34.88	(1)	Frode Ritland, Stord T&IL	(44)	Fana	20.09.1996
34.72	(2)	Kjell Fossen, Eidsvåg IL (40)	(39)	Bergen/Sk	12.06.1990



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

34.66		Kjell Grønning, Eidsvåg IL	(26)	Ytre Arna	31.05.1979
34.56	(1)	Harry Solberg, Odda IL	(37)	Odda	28.08.1987
34.35		Halvard O. Dolva, Kongsberg IF	(98)	Drammen	31.08.1949
34.12		Magne T. Moen, IL Trio	(34)	Husnes	30.09.1984
34.06		Gunnar Tellevik, Ask IL	(33)	Ask	11.05.1983
34.02		Harry Solberg, Odda IL	(37)	Nå	13.09.1989
33.71		Jørund Årdal, Gloppen FIL	(53)	Hyen	05.07.2003
33.14		Reidar Thomassen, IL i BUL-Tromsø	(36)	Tromsø	19.08.1990
33.09	(1)	Narve Hoff, Ålesund FIK	(57)	Ålesund	03.10.2007
32.94		Håvard Lund, Aurskog-Høland FIL (50)	(24)	Løken	05.10.1975
32.55		Rolf Eimhjellen, Hyen IL	(25)	Hyen	.1976
32.31	(1)	Magnus Skåden, Sveio IL	(53)	Sveio	12.08.2003
32.24		Jørgen M. Holme, Hyen IL	(31)	Hyen	06.09.1981
31.88		Odd Rygg, Selbu IL	(27)	Malvik	27.08.1978
31.85		Arne Eduardsen, Larvik T&IF	(96)		.1949
31.79		Olav Reppen, Brønnøysund IL	(11)	Brønnøysund	19.09.1965
31.70		Arne Hotvedt, IF Tønsberg-Kameratene	(26)	Blaker	.1977
31.67		Erling Waage, Haugesund IL	(95)	Haugesund	29.05.1946
31.47	(1)	Jakob Eirik Lothe, Gloppen FIL	(53)	Bergen/Sk	02.09.2003
31.12		Eivind Hamre, Vestre Slidre IL (60)	(14)	Slidrebrenno	.1965
30.88	(9)	Odd Stenerud, Ski IL	(25)	Ski	03.09.1977
30.76		August Røv, Foldfjord IL	(26)	Kristiansund	01.09.1979
30.65		Louis Støve, Kvinesdal IL	(21)	Kvinesdal	08.10.1978
30.65	(1)MS	Bo Breigan, Fredrikstad IF	(58)	Lisleby	17.10.2009
30.42	(2)MS	Amund Vaagen, IL Molde-Olymp	(59)	Midsund	08.08.2009
30.40	(1)	Atle Øvre-Eide, Eidsvåg IL	(33)	Fana	16.09.1986
30.31	(1)	Arve David Keilen, Olderdalen IK	(56)	Olderdalen	09.09.2006
30.18		Henry Fossum, Vestre Slidre IL	(21)	Slidrebrenno	.1972
30.18	(4)	Magnar Olden, Frol IL	(26)	Kristiansand	17.07.1976
30.02	(1)	Rolf Unneland, FIK BFG Fana (70)	(55)	Fana	08.10.2008

Utenlandsk statsborger / Foreign citizen:

42.56	(2)	Rolf Strandli, Rena IL (SWE)	(25)	Hamar	21.08.1977
-------	-----	------------------------------	------	-------	------------

**Diskos / Discus Throw 2.0 kg menn 55-59 år / Men 55-59 years - 28.00**

41.10	(4)	Stein Haugen, IL i BUL	(33)	København, DEN	04.10.1988
40.28	(1)	Helge Karl Fosnes, Vennesla IL	(23)	Vågsbygd	10.10.1979
40.27	(2)	Kjell Adamski, Sarpsborg IL	(50)	Porsgrunn	14.06.2005
40.20	(2)	Bjørn Heggelund, HIF/Stein	(38)	Hammerfest	11.08.1993
39.74	( )	Olav Reppen, Brønnøysund IL	(11)	Brønnøysund	13.08.1970
39.24	(2)	Leif Emil Gundersrud, IL Tyrving	(34)	Nadderud	14.05.1990
38.10	(1)	Iver Hole, IL ROS	(44)	Spikkestad	20.10.2000
38.08	(1)	Arild Busterud, Løten IL	(48)	Åkrestrømmen	06.06.2003
36.89	(2)	Harald Lorentzen, FIK Stein	(44)	Hammerfest	24.06.2001
36.82		Alf Buch, Tønsberg FIK (10)	(32)	Sem	29.09.1987
34.74	(1)	Nils Sigurd Glesnes, Lavik IL	(50)	Fana	10.08.2005
33.76		Erling Svennevik, Siggerud IL	(18)	Siggerud	16.08.1974
33.72		Ole Hvamb, Oslo Politis IL	(18)	Hønefoss	15.06.1976
33.50	(2)	Svein Bye, Stavanger IF	(43)	Sandnes	08.06.2002
33.34		Jostein Myrvang, Larvik T&IF	(46)	Sandefjord	03.09.2001
32.60		Rolf Eimhjellen, Hyen IL	(25)	Hyen	05.06.1981
32.36	(2)	Jon Sletteberg, IL Vestar	(16)	Lørenskog	01.09.1973
31.38		Ola Gjøl, Fana IL	(19)		.1975
31.11	(5)	Jørund Årdal, Gloppen FIL	(53)	Hyen	10.07.2008
30.71	(4)	Frode Ritland, Stord T&IL (20)	(44)	Leirvik	26.06.1999
30.54	(2)MS	Egil Thune, Kristiansands IF	(55)	Kristiansand	19.05.2010
29.90	(1)	Johan Fjærestad, Sarpsborg IL	(38)	Lisleby	09.09.1997
29.84		Håvard Lund, Aurskog-Høland FIL	(24)	Sandvika	28.05.1979
29.40		Eivind Hamre, Vestre Slidre IL	(14)	Slidrebrenno	21.06.1969
29.34	(4)	Per Helge Iversen, Laksevåg T&IL	(49)	Oslo/Bi	20.06.2006
29.32		Anders Bjørkås, Vennesla IL	(10)	Vennesla	03.07.1968
28.86	(1)	Stig Harald Lien, Stjørdal FIK	(53)	Stjørdal	19.09.2009
28.60	(1)	Oddvar Johan Jensen, Ask Friidrett	(50)	Ravnanger	13.07.2005
28.42		Bjarte Holmeide, Tingvoll FIK	(44)	Straumsnes	25.07.2002
28.30	(1)	Stanley Hauge, Eikanger IL (30)	(52)	Ostereidet	12.06.2007
28.01	(1)	Jan Norvald Borgen, Os TF	(46)	Bergen/Sk	26.07.2005

**Diskos / Discus Throw 2.0 kg menn 60-64 år / Men 60-64 years - 25.00**

39.15	(2)	Bjørn Heggelund, FIK Stein	(38)	Bodø	21.06.1998
38.98		Olav Reppen, Brønnøysund IL	(11)	Brønnøysund	26.09.1971
36.42	(1)	Stein Haugen, Oslo Politis IL	(33)	Oslo/Bi	14.09.1993
36.41		Kristian Minge Nilsen, T&IL National	(99)		.1960
35.88	(1)	Iver Hole, IL ROS	(44)	Spikkestad	09.11.2004
35.33	(m)MS	Arild Busterud, Løten Friidrett	(48)	Løten	26.09.2009
35.05	(2)MS	Kjell Adamski, Sarpsborg IL	(50)	Kristiansand	31.08.2010
34.26		Tarald Rui, Lørenskog FIL	(33)	Rolvstrud	29.06.1995
33.74	(3)	Harald Lorentzen, FIK Stein	(44)	Spikkestad	04.08.2004
33.43	(1)	Nils Sigurd Glesnes, FIL AKS-77	(50)	Bergen/Sk	27.07.2010
		(10)			
32.76	(8)	Jon Sletteberg, Åheim IL	(16)	Ski	03.09.1977
29.91	(1)	Jostein Myrvang, Larvik T&IF	(46)	Tønsberg	21.06.2006
29.76		Ola Gjøl, Fana IL	(19)		.1979
29.54		Ove Trandem, Lørenskog FIL	(30)	Rolvstrud	09.08.1990
28.92	(-)	Gunnar Tellevik, Ask IL	(33)	Ravnanger	18.09.1993
28.66		Eivind Hamre, Vestre Slidre IL	(14)	Slidrebrenno	15.08.1976
28.35		Trygve Kåre Tanberg, Sømna IL	(43)	Vik i Helgeland	26.08.2004
28.00		Rolf Eimhjellen, Hyen IL	(25)		.1985
27.04		Anders Bjørkås, Vennesla IL	(10)	Vennesla	04.09.1971
26.68	(12)	Kristen Setsaas, Selbu IL	(16)	Ski	03.09.1977
		(20)			
26.38		Kai Hole, IL Flint	(42)	Tolvstrød	19.09.2003
26.32		Hallgrim Bjørø, Sandnessjøen IL	(05)	Sandnessjøen	.1967
25.64		Bjarne Myklebust, IL Fri	(19)		.1980
25.54		Aksel Ellefsen, Kragerø IF	(12)	Kroken	11.07.1973
25.50		Øyvind Wæraas, IL Norodd	(39)	Straumsnes	23.09.2000

**Diskos / Discus Throw 2.0 kg menn 65-69 år / Men 65-69 years - 22.00**

36.40		Olav Reppen, Brønnøysund IL	(11)	Brønnøysund	30.08.1977
34.39	(1)	Bjørn Heggelund, FIK Stein	(38)	Hammerfest	07.06.2003
31.51	(4)	Stein Haugen, Oslo Politis IL	(33)	Oslo/Bi	21.09.1999
28.54		Eivind Hamre, Vestre Slidre IL	(14)	Storefoss	22.07.1979
27.40	(2)	Gunnar Tellevik, Ask IL	(33)	Ravnanger	14.05.1999
26.34	(4)	Tormod Resell, Løkken IF	(07)	Oppdal	30.08.1975
26.27	(2)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Geithus	21.08.2006
26.20		Dagfinn Breide, Lillehammer IF	(10)	Kristiansand	17.07.1976
25.95	(3)	Trygve Kåre Tanberg, Sømna IL	(43)	Vik i Helgeland	20.09.2008
25.82	(2)	Svein Hetland, Nittedal IL	(41)	Nittedal	30.09.2008
		(10)			
25.62		Anders Bjørkås, Vennesla IL	(10)	Vennesla	31.07.1975
23.20		Hallgrim Bjørø, Sandnessjøen IL	(05)	Sandnessjøen	08.10.1970
22.47	(2)MS	Tore Nilsen, Fredrikstad IF	(43)	Lisleby	17.10.2009
22.42		Aksel Ellefsen, Kragerø IF	(12)	Kragerø	13.09.1978
22.36	(4)	Gunnar Helland, IL Trio	(38)	Husnes	28.06.2003

