

## Norges Fri-idrettsforbund / Norwegian Athletics Federation

## Alle tiders beste utendørs / All Time Best Outdoor

## Menn - Vektkast / Men - Weight Throw

pr. 31.12.2010 (oppdatert / updated 25.02.2011)

## Vektkast / Weight Throw 15.88 kg menn 35-39 år / Men 35-39 years - 10.00

18.15	(2)	Anders Halvorsen, IL Norna-Salhus	(69)	Newark, USA	19.09.2004
17.38	(m)	Thomas Rosvold, IK Tjalve	(67)	Drammen	25.09.2004
16.97	(m)	Olav Jenssen, IF Urædd	(62)	Oslo/So	13.09.1997
15.91	(1)	Stein Fossen, IL Fri	(68)	Bergen/Sk	21.04.2007
15.44	(m)	Kåre Sagedal, IK Tjalve	(60)	Oslo/So	13.09.1997
15.19	(1)	Lars Martin Jæger, Halden IL	(68)	Aremark	22.06.2004
13.77	(1)	Geir Sommerseth, Moss IL	(61)	Oslo/St	09.08.1998
13.65	(m)	Jan Tore Robøle, Vestre Slidre IL	(63)	Plassen	22.08.1998
13.53	(1)	Iver Hytten, Tønsberg FIK	(66)	Sandefjord	13.06.2005
12.69	(3)	Even Hytten, Tønsberg FIK	(67)	Geithus	02.07.2006
		(10)			
12.49	(1)	Torrey Enoksen, Lyngdal IL	(63)	Bismo	05.08.2001
12.47	(m)	Espen Jahren, Asker SK	(66)	Asker	28.09.2003
12.08	(m)	Karl Jørgen Hoff, Spydeberg IL	(59)	Heggedal/Gj	30.08.1997
12.06	(3)	Einar Halvorsen, IL Viking, Stavanger	(90)	Brooklyn, USA	18.09.1927
11.87	(1)	Ole Petter Lillehagen, Asker SK	(61)	Asker	08.05.2000
11.77	(m)	Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Heggedal/Gj	26.08.2000
10.77	(m)	Ole Gran, Asker og Bærum FIK	(62)	Heggedal/Gj	30.08.1997
10.67	(m)	Espen Olsen, Kristiansands IF	(72)	Lyngdal	03.07.2010
10.66	(1)	Bjørn Harald Olstad, Stovnerkameratene	(74)	Lillestrøm	14.09.2009

## Vektkast / Weight Throw 15.88 kg menn 40-44 år / Men 40-44 years - 9.50

17.67	(1)	Iver Hytten, Tønsberg FIK	(66)	Moss	23.08.2009
16.32	(m)	Kåre Sagedal, IK Tjalve	(60)	Hokksund/Rø	01.10.2000
15.62	(1)	Thomas Rosvold, IK Tjalve	(67)	Heggedal/Ka	14.05.2009
15.57	(m)	Olav Jenssen, IF Urædd	(62)	Drammen	30.08.2003
15.02	(m)	Jan Sagedal, IK Tjalve	(60)	Hokksund/Rø	01.10.2000
15.02	(1)	Stein Fossen, IL Fri	(68)	Knarvik	29.03.2008
14.96	(1)MS	Lars Martin Jæger, Halden IL	(68)	Halden	09.06.2009
14.17	(m)	Karl Jørgen Hoff, Spydeberg IL	(59)	Tønsberg	03.08.2002
13.73	(1)	Geir Sommerseth, Moss IL	(61)	Aremark	25.09.2004
13.03	(1)	Terje Buch, Tønsberg FIK	(64)	Tønsberg	22.08.2007
		(10)			
12.88	(1)	Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Løten	13.08.2005
12.36	(3)	Torrey Enoksen, Lyngdal IL	(63)	Århus, DEN	01.07.2007
11.78	(m)	Arild Greger Ro, Fagernes IL	(64)	Asker	28.09.2008
11.00	(m)	Nils Sigurd Glesnes, Lista IL	(50)	Heggedal/Gj	20.08.1994
10.86	(1)	Robert Ingvaldsen, Laksevåg T&IL	(65)	Knarvik	26.08.2007
10.59	(m)	Espen Jahren, Asker SK	(66)	Asker	30.09.2007
10.44	(1)	Magne Brakstad, IL Gular	(58)	Bergen/Sk	06.08.2002
10.43	(m)	Tom Andreassen, Lørenskog FIL	(55)	Heggedal/Gj	30.08.1997
10.06	(1)	Nils Kristian Espeseth, Oslo IL	(53)	Heggedal/Gj	17.06.1996
9.88	(m)	Bjørn Arne Kristiansen, Brandbu IF	(68)	Oslo/La	02.05.2009
		(20)			
9.66	(m)	Roar Uglem, Snøgg Friidrett	(66)	Tønsberg	25.04.2009
9.60	(m)	Kjell Adamski, Sarpsborg IL	(50)	Heggedal/Gj	22.08.1992

