

## 100 METER

Ellen Thomsen Refsholt	14,6		1953
Ellen Thomsen Refsholt	14,1	Sandefjord	18.jun 1955
Ellen Thomsen Refsholt	14,0	Melløs stadiod / Moss	20.jun 1955
Ellen Thomsen Refsholt	13,3	Sandefjord / Bugården	30.jul 1955
Gunn Vasvik Evensen	13,1	Larvik / Fram	13.jun 1959
Gunn Vasvik Evensen	12,8		jun 1959
Gunn Vasvik Evensen	12,6	Sandefjord / Bugården	21.jun 1959
Ingunn Holden	12,6	Larvik / Lovisenlund	01.jul 1981
Ingunn Holden	12,83	Porsgrunn / Kjølnes	15.aug 1981
Ingunn Holden	12,6	Larvik / Lovisenlund	03.sep 1981
Ingunn Holden	12,5	Larvik / Lovisenlund	02.sep 1982
Trude Christine Haug	12,72	Oslo / Nadderud	17.jun 1984
Cecilie Lund	12,5	Larvik / Lovisenlund	19.jun 1985
Cecilie Lund	12,5	Larvik / Lovisenlund	10.jul 1985
Trude Christine Haug	12,48	Oslo / Nadderud	22.jun 1986
Nina H. Molteberg	12,4	Larvik / Lovisenlund	12.aug 1987
Randi Nymo	12,3	Borre	17.jun 1988
Josefine Tomine Eriksen	12,43	Lovisenlund	24.mai 2017

## 200 METER

Gunn Vasvik Evensen	26,9	Sverige	sep 1959
Torhild Seemann Pettersen	26,9	Sandefjord / Haukerød	16.jun 1969
Ellen Eftang Næss	26,9	Oslo / Bislett	30.mai 1972
Ingunn Holden	26,9	Larvik / Lovisenlund	16.sep 1979
Ingunn Holden	26,3	Larvik / Lovisenlund	30.jul 1980
Ingunn Holden	25,93	Porsgrunn	23.mai 1981
Ingunn Holden	25,5	Larvik / Lovisenlund	30.aug 1981
Ingunn Holden	24,8	Oslo / Bislett	07.sep 1982
Josefine Tomine Eriksen	24,88	Moss	26.jun 2016
Josefine Tomine Eriksen	24,84	Fana / Bergen	03.sep 2017

## 300 METER

Nina Molteberg	41,63	Oslo / Lambertseter	07.mai 1988
----------------	-------	---------------------	-------------

## 400 METER

Marit Kittelsen Rimstad	62,5	Oslo / Nadderud	30.jun 1963
Marit Kittelsen Rimstad	62,3	Trondheim	17.aug 1963
Anne Meek	62,0	Kristiansand	19.jun 1976
Kristin Borch-Jensen	61,4	Oslo / Bislett	19.jul 1978
Kristin Borch-Jensen	60,8	Larvik / Lovisenlund	29.jul 1978
Ingunn Holden	59,2	Larvik / Lovisenlund	24.jun 1979
Ingunn Holden	58,4	Larvik / Lovisenlund	15.sep 1979
Ingunn Holden	58,04	Førde	10.aug 1980
Ingunn Holden	58,0	Larvik / Lovisenlund	27.mai 1981
Ingunn Holden	57,8	Oslo / Stovner	03.jun 1981
Ingunn Holden	57,2	Oslo / Bislett	16.jun 1981
Ingunn Holden	56,3	Oslo / Stovner	26.jul 1981
Ingunn Holden	55,9	Oslo / Bislett	17.jun 1982
Ingunn Holden	55,94	Larvik / Lovisenlund	03.jul 1983
Ingunn Holden	55,84	Byrkjelo	17.jul 1983
Ingunn Holden	55,81	Trondheim / Lerkendal	31.jul 1983
Randi Nymo	55,49	Byrkjelo	14.aug 1988
Josefine Tomine Eriksen	55,43	Hamar	18.mai 2016
Josefine Tomine Eriksen	54,45	Florø	04.jun 2016

## 600 METER

Stine A. Bosheim	1,46,66	Tønsberg	16.sep 2007
Stine A. Bosheim	1,44,17	Nadderud	07.jun 2008
Malin Edland	1,43,40	Larvik / Lo	15.mai 2013
Josefine Tomine Eriksen	1,43,24	Larvik / Lo	11.sep 2013
Malin Edland	1,31,41	Larvik / Lo	10.sep 2014

## 1000 METER

Anne Gro Reppesgård Hansen	3,19,8		1978
Catrine Lund	3,03,64	Porsgrunn	22.jul 1982