**Diskos / Discus Throw 2.0 kg menn 70-74 år / Men 70-74 years - 20.00**

35.98		Olav Reppen, Brønnøysund IL	(11)	Brønnøysund	12.09.1982
29.94	(1)	Bjørn Heggelund, FIK Stein	(38)	Hammerfest	07.06.2008
25.05	(1)	Kåre Berge, Ski IL	(33)	Ski	11.08.2004
23.38		Anders Bjørkås, Vennesla IL	(10)	Vennesla	10.10.1980
23.02		Alf Buch, Tønsberg FIK	(32)	Tolvstrød	19.09.2003
23.01	(4)MS	Reidar Thomassen, IL Tyrving	(36)	Nadderud	17.10.2010

**Diskos / Discus Throw 2.0 kg menn 75-79 år / Men 75-79 years**

20.40		Håvard Lund, Ullensaker/Kisa IL	(24)	Rolvstrud	13.11.1999
-------	--	---------------------------------	------	-----------	------------

**Diskos / Discus Throw 2.0 kg menn 80-84 år / Men 80-84 years**

20.18		Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Rolvstrud	04.12.1999
-------	--	---------------------------	------	-----------	------------

## Diskos / Discus Throw 1.5 kg menn 50-54 år / Men 50-54 years - 35.00

51.84	(1)	Tormod Lislerud, Ski IL	(40)	Heggedal	26.05.1990
50.64		Leif Emil Gundersrud, IL Tyrving	(34)	Sandvika	07.07.1984
50.18	(1)	Bjørn Heggelund, IL Stein	(38)	Ski	11.06.1988
50.14	(1)	Stein Haugen, IL i BUL	(33)	Lillehammer	21.08.1983
49.27	(1)	Karl Jørgen Hoff, Spydeberg IL	(59)	Moss	22.08.2009
49.20	(1)	Bjørn Bang Andersen, IF Urædd	(37)	Karlstad, SWE	26.09.1987
48.58	(1)	Olaf Evjenth, IF Torodd	(26)	Viareggio, ITA	15.09.1978
46.94	(1)	Iver Hole, IL ROS	(44)	Heggedal/Gj	02.09.1995
46.05	(m)	Kjell Adamski, Sarpsborg IL	(50)	Oslo/La	25.08.2001
45.76	(1)	Roald Reisvang, IF Ørnulf	(30)	Steinkjer	25.07.1981
		(10)			
45.62	(1)	Gunnar Tellevik, Ask IL	(33)	Knarvik	21.05.1983
45.57	(m)	Arild Busterud, Løten IL	(48)	Heggedal/Gj	26.08.2000
45.17	(1)	Nils Sigurd Glesnes, Lyngdal IL	(50)	Ravnanger	01.07.2000
44.88		Tarald Rui, Strømmen IF	(33)	Årnes	29.08.1984
44.50		Bjarne Sæther, Vennesla IL	(27)	Vennesla	04.10.1980
44.30	(2)	Kurt Fredrik Homme, SK Vidar	(29)	Lillehammer	21.08.1983
44.04		Eivind Indrebø, Breimsbygda IL	(34)	Breim	22.08.1985
43.96	(1)	Svein Hytten, Tønsberg FIK	(40)	Leirvik	06.08.1994
43.90	(2)	Jan Olav Nystrom, Malvik IL	(44)	Leirvik	06.08.1994
43.86		Arne Sæther, Heggedal IL	(31)	Sandvika	01.08.1981
		(20)			
43.84	(3)	Ove Trandem, Lørenskog FIL	(30)	Lillehammer	21.08.1983
43.80	(1)	Kåre Slåttun, Gjerpen IF	(42)	Ski	23.05.1992
43.66	(2)	Eldar Bergmann, Sykkylven IL	(36)	Ålesund	08.08.1987
43.64		Odd Sangvik, Mandal og Halse IL	(39)	Mandal	01.08.1990
43.30	(m)	Jostein Myrvang, Larvik T&IF	(46)	Oslo/La	31.08.1996
43.22	(7)	Helge Karl Fosnes, Vennesla IL	(23)	Göteborg, SWE	08.08.1977
43.20	(3)	Erik Gran, Fossum IF	(36)	Oslo/Bi	09.08.1986
43.01	(1)	Per Erling Eide, IF Fram, Larvik	(51)	Larvik	02.06.2004
42.64	(1)	Magne T. Moen, IL Trio	(34)	Herøysund	31.07.1985
42.28		Alf Buch, Tønsberg FIK	(32)	Holmsbu	25.06.1982
		(30)			
42.16	(1)	Frode Ritland, Stord T&IL	(44)	Knarvik	08.09.1996
42.16	(2)	Svein Bye, Stavanger IF	(43)	Lillehammer	15.08.1997
41.96	(7)	Øivin Eduardsen, IF Kamp-Vestheim	(25)	Hannover, GER	27.07.1979
41.72	(2)	Stig Harald Lien, Stjørdal FIK	(53)	Stjørdal	02.08.2003
41.60		Arne Hegre, Snåsa IL	(33)	Stjørdal	02.07.1983
41.08	(5)	Einar Modolf Viken, IL Hållingen	(34)	Oslo/Bi	09.08.1986
41.08	(1)	Jørund Årdal, Gloppen FIL	(53)	Hyen	13.07.2003
41.04		Nils Olav Børstad, Namsen FIF	(37)	Sandvika	27.06.1987
40.80	(2)	Knut Dahle, Øystre Slidre IL	(43)	Overhalla	07.08.1993
40.44	(1)	Harry Solberg, Odda IL	(37)	Nå	23.08.1987
		(40)			
40.27	(1)	Edgar Henriksen, IL Fri	(51)	Fana	17.07.2002
40.26		Ingvardt Sandsund, Steinkjer I&FK	(34)	Steinkjer	10.07.1984
40.24	(m)	Svein Hetland, Nittedal IL	(41)	Søgne	26.06.1992
40.16		Erik Sandnes, Snåsa IL	(33)	Snåsa	29.09.1983
39.62		Reidar Thomassen, Fossum IF	(36)	Sandvika	09.05.1987
39.58		Jens Løkken, Nes SK	(35)	Moelv	13.09.1986
39.54	(6)	Magnus Skåden, Sveio IL	(53)	Lahti, FIN	14.06.2003
39.50		Kåre Berge, Holstad IL	(33)	Drøbak	28.06.1983
39.50	(3)	Kai Hole, Tønsberg FIK	(42)	Bjørkelangen	08.08.1992
39.50	(1)	Per Andenæs, Gloppen FIL	(50)	Hyen	16.07.2000
		(50)			
39.46		Magne Føleide, Florø T&IF	(37)		.1988
39.46	(4)	Kjell Fossen, Eidsvåg IL	(39)	Haugesund	26.08.1989
39.36	(4)	Bjarne Lunde, Bjønnpotten IL	(27)	Spikkestad	19.08.1978
39.20		Reidar Nyland, Gloppen FIL	(41)	Hyen	19.09.1992
39.18		Atle Øvre-Eide, Eidsvåg IL	(33)	Ostereidet	29.05.1985
38.78	(2)	Bjørn Wærø Heggelund, Ullensaker/Kisa IL	(47)	Steinkjer	03.07.1999
38.72	(5)	Harald Nesse, Ringerike FIK	(26)	Spikkestad	19.08.1978
38.54	(3)	Jan Sommerseth, Moss IL	(35)	Trondheim/Le	30.07.1988
38.14	(6)	Per Stavem, Stabæk IF	(26)	Spikkestad	19.08.1978
38.02		Øvind Johansen, Moss IL	(35)	Sandvika	05.10.1985
		(60)			
37.80		Svein Erik Husby, Vestre Slidre IL	(47)	Slidrebrenno	17.06.1997
37.78	(1)	Arne Lothe, IL Gular	(38)	Haukås	16.09.1989
37.72		Einar Johan Svendgård, Frol IL	(49)	Gjøvik	19.06.1999
37.68	(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	København, DEN	05.06.1988
37.38		Gunnar Persvold, Ringerike FIK	(32)	Hønefoss	17.08.1985
37.38	(7)	Per Hunn, Sarpsborg IL	(40)	Kristiansand	11.08.1990
37.34	(4)	Arvid Bjørgum, Skaun IL	(42)	Bjørkelangen	08.08.1992
37.22	(13)	Håvard Lund, Aurskog-Høland FIL	(24)	Viareggio, ITA	15.09.1978
37.14	(4)	Kjell Grønning, Eidsvåg IL	(26)	Sandane	26.07.1980
37.10		Harald Støland, IF Hellas	(29)	Spikkestad	31.08.1980
		(70)			

37.08	(1)	Helge Heiberg Andersen, Stord T&IL	(43)	Leirvik	18.09.1995
37.02	(7)	Bjarte Holmeide, Tingvoll FIK	(44)	Tønsberg	10.08.1996
36.96		Jan Sagmo, Overhalla IL	(24)	Rissa	.1977
36.54		Øyvind Wæraas, IL i BUL-Tromsø	(39)	Finnfjordbotn	10.09.1989
36.34	(1)	Pål Ivar Holm, FIK BFG Fana	(60)	Florø	14.08.2010
36.26	(m)	Hermod Flaaen, IL Valder	(57)	Ljubljana, SLO	30.07.2008
36.22	(1)	Jakob Eirik Lothe, Gloppen FIL	(53)	Hyen	20.07.2005
36.22	(1)	Vidar Alexander Ringvold, Veldre Friidrett	(55)	Romedal	27.05.2006
36.14		Jørgen M. Holme, Hyen IL	(31)		.1984
36.12		Gjert Arne Kvaløy, Namsen FIF	(34)		.1988
		(80)			
35.94	(4)	Oddvar Johan Jensen, Ask Friidrett	(50)	Ravnanger	01.07.2000
35.84	(6)	Torolv Røthe, Sparbu IL	(41)	Overhalla	07.08.1993
35.80	(10)	Kjell Børresen, Sandefjord T&IF	(30)	Larvik/Lo	07.08.1981
35.59	(1)	Finn Pedersen, Tvedestrand T&IF	(58)	Vågsbygd	14.09.2008
35.54	(5)	Ole Melum, Jøssund IL	(30)	Sandane	26.07.1980
35.14		Einar Røberg, Søre Trysil IL	(28)	Trysil	29.08.1981
35.10	(8)	Arne Hotvedt, IF Tønsberg-Kameratene	(26)	Spikkestad	19.08.1978