**Vektkast / Weight Throw 15.88 kg menn 45-49 år / Men 45-49 years - 9.00**

15.90	(m)	Arild Busterud, Løten IL	(48)	Malmö, SWE	27.07.1996
14.19	(m)	Odd Leonhardsen, Lena IF	(43)	Oslo/So	30.09.1989
14.18	(1)	Karl Jørgen Hoff, Spydeberg IL	(59)	Århus, DEN	22.07.2004
13.79	(m)	Karl K. Marthinussen, SK Vidar	(60)	Bergen/Sk	13.10.2007
13.73	(1)	Arild Greger Ro, Fagernes IL	(64)	Moss	23.08.2009
13.58	(m)	Jostein Myrvang, Larvik FIK	(46)	Buffalo, USA	22.07.1995
13.20	(1)	Geir Sommerseth, Moss IL	(61)	Moss	07.09.2007
13.03	(m)	Birger Søyland, FIK Orion	(61)	Lyngdal	07.07.2007
13.01	(3)	Amund Vaagen, Fræna FIK	(59)	Brumunddal	01.07.2005
12.84	(1)	Nils Glesnes, Lyngdal IL	(50)	Odense, DEN	04.09.1999
		(10)			
12.51	(2)	Torrey Enoksen, Lyngdal IL	(63)	Huddinge, SWE	28.06.2009
12.23	(1)	Terje Buch, Tønsberg FIK	(64)	Tønsberg	10.10.2009
11.84	(1)	Magne Brakstad, IL Gular	(58)	Bergen/Sk	26.07.2005
11.23	(m)	Svein Erik Husby, Vestre Slidre IL	(47)	Heggedal/Gj	20.08.1994
10.79	(1)	Hans Petter Viljo, IL Flint	(51)	Oslo/St	09.08.1998
10.42	(1)	Finn Pedersen, Tvedestrand T&IF	(58)	Vågsbygd	12.09.2004
10.36	(m)	Tom Andreassen, Lørenskog FIL	(55)	Heggedal/Gj	30.09.2000
9.99	(m)	Kjell Adamski, Sarpsborg IL	(50)	Tønsberg	26.08.1995
9.85	(1)	Roar Svåsand, Laksevåg T&IL	(60)	Bergen/Sk	04.07.2006
9.44	(m)	Nils Kristian Espeseth, Oslo IL	(53)	Plassen	22.08.1998
		(20)			
9.33	(1)	Rune Øverland, Tønsberg FIK	(61)	Tønsberg	05.05.2009
9.22	(2)	Vidar Ringvold, Veldre IL	(55)	Stjørdal	03.08.2003
9.20	(1)	Lars Bredal, IL Runar	(55)	Sandefjord	14.06.2004
9.11	(1)	Willy Hauge, IF Minerva	(46)	Heggedal/Gj	14.10.1995

**Vektkast / Weight Throw 15.88 kg menn 50-54 år / Men 50-54 years - 8.50**

14.62	(1)	Nils Sigurd Glesnes, IL Torvund	(50)	Bergen/Sk	25.05.2004
13.90	(m)45	Jostein Myrvang, Larvik T&IF	(46)	Malmö, SWE	27.07.1996
13.72	(1)	Karl Jørgen Hoff, Spydeberg IL	(59)	Moss	03.10.2009
13.31	(m)	Karl K. Marthinussen, SK Vidar	(60)	Bergen/Sk	16.10.2010
11.84	(m)	Nils Olav Børstad, Namsen FIF	(37)	Oslo/So	30.09.1989
10.16	(m)	Erik Gran, Fossum IF	(36)	Oslo/So	30.09.1989
10.03	(m)	Bjørn Heggelund, IL Stein	(38)	Oslo/So	30.09.1989

**Vektkast / Weight Throw 15.88 kg menn 55-59 år / Men 55-59 years - 8.00**

15.70	(2)	Arild Busterud, Løten Friidrett	(48)	Løten	24.09.2005
13.17	(1)	Nils Sigurd Glesnes, FIL AKS-77	(50)	Knarvik	02.10.2007
12.53	(1)	Jostein Myrvang, Larvik T&IF	(46)	Sandefjord	17.04.2002
12.39	(m)	Tarald Rui, Strømmen IF	(33)	Oslo/So	21.09.1991
11.86	(m)	Stein Haugen, Oslo Politis IL	(33)	Oslo/So	21.09.1991
11.64	(m)	Gunnar Værnes, IL ROS	(35)	Oslo/So	21.09.1991
11.17	(m)	Leif Emil Gundersrud, IL Tyrving	(34)	Oslo/So	30.09.1989
10.68	(m)	Alf Buch, IF Tønsberg-Kameratene	(32)	Oslo/So	21.09.1991
10.51		Arne Sæther, Heggedal IL	(31)	Sandvika	29.05.1988
9.60	(m)	Jan Sommerseth, Moss IL	(35)	Oslo/So	21.09.1991
		(10)			
9.47	(m)	Kåre Sommerseth, Moss IL	(35)	Oslo/So	21.09.1991

Usikker vekt / Uncertain weight:

12.00	(m)	Leif Emil Gundersrud, IL Tyrving	(34)	Oslo/So	20.05.1989
-------	-----	----------------------------------	------	---------	------------

**Vektkast / Weight Throw 15.88 kg menn 60-64 år / Men 60-64 years - 7.00**

15.50	(m)MS	Arild Busterud, Løten Friidrett	(48)	Løten	26.09.2009
13.22	(1)	Nils Sigurd Glesnes, FIL AKS-77	(50)	Knarvik	24.06.2010
11.63		Tarald Rui, Lørenskog FIL	(33)	Rolvstrud	17.12.1994
11.46	(2)	Svein Hytten, Tønsberg FIK	(40)	Tolvstrød	18.09.2001
10.56	(7)	Vidar Hågensen, Veldre Friidrett	(42)	Løten	24.09.2005
8.35	(1)	William E. Edvardsen, Hannevikas IL	(48)	Vågsbygd	17.09.2008