## 800 METER

Titti Amundsen	2,42,6	Larvik / Lovisenlund	19.jun 1959
Aud H. Røland	2,31,8	Tønsberg / Stenmalen	09.aug 1969
Elisabeth Hjorten	2,31,5	Husum	05.jul 1972
Kristin Borch-Jensen	2,28,3		1976
Kristin Borch-Jensen	2,27,1		1977
Henny Mari Trøen	2,25,3	Sandefjord / Bugården	27.aug 1977
Ingunn Holden	2,19,8	Larvik / Lovisenlund	02.sep 1978
Ingunn Holden	2,13,7	Larvik / Lovisenlund	02.sep 1979
Ingunn Holden	2,12,12	Knarvik	13.sep 1981
Ingunn Holden	2,09,65	Oslo / Bislett	14.sep 1982
Ingunn Holden	2,07,25	Oslo / Bislett	23.aug 1983
Malin Edland	2,07,09	Hamar	23.mai 2015
Malin Edland	2,03,44	Oslo / Bislett	11.jun 2015

## 1500 METER

Henny Mari Trøen	5,12,9		1977
Anne Gro Reppesgård Hansen	5,11,0		1978

Anne Gro Reppesgård Hansen	5,00,8		1979
Anne Gro Reppesgård Hansen	4,55,7	Larvik / Lovisenlund	22.jun 1980
Anne Gro Reppesgård Hansen	4,44,8	Oslo / Stovner	15.jun 1981
Anne Gro Reppesgård Hansen	4,44,3	Larvik / Lovisenlund	02.jun 1982
Anne Gro Reppesgård Hansen	4,41,2	Oslo / Stovner	30.jun 1982
Anne Gro Reppesgård Hansen	4,40,0	Oslo / Nadderud	18.aug 1982
Lise Johansen	4,37,0	Larvik / Lovisenlund	19.jun 1985
Lise Johansen	4,24,83	Steinkjær	21.jul 1985
Lise Johansen	4,21,21	Sandnes	10.aug 1986
Lise Johansen	4,19,53	Nesbyen	16.aug 1987
Lise Johansen	4,18,90	Stjørdal	20.aug 1989

### 3000METER

Anne Gro Reppesgård Hansen	11,10,8	Larvik / Lovisenlund	16.sep 1979
Anne Gro Reppesgård Hansen	11,00,0	Larvik / Lovisenlund	30.aug 1980
Anne Gro Reppesgård Hansen	10,27,0	Stavanger	05.jul 1981
Anne Gro Reppesgård Hansen	10,24,8	Oslo / Stovner	24.jul 1981
Anne Gro Reppesgård Hansen	10,22,91	Oslo / Bislett	16.jun 1982
Anne Gro Reppesgård Hansen	10,21,8	Porsgrunn / Kjølnes	02.okt 1982
Anne Gro Reppesgård Hansen	10,13,5	Porsgrunn / Kjølnes	30.aug 1983
Anne Gro Reppesgård Hansen	10,13,0	Larvik / Lovisenlund	24.sep 1983
Anne Gro Reppesgård Hansen	9,58,3	Oslo / Stovner	16.mai 1984
Anne Gro Reppesgård Hansen	9,53,6	Oslo / Lambertseter	24.mai 1984
Anne Gro Reppesgård Hansen	9,51,4	Oslo / Stovner	14.aug 1985
Lise Johansen	9,41,14	Oslo / Bislett	15.sep 1987
Lise Johansen	9,32,98	Oslo / Bislett	19.mai 1988

### 5000METER

Anne Gro Reppesgård Hansen	17,59,7*	Larvik / Lovisenlund	05.okt 1982
Anne Gro Reppesgård Hansen	17,37,6	Oslo / Nadderud	22.aug 1983
Anne Gro Reppesgård Hansen	17,09,31	Årdal	26.aug 1984
Anne Gro Reppesgård Hansen	16,51,4	Oslo / Nadderud	19.aug 1985

### 10000METER

Anne Gro Reppesgård Hansen	37,59,0	Lillehammer	24.mai 1985
----------------------------	---------	-------------	-------------

### 1/2 MARATON

Anne Gro Reppesgård Hansen	1,16,21	Oslo	13.sep 1984
----------------------------	---------	------	-------------

### MARATON

Anne Gro Reppesgård Hansen	2,50,26	Stockholm	jun 1984
Anne Gro Reppesgård Hansen	2,48,02	Haga	22.sep 1984
Anne Gro Reppesgård Hansen	2,39,30	London	26.apr 1985

### 100 M HEKK

Torhild Seemann Pettersen	15,1	Fana	15.aug 1969
Unni Arvesen	15,00	Steinkjær	19.jul 1985

### 200 M HEKK

Vigdis Nalum	36,4		1978
Wenche Standal	34,0	Trondheim	okt 1982
Unni Arvesen	30,1	Porsgrunn	03.aug 1983

### 300 M HEKK

Malin Edland	44,65	Haugesund	05.sep 2014
--------------	-------	-----------	-------------

### 400 M HEKK

Ingunn Holden	66,5	Borre	19.sep 1982
Unni Arvesen	65,3	Larvik / Lovisenlund	12.jun 1985
Malin Edland	64,66	Larvik / Lovisenlund	12.mai 2015
Josefine Tomine Eriksen	63,36	Larvik / Lovisenlund	11.mai 2016
Josefine Tomine Eriksen	62,86	Hamar	18.mai 2016