**Diskos / Discus Throw 1.5 kg menn 55-59 år / Men 55-59 years - 33.00**

47.90		Leif Emil Gundersrud, IL Tyrving	(34)	Oslo/So	28.05.1989
47.57	(1)	Arild Busterud, Løten IL	(48)	Tønsberg	01.07.2004
47.04	(2)	Reidar Hagen, Vinstra IL	(23)	Spikkestad	19.08.1978
46.92	(1)	Stein Haugen, Oslo Politis IL	(33)	Haugesund	26.08.1989
46.90	(1)	Kjell Adamski, Sarpsborg IL	(50)	Brumunddal	01.07.2005
46.12		Kurt Fredrik Homme, Fossum IF	(29)	Sandvika	05.09.1985
45.72	(6)	Svein Hytten, Tønsberg FIK	(40)	Malmö, SWE	20.07.1996
45.60		Helge Karl Fosnes, Vennesla IL	(23)	Greipstad	11.05.1979
44.68	(3)	Bjørn Heggelund, HIF/Stein	(38)	Miyazaki, JPN	11.10.1993
44.24	(2)	Kåre Slåttun, Gjerpen IF	(42)	Lillehammer	15.08.1997
		(10)			
43.54		Øivin Eduardsen, Larvik T&IF	(25)	Sandvika	22.08.1981
43.41	(1)	Jan Olav Nystrøm, Malvik IL	(44)	Ravnanger	01.07.2000
43.10		Alf Buch, Tønsberg FIK	(32)	Tønsberg	19.07.1987
43.10	(1)	Per Erling Eide, IF Fram, Larvik	(51)	Sem	06.06.2006
42.96		Tarald Rui, Strømmen IF	(33)	Strømmen	27.09.1989
42.36		Roald Reisvang, SK Vidar	(30)	Sandvika	31.07.1985
42.34	(3)	Olaf Evjenth, IF Torodd	(26)	Larvik/Lo	07.08.1981
42.10		Arne Sæther, Heggedal IL	(31)	Sandvika	06.07.1986
41.94	(2)	Eldar Bergmann, Sykkylven IL	(36)	Byrkjelo	10.08.1991
41.90	(1)	Iver Hole, IL ROS	(44)	Spikkestad	11.10.2003
		(20)			
41.56		Per Stavem, Stabæk IF	(26)	Sandvika	04.07.1981
41.34	(2)	Arne Hegre, Snåsa IL	(33)	Trondheim/Le	30.07.1988
41.16	(1)	Magne T. Moen, IL Trio	(34)	Haukås	16.09.1989
41.01	(1)	Nils Sigurd Glesnes, Lavik IL	(50)	Rygg	30.07.2005
40.99	(5)	Jostein Myrvang, Larvik T&IF	(46)	Eskilstuna, SWE	17.08.2001
40.79	(2)	Knut Dahle, Øystre Slidre IL	(43)	Oslo/St	08.08.1998
40.62	(1)	Egil Thune, Kristiansands IF	(55)	Vågsbygd	09.06.2010
40.47	(2)	Harald Lorentzen, FIK Stein	(44)	Steinkjer	03.07.1999
40.36	(1)	Harry Solberg, Odda IL	(37)	Odda	17.09.1993
40.22	(4)	Reidar Thomassen, IL i BUL-Tromsø	(36)	Byrkjelo	10.08.1991
		(30)			
40.02		Ove Trandem, Lørenskog FIL	(30)	Strømmen	07.10.1985
40.00	(1)	Kjell Grønning, Eidsvåg IL	(26)	Espeland	25.09.1981
39.80		Odd Skuterud, Oslo IL	(32)	Nadderud	22.09.1990
39.78	(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Buffalo, USA	14.07.1995
38.90	(2)	Gunnar Tellevik, Ask IL	(33)	Haukås	16.09.1989
38.88	(1)	Stig Harald Lien, Stjørdal FIK	(53)	Trondheim/St	14.09.2008
38.62	(1)	Arne Lothe, IL Gular	(38)	Odda	27.08.1994
38.60	(2)	Nils Olav Børstad, Namsen FIF	(37)	Heggedal/Gj	29.08.1992
38.20	(1)	Jørund Årdal, Gloppen FIL	(53)	Hyen	16.07.2008
37.94		Rolf Eimhjellen, Hyen IL	(25)	Florø	01.10.1983
		(40)			
37.88	(2)	Harald Nesse, Ringerike FIK	(26)	Lillehammer	21.08.1983
37.46	(4)	Einar Modolf Viken, Hållingen IL	(34)	Overhalla	07.08.1994
37.43	(1)	Frode Ritland, Stord T&IL	(44)	Fana	25.06.2000
37.34	(3)	Kjell Fossen, T&IL Hovding	(39)	Leirvik	06.08.1994
36.76	(2)	Jan Sagmo, Overhalla IL	(24)	Grong	26.08.1979
36.73		Svein Bye, Stavanger IF	(43)	Sandnes	23.05.2001
36.48	(3)	Erling Romstad, Lillehammer IF	(25)	Sandane	26.07.1980
36.46		Jens Løkken, Veldre IL	(35)	Brumunddal	24.09.1991
36.46		Erik Gran, Fossum IF	(36)	Ski	25.05.1992
36.44		Magnar Olden, Frol IL	(26)	Trondheim	03.07.1982
		(50)			

36.20		Erling Svennevik, Siggerud IL	(18)	Sandvika	10.06.1977
36.06		Kåre Berge, Holstad IL	(33)	Rolvstrud	26.05.1990
35.76	(m)	Lars Kristian Bredal, IL Runar	(55)	Sandefjord	09.08.2010
35.70		Vidar Hågensen, Veldre IL	(42)	Løten	29.09.2001
35.68	(m)	Per Hunn, Sarpsborg IL	(40)	Tønsberg	26.08.1995
35.58		Atle Øvre-Eide, Eidsvåg IL	(33)	Knarvik	08.06.1988
35.45	(m)	Svein Erik Husby, Vestre Slidre IL	(47)	Slidrebrenno	27.07.2002
35.25		Ivar Bredholt, Askim IF	(45)		.2000
35.14	(3)	Harold Nordam, Steinkjer I&FK	(22)	Steinkjer	25.07.1981
35.04	(3)	Oddvar Johan Jensen, Ask Friidrett (60)	(50)	Ravnanger	25.06.2005
35.00	(3)	Håvard Lund, Aurskog-Høland FIL	(24)	Turku, FIN	16.09.1979
35.00	(3)	Øystein Tullerud, Oslo IL	(32)	Ålesund	08.08.1987
34.92		Einar Røberg, Søre Trysil IL	(28)	Brumunddal	27.08.1983
34.84	(3)	Arne Bjørn Lunder, Lambertseter IF	(25)	Fana	28.07.1984
34.64		Magne Sund, Lånke IL	(30)		24.06.1987
34.59	(1)	Jakob Eirik Lothe, Gløppen FIL	(53)	Bergen/Sk	23.06.2009
34.56	(3)	Øivind Johansen, Moss IL	(35)	Heggedal/Gj	08.09.1990
34.34	(1)	Jan Norvald Borgen, Os TF	(46)	Ostereidet	18.06.2002
34.24		Jon Rudolf Fossmark, IL Staal	(35)	Jørpeland	24.09.1991
34.16	(4)	Olaf Bjørgen, Ognadal IL (70)	(27)	Mo i Rana	21.07.1985
34.16	(m)	Edgar Henriksen, IL Fri	(51)	Bergen/Sk	14.10.2006
34.10	(4)	Torolv Røthe, Sparbu IL	(41)	Tønsberg	10.08.1996
34.00		Gudmund Skriverøvik, Stryn T&IF	(21)	Balestrand	30.08.1980
33.72		Per Øye, SK Vidar	(30)	Sandvika	18.05.1985
33.64	(5)	Rolf Erlandsen, Volda T&IL	(27)	Fana	28.07.1984
33.54	(5)	Aage Kirkeby, Gjøvik FIK	(30)	Mo i Rana	21.07.1985
33.52	(10)	Erik Sandnes, Snåsa IL	(33)	Trondheim/Le	30.07.1988
33.51	(1)	Helge Heiberg Andersen, Stord T&IL	(43)	Knarvik	13.06.1998
33.20	(3)	Jan Sommerseth, Moss IL	(35)	Göteborg, SWE	08.06.1991
33.10	(m)	Gunnar Erdal-Aase, IL i BUL (80)	(18)	Göteborg, SWE	12.08.1977
33.02	(m)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Buffalo, USA	14.07.1995

**Diskos / Discus Throw 1.5 kg menn 60-64 år / Men 60-64 years - 30.00**

37.76		Jon Sletteberg, Åheim IL	(16)	Høland	01.09.1978
37.76		Alf Buch, Tønsberg FIK	(32)	Tønsberg	30.08.1993
33.90	(2)	Einar A. Sæter, Sunndal IL	(17)	Spikkestad	19.08.1978
33.80	(3)	Erling Svennevik, Siggerud IL	(18)	Spikkestad	19.09.1978
32.82	(4)	Ole Hvamb, Oslo Politis IL	(18)	Spikkestad	19.08.1978
32.68		Rolf Eimhjellen, Hyen IL	(25)		.1985
32.16	(m)55	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Malmö, SWE	22.07.1996
31.04		Willy Finnanger, Namsen FIF	(18)	Namsos	03.08.1980
30.56	(1)	Arne Lothe, FIL AKS-77	(38)	Knarvik	12.02.2000

**Diskos / Discus Throw 1.5 kg menn 65-69 år / Men 65-69 years - 27.00**

40.02		Olav Reppen, Brønnøysund IL	(11)	Brønnøysund	25.05.1978
34.00		Erling Svennevik, Siggerud IL	(18)	Drøbak	28.06.1983
32.63		Eivind Hamre, Vestre Slidre IL	(14)	Slidrebrenno	02.09.1979