**Vektkast / Weight Throw 15.88 kg menn 65-69 år / Men 65-69 years - 6.00**

9.55		Tarald Rui, Lørenskog FIL	(33)	Lørenskog	19.11.2002
8.29	(1)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Sandefjord	05.05.2004

**Vektkast / Weight Throw 11.34 kg menn 50-54 år / Men 50-54 years - 10.00**

21.57	(m)	Arild Busterud, Løten IL	(48)	Gateshead, GBR	06.08.1999
19.87	(m)	Nils Sigurd Glesnes, IL Torvund	(50)	Lyngdal	27.09.2003
17.39	(6)	Karl Jørgen Hoff, Spydeberg IL	(59)	Lahti, FIN	04.08.2009
17.13		Jostein Myrvang, Larvik T&IF	(46)	Sandefjord/Bu	13.08.1996
15.63	(2)	Stig Harald Lien, Stjørdal FIK	(53)	Stjørdal	03.08.2003
15.08	(1)	Jørund Årdal, Gloppen FIL	(53)	Hyen	14.10.2007
14.60	(m)	Magne Brakstad, Os TF	(58)	Drammen	07.03.2009
14.45	(m)	Svein Erik Husby, Vestre Slidre IL	(47)	Heggedal/Gj	30.08.1997
14.22	(2)	Kjell Adamski, Sarpsborg IL	(50)	Kristiansand	27.06.2004
13.82	(m)	Benny Madsen, Fet FIK	(41)	Heggedal/Gj	22.08.1992
		(10)			
13.82	(m)	Svein Hytten, Tønsberg FIK	(40)	Oslo/La	28.08.1993
13.31	(1)	Per Erling Eide, IF Fram, Larvik	(51)	Sandefjord	13.06.2005
13.23	(5)	Edgar Henriksen, Ask Friidrett	(51)	Eskilstuna, SWE	18.08.2001
12.92	(m)	Ivar Bredholt, Askim IF	(45)	Tønsberg	26.08.1995
12.56	(m)	Kjell Fossen, T&IL Hovding	(39)	Oslo/La	28.08.1993
12.34	(1)	Willy Hauge, Minerva IS	(46)	Heggedal/Gj	04.08.1998
12.14	(m)	Nils Kristian Espeseth, Bækkelaget SK	(53)	Oslo/So	08.05.2004
12.12	(m)	Per Hunn, Sarpsborg IL	(40)	Bjørkelangen	26.08.1994
12.10	(m)	Hans Petter Villø, IL Flint	(51)	Sandefjord	13.06.2001
11.94	(m)	Lars Åke Greiff, Tønsberg FIK	(56)	Sandefjord	09.08.2010
		(20)			
11.91	(1)	Thorleif Brathagen, Fossum IF	(44)	Heggedal/Gj	19.06.1995
11.85	(m)	Ole Henriksen, Oslo Politis IL	(55)	Heggedal/Gj	11.08.2007
11.75	(m)	Svein Erik Husby, Vestre Slidre IL	(47)	Slidrebrenno	28.07.2001
11.32	(m)	Anders Numme, Lyngdal IL	(52)	Lyngdal	27.09.2003
11.04	(1)	Agnar Aadland, Laksevåg T&IL	(60)	Florø	15.08.2010
10.87	(1)	Torgeir Heiland Sørensen, Heggedal Veteran FIK	(49)	Heggedal/Gj	11.06.2002
10.81	(2)	Gunnar Janshaug, Høyjord IL	(51)	Sandefjord	14.06.2004
10.78		Trond Røgeberg, Oslo Politis IL	(44)	Oslo/So	30.09.1995
10.54	(1)	Finn Pedersen, Tvedestrand T&IF	(58)	Vågsbygd	14.09.2008
10.49	(m)	Torbjørn Thorland, IL Runar	(50)	Oslo/La	25.08.2001
		(30)			
10.22	(1)	Vidar Alexander Ringvold, Veldre Friidrett	(55)	Geithus	02.07.2006