**1.6 kg:**

30.38	(2)	Tormod Resell, Løkken IF	(07)	Toronto, CAN	13.08.1975
-------	-----	--------------------------	------	--------------	------------

**Diskos / Discus Throw 1.5 kg menn 70-74 år / Men 70-74 years - 24.00**

39,3		Olav Reppen, Brønnøysund IL	(11)	Brønnøysund	11.09.1982
------	--	-----------------------------	------	-------------	------------

**Diskos / Discus Throw 1.5 kg menn 75-79 år / Men 75-79 years**

24.90		Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Rolvstrud	22.11.1997
23.54		Håvard Lund, Ullensaker/Kisa IL	(24)	Rolvstrud	04.12.1999

**Diskos / Discus Throw 1.5 kg menn 80-84 år / Men 80-84 years**

24.44		Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Rolvstrud	13.11.1999
-------	--	---------------------------	------	-----------	------------

## Diskos / Discus Throw 1.0 kg menn 60-64 år / Men 60-64 years - 33.00

54.20	(1)	Stein Haugen, Oslo Politis IL	(33)	Heggedal/Gj	02.09.1995
52.64	(2)	Leif Emil Gundersrud, Oslo IL	(34)	Heggedal/Gj	28.08.1995
52.59	(1)	Svein Hytten, Tønsberg FIK	(40)	Ravnanger	01.07.2000
52.15	(1)	Jan Olav Nystrøm, Malvik IL	(44)	Kristiansand	26.06.2004
51.93	(m)	Kjell Adamski, Sarpsborg IL	(50)	Heggedal/Ka	28.08.2010
50.11	(3)	Bjørn Heggelund, FIK Stein	(38)	Gateshead, GBR	03.08.1999
49.67	(1)	Arild Busterud, Løten Friidrett	(48)	Tønsberg	16.08.2008
49.28	(1)	Helge Karl Fosnes, Vennesla IL	(23)	Lillehammer	21.08.1983
49.14	(1)	Olaf Evjenth, IF Torodd	(26)	Oslo/Bi	09.08.1986
48.50		Øivin Eduardsen, Larvik T&IF	(25)	Sandvika	19.06.1985
		(10)			
48.30	(3)	Per Stavem, Stabæk IF	(26)	Larvik/Lo	30.06.1989
47.88	(2)	Kurt Fredrik Homme, Fossum IF	(29)	Helsingborg, SWE	10.06.1989
47.58	(2)	Tarald Rui, Lørenskog FIL	(33)	Heggedal/Gj	04.09.1993
47.22	(4)	Einar Røberg, IL Trysilgutten	(28)	Helsingborg, SWE	10.06.1989
46.95	(m)	Knut Dahle, Øystre Slidre IL	(43)	Slidrebrenno	23.07.2005
46.51	(1)	Iver Hole, IL ROS	(44)	Oslo/So	06.11.2004
46.12	(1)	Harald Lorentzen, FIK Stein	(44)	Spikkestad	04.08.2004
45.86		Alf Buch, Tønsberg FIK	(32)	Tønsberg	22.09.1993
45.08	(4)	Harald Nesse, Ringerike FIK	(26)	Oslo/Bi	09.08.1986
44.86		Erling Svennevik, Siggerud IL	(18)	Spikkestad	23.09.1979
		(20)			
44.86	(2)	Harry Solberg, Odda IL	(37)	Steinkjer	03.07.1999
44.18	(1)	Arne Sæther, Heggedal IL	(31)	Ski	23.05.1992
44.16		Harold Nordam, Steinkjer I&FK	(22)	Trondheim	03.07.1982
44.06	(5)	Reidar Thomassen, Oslo IL	(36)	Lillehammer	15.08.1997
44.04		Jon Sletteberg, IL Vestar	(16)	Sandvika	19.07.1980
44.04	(1)	Gunnar Tellevik, Ask IL	(33)	Bergen/Sk	06.07.1993
43.92	(1)	Ola Gjøl, Fana IL	(19)	Sandane	26.07.1980
43.66	(3)	Einar Modolf Viken, Hållingen IL	(34)	Leirvik	06.08.1994
43.54	(1)	Reidar Syversen, IL Stjørdals-Blink	(16)	Grong	26.08.1979
42.80	(3)	Arne Hegre, Snåsa IL	(33)	Overhalla	07.08.1993
		(30)			
42.59	(2)	Nils Sigurd Glesnes, FIL AKS-77	(50)	Florø	14.08.2010
42.12		Rolf Eimhjellen, Hyen IL	(25)	Hyen	17.09.1987
41.84	(4)	Einar A. Sæter, Sunndal IL	(17)	Viareggio, ITA	16.09.1978
41.80		Håvard Lund, Aurskog-Høland FIL	(24)	Sandvika	27.10.1985
41.76	(4)	Jostein Myrvang, Larvik T&IF	(46)	Geithus	01.07.2006
41.48	(m)	Jan Norvald Borgen, Os TF	(46)	Bergen/Sk	13.10.2007
41.40	(m)	Kjartan Sølberg, Sandefjord T&IF	(36)	Vanse	06.08.2000
41.26		Magne Sund, Lånke IL	(30)	Midtkiløra	21.06.1990
41.02		Odd Skuterud, Oslo IL	(32)	Oslo/So	19.09.1992
41.00		Jan Rudolf Fossmark, IL Staal	(35)	Jørpeland	13.06.1995
		(40)			
40.92		Arne Bjørn Lunder, Lambertseter IF	(25)	Oslo/Bi	30.05.1987
40.79	(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Huddinge, SWE	28.06.1998
40.66		Gudmund Skrivervik, Stryn T&IL	(21)	Sandane	23.06.1985
40.54	(3)	Per Andenæs, Gloppen FIL	(50)	Florø	14.08.2010
39.98		Dreng Tveiten, Greipstad IL	(22)	Vågsbygd	29.06.1983
39.95	(5)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Steinkjer	03.07.1999
39.94		Jørgen Holme, Hyen IL	(31)	Hyen	19.06.1992
39.86		Andreas Eldnes, Frol IL	(19)	Frol	17.06.1980
39.82		Kåre Berge, Ski IL	(33)	Oslo/La	29.08.1995
39.60	(m)	Nils Olav Børstad, Namsen FIF	(37)	Huddinge, SWE	27.06.1998
		(50)			
39.32	(1)	Arne Lothe, FIL AKS-77	(38)	Hyen	16.07.2000
38.82		Kristian Hegg, Sem IF	(25)	Høyjord	30.08.1989
38.70		Magne Føleide, Florø T&IF	(37)	Florø	20.08.1997
38.60		Jostein Haraldseid, Bækkelaget SK	(35)	Oslo/La	29.08.1995
38.44		Eilif Nystad, IL Stålkameratene	(24)	Mo i Rana	13.06.1987
38.40		Olaf Bjørgen, Ogn dal IL	(27)	Namsos	27.08.1988
38.28		Louis Kristiansen, Tjølling IF	(18)	Tjølling	12.09.1982
38.19	(1)	Oddvar Johan Jensen, Ask Friidrett	(50)	Bergen/Sk	04.05.2010
38.18		Hans Øverland, Høybråten & Stovner IL	(24)	Oslo/La	22.09.1985
38.17	(1)	Frode Ritland, Stord IL	(44)	Bergen/Sk	22.10.2005
		(60)			
38.13	(1)	Svein Bye, Stavanger IF	(43)	Stavanger	15.05.2003
38.12	(3)	Gunnar Bolset, Førde IL	(39)	Stjørdal	02.08.2003
37.80	(m)	Gunnar Erdal-Aase, IL i BUL	(18)	Hannover, GER	30.07.1979
37.70	(2)	Audun Holme, Førde IL	(36)	Knarvik	08.09.1996
37.68		Ole Hvamb, Oslo Politis IL	(18)	Oslo/St	21.08.1982
37.62	(1)	Magne T. Moen, IL Trio	(34)	Husnes	24.09.1995
37.60	(4)	Kjell Fossen, IL Fri	(39)	Ravnanger	01.07.2000
37.56	(6)	Jan Sommerseth, Moss IL	(35)	Heggedal/Gj	02.09.1995
37.30		Øystein Tullerud, Oslo IL	(32)	Heggedal	29.08.1992
37.22		Sverre Hartveit, Osterøy IL	(22)		.1985
		(70)			

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

37.13	(1)	Tore Macody Lund, GTI	(48)	Egersund	02.10.2010
37.12	(6)	Øyvind Wæraas, IL Norodd	(39)	Steinkjer	03.07.1999
36.95	(1)	Vidar Hågensen, Veldre IL	(42)	Løten	28.09.2002
36.88	(7)	Kåre Sommerseth, Moss IL	(35)	Heggedal/Gj	02.09.1995
36.80		Karoly Greff, Rana FIK	(37)	Mo i Rana	08.09.1998
36.77	(2)	Lars Rogne, Laksevåg T&IL	(44)	Bergen/Sk	05.07.2005
36.64	(4)	Arnt Aamodt, IF Graabein	(23)	Lillehammer	21.08.1983
36.50	(1)	Helge Heiberg Andersen, Stord IL	(43)	Sveio	10.06.2003
36.45		Sverre Øfstaas, Moelven IL	(39)	Rena	05.06.1999
36.38	(1)	Oddvar Johnsen, Ski IL	(42)	Ski	26.06.2002
		(80)			
36.24	(2)	Kai Hole, IL Flint	(42)	Tønsberg	21.08.2003
36.14		Ola Mjellum, Hyen IL	(21)	Hyen	01.08.1981
36.06	(1)	Alf Alsaker, Fana IL	(39)	Bergen/Sk	22.08.2000
36.04		Henry Fossum, Vestre Slidre IL	(21)	Beitostølen	13.06.1981
36.02	(9)	Kristen Setsaas, Selbu IL	(16)	Göteborg, SWE	08.08.1977
35.98	(1)	Arne Reigstad, FIL AKS-77	(50)	Bergen/Sk	27.07.2010
35.88	(1)	Bjarne Myklebust, IL Fri	(19)	Valestrandfossen	11.09.1980
35.88		Arne Hotvedt, Tønsberg FIK	(26)	Tjølling	14.06.1986
35.82		John Roger Bjørheim, Kristiansands IF	(34)	Vågsbygd	18.05.1994
35.80	(6)	Roald Skåre, Skjåk IL	(28)	Kristiansand	11.08.1990
		(90)			
35.65		Roald Gjetmundsen, Lørenskog FIL	(42)	Lørenskog	06.10.2005
35.64		Per Gundersrud, Oslo IL	(23)	Sandvika	06.08.1986
35.60	(1)	Trygve Kåre Tanberg, Sømna IL	(43)	Vik i Helgeland	23.08.2007
35.54		Agnar Hatteland, Klepp IL	(19)	Klepp	09.06.1979
35.54		Anton Bøe, Vestre Slidre IL	(35)	Vestre Slidre	20.07.1996
35.46	(1)	Rolf Erlandsen, Volda T&IL	(27)	Hyen	16.09.1989
35.46		Torolv Røthe, Sparbu IL	(41)	Inderøy	27.08.2001
35.36	(13)	Joralf Gran, Inderøy IL	(37)	Lillehammer	15.08.1997
35.28		Asbjørn Reigstad, Osterøy IL	(18)	Valestrandfossen	25.09.1981
35.27	(1)	Tore Sørlie, IL i BUL-Tromsø	(47)	Tromsø	08.09.2007
		(100)			
35.26		Lars Vassli, Liabygda IL	(31)	Molde	25.06.1994
35.14	(8)	Harald Solbakk, Brønnøysund IL	(25)	Oslo/Bi	09.08.1986
35.10		Erling Romstad, Lillehammer IF	(25)	Lillehammer	02.10.1987
35.08		Wilhelm K. Trym, Stavanger IF	(33)	Egersund	28.09.1996
35.04	(7)	Erling Soløy Nilsen, Rana FIK	(33)	Overhalla	07.08.1993
34.96		Bernt Bye, Veldre IL	(30)	Brumunddal	24.09.1991
34.86	(6)	Øivind Johansen, Moss IL	(35)	Heggedal/Gj	07.09.1996
34.79	(3)	Erik Gran, Heggedal IL	(36)	Heggedal/Gj	29.08.1998
34.77	(4)	Oddbjørn Bergheim, IL Samhald	(50)	Florø	14.08.2010
34.72		Jakob Rypdal, Tresfjord IL	(26)	Torvikbukt	28.08.1988
		(110)			
34.68	(7)	Gunnar Værnes, Oslo IL	(35)	Heggedal/Gj	07.09.1996
34.66	(1)	Atle Øvre-Eide, IL Norna-Salhus	(33)	Bergen/Sk	20.07.1993
34.65		Arvid Bjørgum, Skaun IL	(42)	Skaun	28.07.2005
34.62		Sverre Børstad, IL Hållingen	(22)	Grong	28.08.1986
34.42	(5)	Arne Lorentzen, IF Torodd	(22)	Stavanger	28.08.1982
34.41	(1)	Ivar Bredholt, Askim IF	(45)	Halden	10.09.2005
34.28	(1)	Per Kristian Lundby, Gloppen FIL	(48)	Leicester, GBR	05.09.2010
34.20		Kåre Holmen, IL Valder	(39)	Tresfjord	25.06.2000
34.20		Normann Ryan jr, Ogdal IL	(45)	Steinkjer	23.09.2006
33.98		Gunnar Olav Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Tolvsrød	18.09.2001
		(120)			
33.94	(11)	Kjell Egge, IL Flint	(25)	Larvik/Lo	30.06.1989
33.88		Lars Opsal, Mo IL	(24)	Mo i Rana	30.06.1985
33.83	(1)	Per Helge Iversen, Laksevåg T&IL	(49)	Bergen/Sk	07.07.2009
33.82		Håkon Tinholt, SK Oslo-Ørn	(24)		.1987
33.80		Einar O. Vevle, Osterøy IL	(19)	Osterøy	02.10.1983
33.80		Asbjørn Eidnes, IK Hind	(21)	Harstad	03.10.1984
33.78		Trygve Syversen, Ski IL	(22)	Ski	10.05.1982
33.76	(m)	Thorleif Brathagen, Heggedal FIK	(44)	Tønsberg	29.04.2006
33.75	(1)	John Storetvedt, IL Gular	(40)	Bergen/Sk	23.10.2004
33.73	(m)	Kjell Jønnum, Steinkjer FIK	(45)	Oslo/So	04.06.2005
		(130)			
33.66		Eyvind Viken, Oslo IL	(18)	Sandvika	10.10.1982
33.60	(1)	Gunnar Helland, IL Trio	(38)	Husnes	29.05.2002
33.55		Bjørn Dystebakken, Lillehammer IF	(40)	Løten	27.07.2000
33.49	(1)	Reidar Dahl, Ski IL	(48)	Ski	03.10.2009
33.38	(1)	Arnulf Aa, Gloppen FIL	(49)	Byrkjelo	06.08.2009
33.32		Gudbrand Moen, IF Sturla	(19)	Spikkestad	03.07.1983
33.18		Olaf Anundskås, SK Snøgg	(24)	Notodden	03.08.1987
33.18	(7)	Kjell Børresen, Sandefjord T&IF	(30)	Kristiansand	11.08.1990
33.01	(1)	Kristian Nese, Ask Friidrett	(42)	Ravnanger	13.05.2002

## Diskos / Discus Throw 1.0 kg menn 65-69 år / Men 65-69 years - 31.00

50.49	(m)	Svein Hytten, Tønsberg FIK	(40)	Lyngdal	24.09.2005
48.88	(1)	Leif Emil Gundersrud, Oslo IL	(34)	Jessheim	16.10.1999
48.18		Olav Røppen, Brønnøysund IL	(11)	Brønnøysund	10.08.1978
48.18	(1)	Stein Haugen, Oslo Politis IL	(33)	Heggedal/Gj	29.08.1998
46.50	(1)	Per Stavem, Oslo IL	(26)	Heggedal/Gj	02.09.1995
46.40	(2)	Kurt Fredrik Homme, Fossum IF	(29)	Heggedal/Gj	02.09.1995
45.76	(m)	Einar Røberg, IL Trysilgutten	(28)	Heggedal/Gj	20.08.1994
45.14	(m)	Knut Dahle, Øystre Slidre IL	(43)	Malmö, SWE	05.09.2008
44.78		Tarald Rui, Lørenskog FIL	(33)	Rolvsrud	27.05.1999
44.48	(1)	Jan Olav Nystrøm, Malvik IL	(44)	Florø	14.08.2010
		(10)			
44.32		Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Sandvika	25.05.1985
43.82	(1)	Gunnar Tellevik, Ask Friidrett	(33)	Bergen/Sk	04.05.1998
43.74		Jon Sletteberg, IL Vestar	(16)	Sandvika	22.08.1981
43.14	(1)	Ola Gjøl, Fana IL	(19)	Fana	28.07.1984
43.06	(2)	Olaf Evjenth, IF Torodd	(26)	Bjørkelangen	08.08.1992
42.52		Arne Sæther, Heggedal IL	(31)	Ski	22.07.1998
42.44	(1)	Helge Karl Fosnes, Vennesla IL	(23)	Haugesund	26.08.1989
42.25	(1)	Bjørn Heggelund, FIK Stein	(38)	Geithus	01.07.2006
41.56		Harald Nesse, Ringerike FIK	(26)	Ski	09.09.1991
41.55		Reidar Thomassen, Oslo IL	(36)	Heggedal/Gj	14.05.2001
		(20)			
41.53	(3)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Eskilstuna, SWE	17.08.2001
41.44		Øivin Eduardsen, Larvik T&IF	(25)	Oslo/So	13.07.1991
41.04	(3)	Reidar Syversen, IL Stjørdals-Blink	(16)	Larvik/Lo	07.08.1981
40.98	(1)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Tønsberg	11.10.2003
40.74		Harold Nordam, Steinkjer FIK	(22)	Beitstad	05.09.1987
40.58		Rolf Eimhjellen, Gloppen FIL	(25)	Hyen	29.09.1991
40.52		Eivind Hamre, Vestre Slidre IL	(14)	Slidrebrenno	09.09.1981
40.42		Alf Buch, Tønsberg FIK	(32)	Sem	12.06.1999
40.33		Gunnar Bolset, Førde IL	(39)	Hyen	11.08.2004
40.18	(5)	Arne Bjørn Lunder, Oslo IL	(25)	Budapest, HUN	04.07.1990
		(30)			
39.60	(2)	Gudmund Skrivervik, Stryn T&IL	(21)	Oslo/Bi	09.08.1986
39.50		Ole Hvamb, Oslo Politis IL	(18)	Sandvika	21.07.1984
39.32	(6)	Rolf Erlandsen, Volda T&IL	(27)	Ski	23.05.1992
39.14	(1)	Bjarne Sæther, IL Vindbjart	(27)	Leirvik	06.08.1994
39.14		Magne Sund, Lånke IL	(30)	Stjørdal	09.07.1995
39.06	(5)	Oluf Bjerck, Florø T&IF	(21)	Pori, FIN	31.07.1987
38.92		Kristian Hegg, Sem IF	(25)	Tjølling	27.05.1993
38.51		Kåre Berge, Ski IL	(33)	Oslo/La	27.08.1998
38.12		Reidar Sandnes, Larvik FIK	(22)	Tjølling	16.09.1987
37.78		Andreas Eldnes, Frol IL	(19)	Steinkjer	10.07.1984
		(40)			
37.59		Jon Rudolf Fossmark, IL Staal	(35)	Sandnes	28.06.2000
37.39	(5)	Ingvardt Sandsund, Steinkjer FIK	(34)	Steinkjer	03.07.1999
37.35		Olav Zachariassen, Flekkefjord IF	(32)	Vågsbygd	03.09.1998
37.26	(1)	Iver Hole, IL ROS	(44)	Sæby, DEN	30.10.2010
37.20		Louis Kristiansen, Tjølling IF	(18)	Tjølling	16.09.1987
37.10	(5)	Gunnar Erdal-Aase, IL i BUL	(18)	San Juan, PUR	.1983
37.02	(m)	Dagfinn Breide, Lillehammer IF	(10)	Göteborg, SWE	12.08.1977
36.78	(4)	Asbjørn Reigstad, Osterøy IL	(18)	Oslo/Bi	09.08.1986
36.66	(4)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Stjørdal	02.08.2003
36.55	(1)	Kurt Jan Wathne, IL Skjalg	(42)	Stavanger	03.08.2007
		(50)			
36.44	(3)	Olaf Bjørgen, Ognadal IL	(27)	Overhalla	07.08.1993
36.42		Odd Skuterud, Oslo IL	(32)	Oslo/Tr	16.06.1997
36.36		Rolf Schönheyder, IF Kamp-Vestheim	(13)	Sandvika	15.08.1981
36.32	(1)	Einar A. Sæter, Sunndal IL	(17)	Stavanger	28.08.1982
36.20	(1)	Kjell Fossen, IL Fri	(39)	Bergen/Sk	02.08.2004
35.94	(m)	Håvard Lund, Aurskog-Høland FIL	(24)	Eugene, USA	28.07.1989
35.94	(1)	Håkon Tinholt, Oslo IL	(24)	Heggedal/Gj	08.09.1990
35.88		Leif Bergheim, Breimsbygda IL	(23)		.1987
35.58	(m)	Jan Sommerseth, Moss IL	(35)	Moss	22.06.2001
35.56	(1)	Aksel Rosland, Orre IL	(39)	Sola	14.10.2008
		(60)			
35.42	(7)	Harald Tveitkåsa, IL Tørn	(25)	Huddinge, SWE	02.07.1993
35.40		Jørgen Holme, Gloppen FIL	(31)	Hyen	24.09.1996
35.24		Kåre Bjørlo, IL Staal	(28)	Jørpeland	16.06.1994
35.19	(1)	Kåre Sommerseth, Moss IL	(35)	Halden	19.09.2002
34.96		Thorleif Thorsen, Sk Snøgg	(19)	Notodden	02.07.1984
34.62	(3)	Gunnar Olav Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Heggedal/Gj	30.08.2003
34.55	(1)	Trygve Kåre Tanberg, Sømna IL	(43)	Vik i Helgeland	20.09.2008
34.48	(9)qB	Øystein Tullerud, Oslo IL	(32)	Durban, RSA	22.07.1997
34.41	(1)	Vidar Hågensen, Veldre Friidrett	(42)	Løten	28.06.2007
34.36		Per Gundersrud, Oslo IL	(23)		.1988
		(70)			