**Vektkast / Weight Throw 11.34 kg menn 55-59 år / Men 55-59 years - 9.50**

21.29	(1)	Arild Busterud, Løten IL	(48)	Århus, DEN	22.07.2004
17.42	(1)	Nils Sigurd Glesnes, FIL AKS-77	(50)	Geithus	02.07.2006
16.19	(m)	Jostein Myrvang, Larvik T&IF	(46)	Sandefjord	13.06.2001
16.01	(m)	Kjell Adamski, Sarpsborg IL	(50)	Heggedal/Gj	11.08.2007
15.76		Svein Hytten, Tønsberg FIK	(40)	Tønsberg	24.04.1999
15.14	(2)	Jan Olav Nystrom, Malvik IL	(44)	Bismo	05.08.2001
14.31	(1)	Jørund Årdal, Gloppen FIL	(53)	Hyen	14.10.2009
14.02		Tarald Rui, Strømmen IF	(33)	Rolvstrud	24.09.1992
14.00		Leif Emil Gundersrud, IL Tyrving	(34)	Oslo/So	21.09.1991
13.87	(1)	Per Erling Eide, IF Fram, Larvik	(51)	Sande	10.09.2008
		(10)			
13.54	(m)	Stein Haugen, Oslo Politis IL	(33)	Heggedal/Gj	22.08.1992
13.46	(2)	Knut Dahle, Øystre Slidre IL	(43)	Steinkjer	04.07.1999
13.33	(m)	Nils Olav Børstad, Namsen FIF	(37)	Heggedal/Gj	22.08.1992
13.18	(3)	Vidar Hågensen, Veldre IL	(42)	Bismo	05.08.2001
13.16	(m)	Svein Erik Husby, Vestre Slidre IL	(47)	Slidrebrenno	26.07.2003
12.92	(1)	Jan Norvald Borgen, Os TF	(46)	Knarvik	09.10.2005
12.80	(m)	Kjell Fossen, T&IL Hovding	(39)	Bjørkelangen	26.08.1994
12.76	(m)	Lars Kristian Bredal, IL Runar	(55)	Sem	03.06.2010
12.74	(m)	Per Erling Eide, IF Fram, Larvik	(51)	Tønsberg	28.04.2007
12.64	(3)	John Nyborg, Mosvik IL	(42)	Steinkjer	04.07.1999
		(20)			
12.57	(1)	Gunnar Værnes, Oslo IL	(35)	Heggedal/Gj	09.05.1994
12.21	(m)	William E. Edvardsen, Hannevikas IL	(48)	Heggedal/Gj	11.08.2007
12.20	(m)	Ivar Bredholt, Askim IF	(45)	Tønsberg	27.04.2002
12.11	(1)	Willy Hauge, Minerva IS	(46)	Heggedal/Gj	11.06.2002
11.85	(1)	Steinar Jacobsen, Hannevikas IL	(49)	Vågsbygd	10.09.2006
11.35	(2)	Gunnar Janshaug, Høyjord IL	(51)	Sem	06.06.2006
11.28		Per-Uno Iversen, Tønsberg FIK	(46)	Sandefjord	13.06.2001
11.16	(m)	Torbjørn Thorland, IL Runar	(50)	Sandefjord	11.08.2008
11.02	(m)	Per Hunn, Sarpsborg IL	(40)	Heggedal/Gj	30.08.1997
10.74	(1)	Edgar Henriksen, IL Fri	(51)	Bergen/Sk	23.09.2006
		(30)			
10.57	(1)	Stanley Hauge, Eikanger IL	(52)	Ostereidet	07.09.2010
10.56	(2)	Arne Reigstad, FIL AKS-77	(50)	Knarvik	09.08.2007
10.54	(3)	Oddvar Johan Jensen, Ask Friidrett	(50)	Ravnanger	26.06.2005
10.34		Jan Sommersteth, Moss IL	(35)	Bjørkelangen	26.08.1994
10.24	(3)	Per Helge Iversen, Laksevåg T&IL	(49)	Knarvik	09.10.2005
10.08	(3)	Hans Petter Villø, IL Flint	(51)	Tønsberg	22.08.2007

**Vektkast / Weight Throw 11.34 kg menn 60-64 år / Men 60-64 years - 8.00**

15.25	(1)	Svein Hytten, Tønsberg FIK	(40)	Sandefjord	05.05.2004
14.91	(m)	Einar Røberg, IL Trysilgutten	(28)	Oslo/So	20.05.1989
13.35	(1)	Jostein Myrvang, Larvik T&IF	(46)	Tønsberg	07.09.2006
12.51		Tarald Rui, Lørenskog FIL	(33)	Rolvsrud	22.11.1997
11.99		Arne Sæther, Heggedal IL	(31)	Oslo/So	21.09.1991
11.20	(1)	William E. Edvardsen, Hannevikas IL	(48)	Vågsbygd	23.09.2009
10.33		Kurt Fredrik Homme, Asker og Bærum FIK	(29)	Oslo/So	25.08.1990

**Vektkast / Weight Throw 11.34 kg menn 65-69 år / Men 65-69 years - 7.00**

14.27		Per Stavem, Oslo IL	(26)	Oslo/So	04.05.1991
12.58		Tarald Rui, Lørenskog FIL	(33)	Lørenskog	19.11.2002
11.76		Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Sandvika	24.10.1987
11.34		Leif Emil Gundersrud, Oslo IL	(34)	Rolvsrud	14.11.1999
11.03	(1)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Sandefjord	05.05.2004
10.83		Håkon Tinholt, Oslo IL	(24)	Oslo/So	28.07.1990
9.70	(1)	Tore Olsen, Hannevikas IL	(41)	Vågsbygd	30.09.2009
9.56		Alf R. Bjercke, Ready	(21)	Sandvika	17.09.1988
8.70	(m)	Håvard Lund, Aurskog-Høland FIL	(24)	Oslo/So	30.09.1989

**Vektkast / Weight Throw 11.34 kg menn 70-74 år / Men 70-74 years - 6.50**

12.16		Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Oslo/So	23.09.1989
10.24		Håvard Lund, Aurskog-Høland FIL	(24)	Rolvsrud	17.12.1994
8.82	(m)	Frantz Leonard-Nilsen, Oslo IL	(16)	Oslo/So	20.05.1989

**Vektkast / Weight Throw 11.34 kg menn 75-79 år / Men 75-79 years - 6.00**

11.52		Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Rolvsrud	17.12.1994
9.92		Olav Reppen, Brønnøysund IL	(11)	Brønnøysund	20.08.1987
9.73		Håvard Lund, Ullensaker/Kisa IL	(24)	Rolvsrud	04.12.1999
8.24		Kaare Meidell Sundal, Stabæk IF	(13)	Oslo/So	23.06.1990
7.56		Frantz Leonard-Nilsen, Oslo IL	(16)	Oslo/So	04.05.1991
7.16		Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Oslo/So	25.08.1990
6.34		Carsten Merling, Oslo IL	(12)	Oslo/So	13.10.1990