34.30		Gudbrand Moen, IF Sturla	(19)	Drammen	03.08.1984
34.12		Asbjørn Eidnes, IK Hind	(21)	Harstad	19.09.1988
34.11	(1)	Gunnar Helland, IL Trio	(38)	Husnes	30.07.2003
34.00	(6)	Einar Modolf Viken, IL Hållingen	(34)	Stjørdal	02.08.2003
33.92	(1)	Arne Lothe, Gloppen FIL	(38)	Hyen	13.07.2003
33.90	(3)	Kristen Setsaas, Selbu IL	(16)	Stavanger	28.08.1982
33.84		Eyvind Viken, Oslo IL	(18)	Sokna	27.08.1983
33.74		Ola Mjelle, Hyen IL	(21)		.1986
33.74		Sverre Hartveit, Osterøy IL	(22)	Osterøy	04.07.1987
33.72		Johannes Røed, Modum FIK	(19)	Geithus	21.09.1986
		(80)			
33.64		Henry Fossum, Sylling IF	(21)	Vestre Slidre	06.07.1986
33.46	(33)60	Wilhelm K. Trym, Stavanger IF	(33)	Cesenatico, ITA	12.09.1998
33.42	(5)	Kåre Holmen, IL Valder	(39)	Geithus	01.07.2006
33.38	(1)	Kai Hole, Tønsberg FIK	(42)	Tønsberg	15.09.2010
33.35	(3)	Erik Gran, Heggedal Veteran FIK	(36)	Heggedal/Gj	13.08.2001
33.30		Odd Sakslind, Romedal IL	(24)	Brumunddal	02.09.1989
33.22		Olav Jøssing, IL Yrjar	(11)	Bjugn	07.06.1980
33.21	(1)	Frode Ritland, Stord IL	(44)	Knarvik	10.10.2009
33.00		Anders Bjørkås, Vennesla IL	(10)	Vennesla	29.06.1977
32.96		Ole Mjelde, Osterøy IL	(17)		.1982
		(90)			
32.82	(2)	Tore Olsen, Hannevikas IL	(41)	Vågsbygd	14.09.2008
32.66		Kjell Egge, IL Flint	(25)	Sem	30.08.1990
32.59		Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Oslo/St	09.09.2000
32.58	(6)	John Storetvedt, IL Gular	(40)	Ravnanger	25.06.2005
32.54		Einar O. Veve, Osterøy IL	(19)	Osterøy	04.07.1987
32.49	(1)	Alf Alsaker, FIK BFG Fana	(39)	Bergen/Sk	22.06.2004
32.48	(1)	Robert Keig Stallmann, AK Fryktløs	(39)	Østre Greverud	05.06.2006
32.46		Kåre Skailand, IL Skjalg	(33)	Stavanger	22.09.1998
32.38		Alf R. Bjercke, Ready	(21)	Sandvika	27.09.1986
32.36	(m)	Anton Bøe, Vestre Slidre IL	(35)	Slidrebrenno	27.07.2002
		(100)			
32.30		Kåre Skailand, IL Skjalg	(33)	Sandnes	27.09.2001
32.28		Sverre Børstad, IL Hållingen	(22)	Namsos	16.09.1987
32.22	(1)	Bjarne Myklebust, IL Fri	(19)	Espeland	28.09.1988
32.21	(m)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Oslo/So	20.05.2000
32.20		Olav Nyvoll, Hannevikas IL	(16)	Vågsbygd	14.07.1982
32.20	(1)	Osvald Kalland, Osterøy IL	(24)	Haus	16.08.1989
31.94		Aksel Lunner, Aurskog-Høland FIL	(20)	Løken	25.09.1985
31.92		Lornts Heimdal, Sparbu IL	(19)	Overhalla	22.07.1984
31.86		Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Sandvika	22.08.1981
31.84	(6)	Livar Brandvik, IL Yrjar	(19)	Ålesund	08.08.1987
		(110)			
31.84		Louis Støve, Kvinesdal IL	(21)	Kvinesdal	21.08.1990
31.82		Arnt Aamodt, IF Graabein	(23)		.06.1989
31.70	(1)	Dagfinn Stenvold, IL Pioner	(40)	Finnfjordbotn	21.09.2009
31.60	(1)	Kjell Jønnum, Steinkjer FIK	(45)	Levanger	26.06.2010
31.36	(8)	Øyvind Wæraas, IL Norodd	(39)	Kristiansand	26.06.2004
31.14	(4)	Aasmund Sandnes, IF Urædd	(16)	Stavanger	28.08.1982
31.14	(m)	Øivind Johansen, Moss IL	(35)	Oslo/La	25.08.2001
31.12	(1)	Birger Knapstad, Vossaalliansen	(34)	Voss	14.06.2000
31.10		Willy Finnanger, Namsen FIF	(18)	Stjørdal	12.07.1987
<b>Diskos / Discus Throw 1.0 kg menn 70-74 år / Men 70-74 years - 27.50</b>					
47.70		Olav Reppen, Brønnøysund IL	(11)	Brønnøysund	11.09.1982
43.14	(1)	Svein Hytten, Tønsberg FIK	(40)	Tønsberg	15.09.2010
42.62	(1)	Leif Emil Gundersrud, Oslo IL	(34)	Heggedal/Gj	28.08.2004
42.22		Helge Karl Fosnes, IL Vindbjart	(23)	Vågsbygd	13.09.1995
42.02	(1)	Stein Haugen, Oslo Politis IL	(33)	Heggedal/Gj	30.08.2003
41.28	(2)	Per Stavem, Oslo IL	(26)	Lillehammer	15.08.1997
41.24		Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Oslo/So	13.10.1990
41.02	(1)	Ola Gjøl, Torvikbukta IL	(19)	Budapest, HUN	04.07.1990
41.00	(2)	Tarald Rui, Lørenskog FIL	(33)	Kristiansand	26.06.2004
40.79	(5)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Misano, ITA	07.09.2007
		(10)			
39.96		Gudmund Skriverik, Hornindal IL	(21)	Hornindal	23.06.1991
39.50	(1)	Gunnar Tellevik, Ask Friidrett	(33)	Fana	12.08.2003
39.41		Einar Røberg, IL Trysilgutten	(28)	Oslo/So	23.05.1998
39.10	(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	San Giovanni, ITA	05.09.2007
38.90		Eivind Hamre, Vestre Slidre IL	(14)	Beitostølen	25.06.1985
38.80		Kurt Fredrik Homme, Fossum IF	(29)	Rolvstrud	27.05.1999
38.64	(1)	Bjørn Heggelund, FIK Stein	(38)	Hammerfest	27.08.2008
38.28		Kåre Berge, Ski IL	(33)	Ski	12.05.2003
38.17		Arne Sæther, Heggedal Veteran FIK	(31)	Jessheim	28.05.2001
37.67	(1)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Egersund	02.10.2010
		(20)			

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

37.49	(1)	Reidar Thomassen, Oslo IL	(36)	Ski	11.06.2007
37.16		Arne Bjørn Lunder, Oslo IL	(25)	Oslo/So	29.08.1995
36.70	(4)65	Tormod Resell, Løkken IF	(07)	Göteborg, SWE	08.08.1977
36.43		Magne Sund, Lånke IL	(30)	Sparbu	16.09.2000
36.00		Kristian Hegg, Tønsberg FIK	(25)	Tønsberg	16.05.1995
35.94	(m)	Harald Tveitkåsa, IL Tørn	(25)	Oslo/La	31.08.1996
35.74	(2)	Asbjørn Reigstad, Osterøy IL	(18)	Haugesund	26.08.1989
35.66		Alf Buch, Tønsberg FIK	(32)	Tønsberg	02.09.2002
34.99	(5)	Gunnar Bolset, Førde IL	(39)	Moss	22.08.2009
34.90		Frantz Leonard-Nilsen, Oslo IL	(16)	Sandvika	25.06.1986
		(30)			
34.68		Håvard Lund, Ullensaker/Kisa IL	(24)	Rolvstrud	15.09.1994
34.34	(2)	Dagfinn Breide, Lillehammer IF	(10)	Sandane	26.07.1980
34.34		Olav O. Reigstad, Osterøy IL	(12)	Knarvik	02.06.1985
34.32		Harold Nordam, Steinkjer FIK	(22)		.1992
34.06		Jørgen M. Holme, Gloppen FIL	(31)	Rygg	17.10.2001
33.92		Willy Finnanger, Overhalla IL	(18)		.1988
33.42	(2)	Olav Jøssing, IL Yrjar	(11)	Steinkjer	25.07.1981
33.33	(2)	Odd Skuterud, Oslo IL	(32)	Askim	29.06.2002
33.10		Anders Bjørkås, Vennesla IL	(10)	Vennesla	04.10.1982
32.90		Louis Støve, Kvinesdal IL	(21)	Lyngdal	29.10.1993
		(40)			
32.78	(2)	Aksel Rosland, Orre IL	(39)	Egersund	10.09.2009
32.56		Kåre Bjørlo, IL Staal	(28)	Stavanger	22.09.1998
32.52		Leif Bergheim, Gloppen FIL	(23)	Reed	23.04.1993
32.36		Carsten Merling, Oslo IL	(12)	Sandvika	12.10.1985
32.16		Sverre Dale, FIL AKS-77	(12)	Fana	19.06.1985
32.16		Finn Torgersen, Otra IL	(20)	Lyngdal	29.10.1993
32.10		Asbjørn Eidnes, IK Hind	(21)	Harstad	30.09.1992
32.01	(5)	Einar Modolf Viken, IL Hållingen	(34)	Geithus	01.07.2006
31.92	(m)	Gunnar Olav Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Sandefjord	14.06.2008
31.85	(1)	Kåre Sommerseth, Moss IL	(35)	Halden	18.08.2005
		(50)			
31.76	(4)	Olav Zachariassen, Flekkefjord IF	(32)	Askim	29.06.2002
31.76		Kåre Skailand, IL Skjalg	(33)	Sandnes	09.07.2003
31.56		Ragnar Roel, Oslo IL	(14)	Sandvika	15.09.1985
31.43	(1)	Johannes Baardsen, GTI	(37)	Leirvik	30.06.2010
31.36	(4)	Livar Brandvik, IL Yrjar	(19)	Haugesund	26.08.1989
31.32	(1)	Bjarne Myklebust, IL Fri	(19)	Fana	27.07.1989
31.20		Rolf Eimhjellen, Gloppen FIL	(25)	Hyen	07.09.1995
31.16	(1)	Martinius Lekve, Odda IL	(12)	Odda	27.04.1983
31.11	(7)	Kåre Holmen, IL Valder	(39)	Moss	22.08.2009
31.00	(5)	Birger Haug, Verdal IL	(08)	Viareggio, ITA	16.09.1978
		(60)			
30.92		Kaare Meidell Sundal, Stabæk IF	(13)	Sandvika	09.05.1987
30.62	(4)	Kristen Setsaas, Selbu IL	(16)	Oslo/Bi	09.08.1986
30.52		Oluf Bjerck, Florø T&IF	(21)	Bismo	29.08.1992
30.50		Olav T. Meisingset, IL Molde-Olymp	(22)	Meisingset	30.08.1992
30.36	(1)	Øivind Johansen, Moss IL	(35)	Moss	11.07.2005
30.33	(1)	Ingvardt Sandsund, Steinkjer FIK	(34)	Steinkjer	08.06.2004
30.15	(6)	Wilhelm K. Trym, Stavanger IF	(33)	Kristiansand	26.06.2004
30.14		Jostein Utheim, Gloppen FIL	(20)	Hyen	21.06.1991
30.03	(1)	Gunnar Helland, IL Trio	(38)	Husnes	03.06.2009
29.90		Kåre Reppen, Brønnøysund IL	(12)	Brønnøysund	29.09.1984
		(70)			
29.68	(5)	Trygve Gullesten, Haugesund IL	(18)	Haugesund	26.08.1989
29.66		Henry Fossum, Sylling IF	(21)	Slidrebrenno	03.08.1991
29.65	(2)	Jan Sommerseth, Moss IL	(35)	Halden	04.08.2005
29.54	(2)	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Ski	11.06.2008
29.40		Erling Andersen, IL Korlevoll	(15)	Odda	24.09.1985
29.36		Kjell Egge, IL Fiint	(25)	Tønsberg	14.07.1997
29.32	(1)	Sverre Hartveit, Osterøy IL	(22)	Haus	18.08.1993
29.26		Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Sandvika	23.06.1984
29.26	(7)	Einar O. Vevle, Osterøy IL	(19)	Byrkjelo	10.08.1991
29.24		Lornets Heimdal, Sparbu IL	(19)	Inderøy	22.07.1990
		(80)			
29.20		Bjarne Eieland, Hannevikas IL	(25)	Søgne	25.05.1996
29.13	(3)	Olaf Bjørgen, Ogndal IL	(27)	Steinkjer	04.07.1999
28.82	(7)	John Roger Bjørheim, Kristiansands IF	(34)	Kristiansand	26.06.2004
28.78		Einar Ladehaug, IF Graabein	(14)	Holmsbu	23.06.1984
28.70		Sverre Sundal, IF Urædd	(09)	Kragerø	21.09.1980
28.60		Per Gundersrud, Oslo IL	(23)	Oslo/So	28.07.1993
28.58	(1)	Kjell Fossen, IL Fri	(39)	Knarvik	27.03.2010
28.56		Nils Valestrand, Osterøy IL	(11)	Valestrandfossen	15.08.1982
28.54		Johannes Røed, Modum FIK	(19)		01.06.1989
28.41	(1)	Alf Alsaker, IL Fri	(39)	Knarvik	10.10.2009
		(90)			

28.27	(m)	Øystein Tullerud, Oslo Politis IL	(32)	Heggedal/Gj	21.08.2004
28.19	(1)	Halldor Helland, IL Trio	(32)	Husnes	14.08.2002
28.13		Thor Nordam, Oslo IL	(28)	Oslo/So	29.05.1999
28.06		Aksel Ellefsen, Kragerø IF	(12)	Kragerø	18.09.1982
28.06	(2)	Erik Gran, Heggedal FIK	(36)	Jessheim	20.09.2010
27.98		Sigurd Nordbø, Lindås IL	(18)	Knarvik	08.06.1988
27.98		Agnar Hatteland, Klepp IL	(19)	Bryne	17.06.1989
27.94		Gudbrand Moen, Vestre Slidre IL	(19)	Slidrebrenno	03.08.1991
27.92	(1)	Einar Hagen, Os TF	(16)	Os	22.09.1988
27.84	(1)	John Arve Johansen, Ullensaker/Kisa IL	(36)	Jessheim	21.08.2007
		(100)			
27.76	(1)	Osvold Kalland, Mjøsdalen IL	(24)	Odda	27.08.1994
27.74		Bjarne Johansen, Sparbu IL	(10)	Stjørdal	02.07.1983
27.68		Olav Nyvoll, Hannevikas IL	(16)	Vågsbygd	03.06.1987
27.65	(3)	Harry Tvedt, IL Gular	(33)	Knarvik	25.08.2007
27.56	(m)	Bjarne Bryntesen, IF Sturla	(12)	Malmö, SWE	30.07.1986
27.50		Lars Opsal, Rana FIK	(24)	Saghakken	29.09.1994

**Diskos / Discus Throw 1.0 kg menn 75-79 år / Men 75-79 years - 22.50**

39.78		Helge Karl Fossnes, Kristiansands IF	(23)	Vågsbygd	20.09.1999
38.06	(1)	Ola Gjul, Torvikbukta IL	(19)	Buffalo, USA	16.07.1995
37.42	(1)	Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Heggedal/Gj	04.09.1993
37.32	(2)	Olav Reppen, Brønnøysund IL	(11)	Malmö, SWE	29.07.1986
36.02	(2)	Leif Emil Gundersrud, Oslo IL	(34)	Huddinge, SWE	27.06.2009
34.74		Eivind Hamre, Vestre Slidre IL	(14)	Slidrebrenno	04.08.1990
34.57	(1)	Arne Sæther, Heggedal FIK	(31)	Spikkestad	24.07.2006
34.48		Gudmund Skriverøvik, Gloppen FIL	(21)	Lillehammer	15.08.1997
34.26	(1)	Gunnar Tellevik, Ask Friidrett	(33)	Fana	30.07.2008
33.92	(1)	Per Stavem, Fossum IF	(26)	Heggedal/Gj	01.09.2001
		(10)			
33.74		Frantz Leonard-Nilsen, Oslo IL	(16)	Byrkjelo	10.08.1991
33.67	(m)	Arne Bjørn Lunder, Oslo IL	(25)	Heggedal/Gj	26.08.2000
33.34	(2)	Kaare Solnørdal, Malvik IL	(06)	Strasbourg, FRA	15.07.1982
33.17		Kurt Fredrik Homme, Fossum IF	(29)	Oslo/So	10.09.2005
33.10	(1)	Olav O. Reigstad, Osterøy IL	(12)	Ålesund	08.08.1987
32.48	(2)	Einar A. Sæter, Sunndal IL	(17)	Kristiansand	01.07.1992
32.14	(1)	Asbjørn Reigstad, Osterøy IL	(18)	Florø	28.06.1997
32.10		Kaare Meidell Sundal, Stabæk IF	(13)	Sandvika	14.05.1988
31.80		Magne Sund, Lånke IL	(30)	Tønsås	02.08.2005
31.68	(2)	Olav Jøssing, IL Yrjar	(11)	Pori, FIN	31.07.1987
		(20)			
31.36	(4)	Erling Borg, IL Yrjar	(18)	Leirvik	06.08.1994
31.20		Anders Bjørkås, Vennesla IL	(10)	Vennesla	03.10.1985
30.34	(3)	Harold Nordam, Steinkjer FIK	(22)	Florø	28.06.1997
30.29	(1)	Håvard Lund, Ullensaker/Kisa IL	(24)	Lørenskog	20.07.1999
30.12		Carsten Merling, Oslo IL	(12)		.1987
29.94	(1)	Kristian Hegg, Tønsberg FIK	(25)	Askim	29.06.2002
29.94	(m)	Jørgen M. Holme, Gloppen FIL	(31)	Moss	19.08.2006
29.84	(m)	Tarald Rui, Lørenskog FIL	(33)	Heggedal/Ka	28.08.2010
29.70	(6)	Tormod Resell, Løkken IF	(07)	Malmö, SWE	29.07.1986
29.08	(2)	Harald Otto Tveitkåsa, IL Tørn	(25)	Askim	29.06.2002
		(30)			
28.90	(1)	Erling Andersen, IL Korlevoll	(15)	Odda	30.05.1991
28.88	(8)	Martinius Lekve, Odda IL	(12)	Eugene, USA	03.08.1989
28.70	(1)	Einar O. Vevle, Osterøy IL	(19)	Haus	11.05.1994
28.65	(1)	Alf Buch, Tønsberg FIK	(32)	Sande	20.07.2007
28.35	(1)	Kåre Skailand, GTI	(33)	Vågsbygd	13.09.2009
28.06	(3)	Johannes Olberg, Lena IF	(11)	Haugesund	26.08.1989
28.00		Asbjørn Eidnes, IK Hind	(21)		.2000
27.80		Gudbrand Moen, Vestre Slidre IL	(19)	Slidrebrenno	05.07.1994
27.76		Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)		.1988
27.71	(1)	Halldor Helland, IL Trio	(32)	Husnes	17.07.2010
		(40)			
27.62	(5)	Einar Modolf Viken, IL Hållingen	(34)	Moss	22.08.2009
27.56		Aksel Ellefsen, Kragerø IF	(12)	Kragerø	10.06.1987
27.22	(1)	Bjarne Johansen, Sparbu IL	(10)	Mo i Rana	21.07.1985
27.22		Leif Bergheim, Gloppen FIL	(23)	Byrkjelo	01.08.1999
25.88	(m)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	San Giovanni, ITA	05.09.2007
25.67	(2)	Olav Zachariassen, Flekkefjord IF	(32)	Vågsbygd	13.09.2009
25.58	(1)	Øivind Johansen, Moss IL	(35)	Moss	30.06.2010
25.50	(1)	Einar Ladehaug, IF Graabein	(14)	Heggedal/Gj	31.08.1991
25.47	(1)	Kjell Meum, Oslo IL	(31)	Ski	29.05.2006
25.44	(2)	Roald Skåre, Skjåk IL	(28)	Stjørdal	02.08.2003
		(50)			