**Vektkast / Weight Throw 9.08 kg menn 60-64 år / Men 60-64 years - 11.00**

24.20	(1)	Arild Busterud, Løten Friidrett	(48)	Ljubljana, SLO	25.07.2008
21.91	(1)	Ame Lothe, FIL AKS-77	(38)	Steinkjer	04.07.1999
18.15		Svein Hytten, Tønsberg FIK	(40)	Tønsberg	28.04.2001
17.86	(1)	Arne Sæther, Heggedal IL	(31)	Heggedal/Gj	15.08.1994
17.85	(1)	Nils Sigurd Glesnes, FIL AKS-77	(50)	Florø	15.08.2010
17.09		Tarald Rui, Lørenskog FIL	(33)	Rolvsrud	21.09.1995
16.48	(m)	Stein Haugen, Oslo Politis IL	(33)	Oslo/La	31.08.1996
15.95	(1)	Jostein Myrvang, Larvik T&IF	(46)	Sandefjord	26.04.2006
15.88	(2)	Vidar Hågensen, Veldre IL	(42)	Askim	30.06.2002
15.83	(1)	Jan Norvald Borgen, Os TF	(46)	Knarvik	26.08.2007
		(10)			
15.73	(5)	Knut Dahle, Øystre Slidre IL	(43)	Poznan, POL	21.07.2006
15.70	(m)	Einar Røberg, IL Trysilgutten	(28)	Heggedal/Gj	22.08.1992
15.45	(m)	Kjell Adamski, Sarpsborg IL	(50)	Nyiregyhaza, HUN	23.07.2010
15.36	(1)	Leif Emil Gundersrud, Oslo IL	(34)	Heggedal/Gj	09.09.1996
15.31	(2)	Audun Holme, Førde IL	(36)	Steinkjer	04.07.1999
15.10		Per Stavem, Stabæk IF	(26)	Sandvika	15.07.1990
14.87	(2)	Gunnar Værnes, Oslo IL	(35)	Heggedal/Gj	25.09.1995
14.84	(2)	Jan Olav Nystrøm, Malvik IL	(44)	Geithus	02.07.2006
14.25	(1)	Alf Alsaker, FIK BFG Fana	(39)	Bergen/Sk	27.05.2003
14.06		Reidar Thomassen, Oslo IL	(36)	Oslo/So	29.05.1999
		(20)			
14.05	(m)	Ivar Bredholt, Askim IF	(45)	Tønsberg	30.04.2005
13.78	(m)	Nils Olav Børstad, Namsen FIF	(37)	Huddinge, SWE	27.06.1998
13.39	(4)	Anton Bøe, Vestre Slidre IL	(35)	Steinkjer	04.07.1999
13.37	(m)	Alf Buch, Tønsberg FIK	(32)	Tønsberg	26.08.1995
13.68	(1)	Reidar Thomassen, Oslo IL	(36)	Heggedal/Gj	22.05.2000
13.29	(1)	William E. Edvardsen, Hannevikas IL	(48)	Vågsbygd	17.09.2008
13.18	(m)	Kjell Fossen, IL Fri	(39)	Heggedal/Gj	26.08.2000
13.07	(m)	Kurt Fredrik Homme, Asker og Bærum FIK	(29)	Oslo/So	12.09.1992
12.97	(4)	Thorleif Brathagen, Heggedal FIK	(44)	Tønsberg	17.08.2008
12.90	(2)	Willy Hauge, Minerva IS	(46)	Moss	23.08.2009
		(30)			

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

12.44	(m)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Heggedal/Gj	26.08.2000
12.29	(1)	Arne Reigstad, FIL AKS-77	(50)	Knarvik	24.06.2010
12.17	(5)	Ove Haugskott, Frol IL	(38)	Steinkjer	04.07.1999
12.11	(m)	Torbjørn Thorland, IL Runar	(50)	Heggedal/Ka	28.08.2010
12.10	(1)	Gunnar Bolset, Førde IL	(39)	Reed	26.04.2003
12.05	(3)	Erik Gran, Heggedal IL	(36)	Heggedal/Gj	12.05.1998
12.03	(2)	Steinar Jacobsen, Hannevikas IL	(49)	Vågsbygd	22.07.2009
11.93	(4)	John Nyborg, Mosvik IL	(42)	Stjørdal	03.08.2003
11.66		Odd Skuterud, Oslo IL	(32)	Oslo/So	19.09.1992
11.45		Jan Sommerseth, Moss IL	(35)	Oslo/So	15.09.1996
		(40)			
11.42	(m)	Kåre Sommerseth, Moss IL	(35)	Oslo/La	21.08.1999
11.13		Gunnar Olav Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Sandefjord	31.05.2002