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

25.36	(1)	Aksel Julian Arnøy, Sømna IL	(30)	Vik i Helgeland	23.08.2007
25.32		Lornets Heimdal, Sparbu IL	(19)	Sparbu	21.09.1995
25.32	(1)	Ingvardt Sandsund, Steinkjer FIK	(34)	Steinkjer	02.10.2010
25.22	(5)	Oluf Bjerck, Florø T&IF	(21)	Florø	28.06.1997
25.18	(1)	Bjarne Myklebust, IL Fri	(19)	Bergen/Sk	23.04.1994
25.14	(1)	Bernt Bye, Veldre Friidrett	(30)	Brumunddal	04.06.2005
25.09	(1)	Øystein Tullerud, Oslo IL	(32)	Ski	11.06.2007
24.84	(1)	Olav Reigstad, IL Norna-Salhus	(10)		22.09.1987
24.77	(1)	Wilhelm K. Trym, Stavanger IF	(33)	Sandnes	23.07.2008
24.42	(2)	Einar Hagen, Os TF	(16)	Leirvik	20.06.1992
		(60)			
24.38	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Tønsberg	02.06.2009
24.35	(5)	Osvald Kalland, Hjellvik IL	(24)	Askim	29.06.2002
24.34	(8)	Ingebrigt P. Langeng, Løkken IF	(00)	Hannover, GER	27.07.1979
24.07	(2)	Peder Stensletten, Stord T&IL	(23)	Knarvik	30.08.1998
24.02		Kjell Egge, IL Flint	(25)	Tolvsrød	20.06.2000
23.96		Knut Moe, Sparbu IL	(23)	Sparbu	26.05.1999
23.86	(1)	Jostein Haraldseid, Bækkelagets SK	(35)	Oslo/La	30.09.2010
23.66	(4)	Kristen Setsaas, Selbu IL	(16)	Overhalla	07.08.1993
23.64	(2)	Odd Flateby, Heggedal IL	(14)	Heggedal/Gj	05.06.1990
23.63		Harald Aanerud, Lørenskog FIL	(27)	Lørenskog	06.10.2005
		(70)			
23.42	(2)	Kåre Sommerseth, Moss IL	(35)	Moss	30.06.2010
23.17	(3)	Trygve Monstad, IL Gular	(31)	Ravnanger	16.06.2007
22.60	(5)70	Oddgeir Wohlen, Inndal IL	(04)	Grong	26.08.1979
22.58	(2)	Brynjar Røgeberg, Sandefjord T&IF	(34)	Sem	11.06.2009

**Diskos / Discus Throw 1.0 kg menn 80-84 år / Men 80-84 years - 18.50**

32.01		Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Oslo/So	05.09.1998
31.88		Fritjof Randen, IL Bygdegutten	(08)	Oslo/La	23.08.1988
31.76		Ola Gjul, Torvikbukta IL	(19)	Torvikbukta	24.08.1999
30.79	(1)	Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Florø	09.09.2001
30.66		Eivind Hamre, Vestre Slidre IL	(14)	Slidrebrenno	30.07.1994
29.58	(2)	Helge Karl Fosnes, Kristiansands IF	(23)	Århus, DEN	24.07.2004
29.50	(1)	Asbjørn Reigstad, Osterøy IL	(18)	Oslo/St	08.08.1998
28.65	(m)	Kurt Fredrik Homme, Fossum IF	(29)	Jessheim	20.09.2010
28.44	(2)	Erling Borg, IL Yrjar	(18)	Oslo/St	08.08.1998
28.40	(1)	Johannes Olberg, Lena IF	(11)	Ski	23.05.1992
		(10)			
26.54	(m)	Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Athen, GRE	04.06.1994
26.24	(1)	Martinius Lekve, Odda IL	(12)	Odda	15.07.1992
26.22	(3)	Kaare Solnørdal, Malvik IL	(06)	Malmö, SWE	29.07.1986
26.14	(1)	Olav O. Reigstad, Osterøy IL	(12)	Bjørkelangen	08.08.1992
25.56	(1)	Erling Meisingset, Tingvoll IL	(03)	Lillehammer	21.08.1983
25.26	(m)	Kaare Meidell Sundal, Oslo IL	(13)	Oslo/So	24.07.1993
25.24	(m)	Carsten Merling, Oslo IL	(12)	Heggedal/Gj	22.08.1992
24.99	(m)	Arne Bjørn Lunder, Oslo IL	(25)	Tønsberg	28.04.2007
24.89	(m)	Einar Røberg, IL Trysilgutten	(28)	Tønsberg	26.04.2008
24.44	(m)	Håvard Lund, Ullensaker/Kisa IL	(24)	Heggedal/Gj	21.08.2004
		(20)			
24.25	(1)	Magne Sund, Lånke IL	(30)	Stjørdal	17.08.2010
24.10	(m)	Per Stavem, Fossum IF	(26)	Oslo/La	06.05.2006
24.06	(4)	Olav Jøssing, IL Yrjar	(11)	Kristiansand	01.07.1992
24.03		Harald Aanerud, Lørenskog FIL	(27)	Lørenskog	02.07.2007
23.98	(1)	Leif Bergheim, Gloppen FIL	(23)	Byrkjelo	11.06.2003
23.65	(3)	Asbjørn Eidnes, IK Hind	(21)	Bismo	04.08.2001
22.87	(1)	Peder Stensletten, Stord IL	(23)	Husnes	25.06.2003
22.76	(1)	Einar Hagen, Os TF	(16)	Florø	28.06.1997
22.70	(m)	Olav Reigstad, IL Norna-Salhus	(10)	Fana	15.09.1990
22.68	(1)	Ingebrigt P. Langeng, Løkken IF	(00)	Helsinki, FIN	09.08.1980
21.41		Olav Nyvoll, Hannevikas IL	(16)	Vågsbygd	20.09.1998
		(30)			
21.31	(4)	Osvald Kalland, Hjellvik IL	(24)	Kristiansand	26.06.2004
20.78	(5)	Knut Moe, Sparbu IL	(23)	Kristiansand	26.06.2004
20.66	(2)	Nils Valestrand, Osterøy IL	(11)	Valestrandfossen	24.05.1993
20.33	(1)	Otto Andersen, IL Gular	(20)	Bergen/Sk	09.10.2001
19.52	(m)	Kristian Hegg, Tønsberg FIK	(25)	Tolvsrød	17.08.2005
19.22	(1)	Bernt Bye, Veldre Friidrett	(30)	Åkrestønnen	29.08.2010
18.97	(2)	Harald Solbakk, Brønnøysund IL	(25)	Hyen	20.07.2005
18.66	(8)	Carl A. Gundersen, Kristiansands IF	(09)	Kristiansand	01.07.1992

**Diskos / Discus Throw 1.0 kg menn 85-89 år / Men 85-89 years - 15.00**

26.38	(1)	Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Geithus	01.07.2006
26.18	(1)	Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Heggedal/Gj	30.08.2003
24.49	(1)	Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Heggedal/Gj	28.08.1999
23.54	(1)	Olav O. Reigstad, Osterøy IL	(12)	Førde	14.09.1997
21.63	(1)	Erling Borg, IL Yrjar	(18)	Stjørdal	02.08.2003
20.25	(2)	Arne Bjørn Lunder, Oslo IL	(25)	Florø	14.08.2010
19.28	(1)	Olav Reigstad, IL Norna-Salhus	(10)	Knarvik	08.09.1996
18.43	(1)	Håvard Lund, Ullensaker/Kisa IL	(24)	Moss	22.08.2009
18.34	(2)	Carsten Merling, Oslo IL	(12)	Florø	28.06.1997
17.04	(6)	Kaare Solnørdal, Malvik IL	(06)	Turku, FIN	23.07.1991
		(10)			
16.68	(1)	Peder Stensletten, Stord IL	(23)	Ravnanger	07.06.2008
16.52		Normann Ryan sen., Ogdal IL	(12)	Steinkjer	09.09.1997
16.45	(1)	Otto Andersen, IL Gular	(20)	Ravnanger	25.06.2005
16.36	(-)	Olav Nyvoll, Hannevikas IL	(16)	Vågsbygd	29.09.2004

**Diskos / Discus Throw 1.0 kg menn 90-94 år / Men 90-94 years**

21.28	(1)	Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Heggedal/Gj	08.05.2003
17.97	(m)	Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Oslo/La	18.10.2008
17.75	(1)	Olav O. Reigstad, Osterøy IL	(12)	Askim	29.06.2002
14.88	(1)	Olav Nyvoll, Hannevikas IL	(16)	Vågsbygd	19.07.2006

**Diskos / Discus Throw 1.0 kg menn 95-99 år / Men 95-99 years**

13.32	(m)	Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Oslo/La	02.05.2009
12.10	(1)	Olav O. Reigstad, Osterøy IL	(12)	Hatland	18.06.2007