**Vektkast / Weight Throw 9.08 kg menn 65-69 år / Men 65-69 years - 10.00**

20.53	(1)	Arne Lothe, Gloppen FIL	(38)	Hyen	13.07.2003
17.68	(m)	Arne Sæther, Heggedal IL	(31)	København, DEN	30.06.1996
16.92	(1)	Svein Hytten, Tønsberg FIK	(40)	Sandefjord	13.04.2005
16.67		Einar Røberg, IL Trysilgutten	(28)	Jessheim	08.10.1995
16.17	(m)	Per Stavem, Oslo IL	(26)	Oslo/So	24.07.1993
15.81	(3)	Alf Alsaker, IL Fri	(39)	Geithus	02.07.2006
15.69	(1)	Stein Haugen, Oslo Politis IL	(33)	Heggedal/Gj	11.06.2001
15.43		Tarald Rui, Lørenskog FIL	(33)	Lørenskog	19.11.2002
15.36	(5)	Knut Dahle, Øystre Slidre IL	(43)	Huddinge, SWE	28.06.2009
15.14	(m)	Leif Emil Gundersrud, Oslo IL	(34)	Jessheim	16.10.1999
		(10)			
14.64	(2)	Gunnar Tellevik, Ask Friidrett	(33)	Oslo/St	09.08.1998
14.44	(2)	Audun Holme, Førde IL	(36)	Hyen	13.07.2003
14.33	(2)	Anton Bøe, Vestre Slidre IL	(35)	Ravnanger	02.07.2000
14.08	(1)	Kurt Fredrik Homme, Fossum IF	(29)	Heggedal/Gj	09.09.1996
14.08	(1)	Reidar Thomassen, Oslo IL	(36)	Heggedal/Gj	14.05.2001
13.90	(m)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Tolvsrød	17.08.2005
13.83	(1)	Vidar Hågensen, Veldre Friidrett	(42)	Løten	13.10.2007
13.17	(m)	Alf Buch, Tønsberg FIK	(32)	Oslo/La	21.08.1999
12.94	(1)	Gunnar Helland, IL Trio	(38)	Husnes	28.07.2004
12.59	(4)	Harald Søbstad, IL Molde-Olymp	(32)	Oslo/St	09.08.1998
		(20)			
12.55	(3)	Gunnar Bolset, Førde IL	(39)	Kristiansand	27.06.2004
12.47	(3)	Thorleif Brathagen, Heggedal FIK	(44)	Moss	23.08.2009
12.45	(m)	Kjell Fossen, IL Fri	(39)	Heggedal/Gj	21.08.2004
12.30	(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Tolvsrød	17.08.2005
12.30	(1)	Tore Olsen, Hannevikas IL	(41)	Vågsbygd	02.07.2008
12.28	(m)	Jan Sommerseth, Moss IL	(35)	Moss	22.06.2001
11.99	(1)	Kåre Sommerseth, Moss IL	(35)	Heggedal/Gj	22.05.2000
11.96	(2)	Nils Olav Børstad, Namsen FIF	(37)	Heggedal/Gj	26.05.2003
11.94	(5)	Jørgen Holme, Gloppen FIL	(31)	Oslo/St	09.08.1998
11.85		Håvard Lund, Ullensaker/Kisa IL	(24)	Lørenskog	21.09.1993
		(30)			
11.84	(1)	Robert Keig Stallmann, AK Fryktløs	(39)	Østre Greverud	13.05.2007
11.43	(m)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Oslo/So	20.05.2000
11.43	(1)	Aksel Rosland, Orre IL	(39)	Vågsbygd	09.09.2007
11.42	(2)	Erik Gran, Heggedal Veteran FIK	(36)	Heggedal/Gj	14.05.2001
11.37	(m)	Kristian Hegg, Tønsberg FIK	(25)	Oslo/La	28.08.1993
11.37	(2)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Løten	01.04.2006
11.12	(3)	Nils Olav Børstad, Namsen FIF	(37)	Heggedal/Gj	11.06.2002
10.62	(m)	Gunnar Olav Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Sem	05.06.2007
10.49	(6)	Øivind Johansen, Moss IL	(35)	Kristiansand	27.06.2004
10.42	(m)	Arnfinn Skadsem, Sandnes IL	(36)	Lyngdal	27.09.2003
		(40)			
10.40	(m)	John Broholt, Oslo IL	(34)	Oslo/So	12.05.2001

**Vektkast / Weight Throw 9.08 kg menn 70-74 år / Men 70-74 years - 8.50**

14.55		Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Oslo/So	28.09.1991
13.78	(m)65	Arne Sæther, Heggedal Veteran FIK	(31)	Brisbane, AUS	13.07.2001
11.81	(1)	Erling Vermelid, Sem IF	(33)	Sandefjord	05.05.2004
11.74		Håvard Lund, Ullensaker/Kisa IL	(24)	Rolvsrud	17.12.1994

**Vektkast / Weight Throw 9.08 kg menn 75-79 år / Men 75-79 years - 8.00**

13.84		Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Rolvsrud	12.11.1994
12.77		Kaare Meidell Sundal, Oslo IL	(13)	Oslo/So	21.09.1991
11.49		Håvard Lund, Ullensaker/Kisa IL	(24)	Rolvsrud	14.11.1999
8.03		Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Oslo/So	21.09.1991

**Vektkast / Weight Throw 9.08 kg menn 80-84 år / Men 80-84 years - 7.50**

10.46		Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Rolvsrud	14.11.1999
-------	--	---------------------------	------	----------	------------

**Vektkast / Weight Throw 7.26 kg menn 70-74 år / Men 70-74 years - 10.00**

20.85	(1)	Arne Lothe, IL Gular	(38)	Ravnanger	08.06.2008
18.13	(1)	Arne Sæther, Heggedal Veteran FIK	(31)	Heggedal/Gj	11.06.2001
17.81	(1)	Svein Hytten, Tønsberg FIK	(40)	Tønsberg	15.09.2010
17.36		Per Stavem, Oslo IL	(26)	Oslo/So	10.05.1997
17.29	(1)	Alf Alsaker, IL Fri	(39)	Bergen/Sk	23.06.2009
16.98	(1)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Heggedal/Gj	27.05.2006
16.92	(1)	Tarald Rui, Lørenskog FIL	(33)	Lørenskog	23.10.2006
16.39	(1)	Stein Haugen, Oslo Politis IL	(33)	Stjørdal	03.08.2003
16.32		Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Oslo/So	19.09.1992
16.15	(m)	Einar Røberg, IL Trysilgutten (10)	(28)	Oslo/La	21.08.1999
16.06		Kurt Fredrik Homme, Fossum IF	(29)	Asker	30.08.1999
14.97	(1)	Gunnar Helland, IL Trio	(38)	Husnes	09.09.2009
14.79	(4)	Gunnar Tellevik, Ask Friidrett	(33)	Stjørdal	03.08.2003
14.67	(m)	Reidar Thomassen, Oslo IL	(36)	Tønsberg	28.04.2007
14.46	(m)	Erling Vermelid, Sem IF	(33)	Heggedal/Gj	05.06.2004
14.43	(1)	Audun Holme, Førde IL	(36)	Hyen	04.04.2007
14.37	(m)	Leif Emil Gundersrud, Oslo IL	(34)	Jessheim	16.08.2004
14.34	(m)	Helge Karl Fossnes, IL Vindbjart	(23)	Tønsberg	26.08.1995
14.23	(1)	Håvard Lund, Ullensaker/Kisa IL	(24)	Heggedal/Gj	13.05.1997
14.01		Alf Buch, Tønsberg FIK (20)	(32)	Tønsberg	02.09.2004
13.97	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Tønsberg	04.08.2008
13.93	(1)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Tønsberg	06.10.2007
13.68	(2)	Kjell Fossen, IL Fri	(39)	Moss	23.08.2009
13.51	(2)	Jørgen M. Holme, Gloppen FIL	(31)	Bismo	05.08.2001
13.46	(5)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Stjørdal	03.08.2003
13.38	(1)	Jan Sommerseth, Moss IL	(35)	Moss	01.09.2007
13.22	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Tønsberg	14.10.2006
13.16	(m)	Kristian Hegg, Tønsberg FIK	(25)	Tønsberg	26.08.1995
12.96	(m)	Bjørn Heggelund, FIK Stein	(38)	Heggedal/Ka	28.08.2010
12.88		Arne Bjørn Lunder, Oslo IL (30)	(25)	Oslo/So	05.09.1998
12.78	(1)	Øivind Johansen, Moss IL	(35)	Aremark	12.09.2006
12.58		Leif Fon, Tønsberg FIK	(30)	Tolvsrød	20.09.2002
12.53	(2)	Gunnar Værnes, Oslo IL	(35)	Lørenskog	05.09.2007
12.44	(4)	Gunnar Bolset, Førde IL	(39)	Moss	23.08.2009
12.39	(m)	Kåre Sommerseth, Moss IL	(35)	Tønsberg	30.04.2005
12.38	(5)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Ravnanger	17.06.2007
12.24	(1)	Aksel Rosland, Orre IL	(39)	Vågsbygd	12.09.2010
12.03	(m)	Gunnar Olav Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Sandefjord	11.08.2008
11.96		Harald Tveitkåsa, IL Tørn	(25)	Oslo/So	10.05.1997
11.71	(m)	Asbjørn Eidnes, IK Hind (40)	(21)	Heggedal/Gj	22.08.1992
11.69	(2)	Odd Skuterud, Oslo IL	(32)	Askim	30.06.2002
11.28	(m)	Johan Botilsrud, Oslo IL	(27)	Oslo/La	21.08.1999
11.25	(2)	John Arve Johansen, Ullensaker/Kisa IL	(36)	Jessheim	03.06.2010
10.97		Per Gundersrud, Oslo IL	(23)	Oslo/So	23.05.1994

**Vektkast / Weight Throw 7.26 kg menn 75-79 år / Men 75-79 years - 9.00**

16.52		Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Lyngdal	16.10.1994
15.54	(1)	Arne Sæther, Heggedal FIK	(31)	Løten	01.04.2006
14.90	(1)	Per Stavem, Fossum IF	(26)	Heggedal/Gj	14.05.2001
14.07	(m)	Kurt Fredrik Homme, Fossum IF	(29)	Heggedal/Gj	21.08.2004
13.79	(m)	Håvard Lund, Ullensaker/Kisa IL	(24)	Rolvsrud	20.07.1999
13.74	(2)	Helge Karl Fossnes, Kristiansands IF	(23)	Odense, DEN	04.09.1999
13.54	(1)	Jørgen M. Holme, Gloppen FIL	(31)	Hyen	10.09.2008
13.54	(m)	Leif Emil Gundersrud, Oslo IL	(34)	Oslo/La	02.05.2009
13.48	(1)	Arne Ueland, Tønsberg FIK	(34)	Tønsberg	09.06.2010
13.46	(1)	Gunnar Tellevik, Ask Friidrett (10)	(33)	Bergen/Sk	24.10.2009
12.70	(m)	Kristian Hegg, Tønsberg FIK	(25)	Heggedal/Gj	26.08.2000
12.23	(1)	Alf Buch, Tønsberg FIK	(32)	Tønsberg	13.10.2007
12.22	(3)	Harald Søbstad, IL Norodd	(32)	Drammen	07.03.2009
12.11	(1)	Gunnar Værnes, Oslo IL	(35)	Heggedal/Ka	17.06.2010
12.08	(m)	Tarald Rui, Lørenskog FIL	(33)	Heggedal/Ka	28.08.2010
11.76	(m)	Frantz Leonard-Nilsen, Oslo IL	(16)	Göteborg, SWE	06.07.1992
11.64	(m)	Arne Bjørn Lunder, Oslo IL	(25)	Lørenskog	27.10.2000
11.26	(2)	Asbjørn Eidnes, IK Hind	(21)	Oslo/St	09.08.1998
11.17	(1)	Jan Sommerseth, Moss IL	(35)	Moss	22.09.2010
11.13	(1)	Øivind Johansen, Moss IL (20)	(35)	Halden	18.09.2010

10.73	(m)	Harald Otto Tveitkåsa, IL Tørn	(25)	Tønsberg	02.08.2002
10.58	(m)	Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Oslo/So	12.09.1992
10.56	(1)	Leif Fon, Tønsberg FIK	(30)	Sandefjord	13.06.2005
10.40	(1)	Halldor Helland, IL Trio	(32)	Husnes	06.06.2009
9.98	(m)	Kåre Skailand, GTI	(33)	Lyngdal	05.07.2008
9.67	(5)	Peder Stensletten, Stord T&IL	(23)	Ravnanger	02.07.2000
9.55	(m)	Eivind Hamre, Vestre Slidre IL	(14)	Oslo/La	28.08.1993
9.17	(m)	Brynjar Røgeberg, Sandefjord T&IF	(34)	Tønsberg	24.04.2010
9.10	(3)	Olaf Bjørgen, Ogdal IL	(27)	Stjørdal	03.08.2003

**Vektkast / Weight Throw 7.26 kg menn 80-84 år / Men 80-84 years - 8.00**

13.06		Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Rolvstrud	22.11.1998
13.05		Kaare Meidell Sundal, Oslo IL	(13)	Oslo/So	17.09.1994
8.87		Carsten Merling, Oslo IL	(12)		01.04.1900

**Vektkast / Weight Throw 5.45 menn 80-84 år / Men 80-84 years - 9.00**

15.94	(1)	Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Heggedal/Gj	23.06.1998
14.34	(m)	Håvard Lund, Ullensaker/Kisa IL	(24)	Heggedal/Gj	11.06.2005
14.02	(1)	Kurt Fredrik Homme, Fossum IF	(29)	Moss	23.08.2009
14.00	(3)	Einar Røberg, IL Trysilgutten	(28)	Ljubljana, SLO	25.07.2008
13.35	(1)	Helge Karl Fossnes, Kristiansands IF	(23)	Stjørdal	03.08.2003
12.97	(m)	Asbjørn Eidnes, IK Hind	(21)	Tønsberg	02.08.2002
12.93	(1)	Arne Bjørn Lunder, Oslo IL	(25)	Geithus	02.07.2006
12.84	(m)	Gudmund Skrivervik, Gloppen FIL	(21)	Heggedal/Gj	31.08.2002
12.34	(2)	Asbjørn Reigstad, Osterøy IL	(18)	Oslo/St	08.08.1998
12.32	(m)	Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Heggedal	20.08.1994
		(10)			
11.66	(m)	Kaare Meidell Sundal, Oslo IL	(13)	Bjørkelangen	26.08.1994
11.50	(2)	Peder Stensletten, Stord IL	(23)	Stjørdal	03.08.2003
11.13	(m)	Eivind Hamre, Vestre Slidre IL	(14)	Heggedal	20.08.1994
10.84	(m)	Per Stavem, Fossum IF	(26)	Oslo/La	06.05.2006
8.87	(m)	Carsten Merling, Oslo IL	(12)	Oslo/So	12.09.1992
8.72	(m)	Kjell Egge, IL Flint	(25)	Tønsberg	30.04.2005
8.55	(m)	Kristian Hegg, Tønsberg FIK	(25)	Tolvstrød	17.08.2005

**Vektkast / Weight Throw 5.45 menn 85-89 år / Men 85-89 years**

14.83	(m)	Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Århus, DEN	31.07.2004
12.04		Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Oslo/So	29.05.1999
11.58	(1)	Olav O. Reigstad, Osterøy IL	(12)	Oslo/St	08.08.1998
11.00	(1)	Håvard Lund, Ullensaker/Kisa IL	(24)	Heggedal/Ka	17.06.2010
10.14	(1)	Arne Bjørn Lunder, Oslo IL	(25)	Florø	15.08.2010
8.66	(1)	Peder Stensletten, Stord IL	(23)	Ravnanger	08.06.2008
6.98	(1)	Olav Nyvoll, Hannevikas IL	(16)	Vågsbygd	12.09.2004
5.87	(m)	Kjell Egge, IL Flint	(25)	Tønsberg	24.04.2010

**Vektkast / Weight Throw 5.45 menn 90-94 år / Men 90-94 years**

10.82	(1)	Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Heggedal/Gj	26.05.2003
9.24	(1)	Olav O. Reigstad, Osterøy IL	(12)	Askim	30.06.2002
8.53	(m)	Erling Svennevik, Oslo IL	(18)	Fana	28.06.2008
6.14	(1)	Olav Nyvoll, Hannevikas IL	(16)	Vågsbygd	28.06.2006

**Vektkast / Weight Throw 5.45 menn 95-99 år / Men 95-99 years**

6.31	(1)	Torgeir Brandvold, Oslo IL	(13)	Tønsberg	17.08.2008
6.07	(1)	Olav O. Reigstad, Osterøy IL	(12)	Hatland	27.10.2007