### 3000 METER KAPPGANG

Josefin Greiff	14,57,26	Oslo / Bislett	25.aug 2018
----------------	----------	----------------	-------------

### LENGDE

Ellen Thomsen Refsholt	4,67		1953
Ellen Thomsen Refsholt	4,86	Sandefjord / Bugården	31.jul 1955
Gunn Vasvik Evensen	4,90	Porsgrunn	07.jun 1959
Torhild Seemann Pettersen	4,98		
Torhild Seemann Pettersen	5,11	Drammen	18.aug 1962
Torhild Seemann Pettersen	5,25	Gjerpen	03.jun 1963
Torhild Seemann Pettersen	5,27	Porsgrunn	08.jun 1963
Torhild Seemann Pettersen	5,39	Trondheim	17.aug 1963
Torhild Seemann Pettersen	5,41	Gjøvik	14.sep 1963
Torhild Seemann Pettersen	5,45	Larvik / Lovisenlund	1964
Torhild Seemann Pettersen	5,46	Bislett	05.sep 1964
Torhild Seemann Pettersen	5,55	Teie	1964
Torhild Seemann Pettersen	5,66		jun 1969
Torhild Seemann Pettersen	5,85	Oslo / Bislett	25.jun 1969

### LENGDE U.T.

Gunn Vasvik Evensen	2,34	Lavik / Romberggata	13.mar 1959
Gunn Vasvik Evensen	2,51	Lavik / Romberggata	14.mar 1960
Torhild Seemann Pettersen	2,55	Lavik / Romberggata	21.jan 1962
Torhild Seemann Pettersen	2,56	Tønsberg	17.feb 1963
Torhild Seemann Pettersen	2,66	Larvik / Romberggata	22.feb 1963
Torhild Seemann Pettersen	2,67	Lavik / Fram	02.mar 1963
Torhild Seemann Pettersen	2,67	Lavik / Fram	06.des 1963
Torhild Seemann Pettersen	2,68	Larvik / Romberggata	24.jan 1964
Torhild Seemann Pettersen	2,74	Larvik / Romberggata	21.feb 1964
Torhild Seemann Pettersen	2,74	Oslo	29.feb 1964

Torhild Seemann Pettersen	2,74	Eidanger	08.mar 1970
	<b>HØYDE</b>		
Ellen Thomsen Refsholt	1,31	Larvik / Lovisenlund	10.jul 1953
Ellen Thomsen Refsholt	1,40	Sandefjord	11.sep 1955
Grethe Borch-Jensen	1,40	Larvik / Fram	04.okt 1959
Grethe Borch-Jensen	1,43	Sandefjord / Bugården	29.mai 1960
Torhild Seemann Pettersen	1,47	Gjøvik	14.sep 1963
Torhild Seemann Pettersen	1,49	Tønsberg / Stenmalen	24.aug 1969
Mary-Ann Svindal	1,55	Oslo / Bislett	29.mai 1975
Gunhild Espolin Johnson	1,55	Sandefjord /Haukerød	19.jun 1979
Gunhild Espolin Johnson	1,55	Tønsberg / Stenmalen	27.sep 1981
Jeanette Svanberg	1,55	Arendal	11.aug 1982
Synnøve Bendiksen	1,59	Larvik / Lovisenlund	04.jun 1983
Unni Arvesen	1,62	Tønsberg / Stenmalen	08.okt 1984
	<b>HØYDE U.T.</b>		
Titti Amundsen	0,95	Larvik / Romberggata	30.nov 1959
Birgit Kirkemyr	1,00	Larvik / Romberggata	14.mar 1960
Britt Dorholt	1,15		1961
Torhild Seemann Pettersen	1,18	Larvik /Fram	12.nov 1961
Torhild Seemann Pettersen	1,20	Larvik /Fram	14.des 1961
Torhild Seemann Pettersen	1,20		1962
Torhild Seemann Pettersen	1,23	Larvik / Romberggata	28.feb 1964
Torhild Seemann Pettersen	1,24	Tønsberg	01.mar 1964
Mary-Ann Svindal	1,25		1976
	<b>TRESTEG</b>		
Elizabeth Sannes	9,45		1994
Elizabeth Sannes	9,74		1996
Camilla Herland	10,27	Tønsberg / Greveskogen	05.sep 1999
Liv Inger Johannesen	10,32	Porsgrunn/Kjølnes	07.sep 2002
	<b>STAV</b>		
Elisabeth Sannes	1,65	Larvik / Lovisenlund	31.mai 1995
Elisabeth Sannes	1,66	Tønsberg / Greveskogen	30.jul 1995
Liv Inger Johannesen	1,80	Tønsberg / Greveskogen	05.sep 1999
Liv Inger Johannesen	2,00	Sandefjord / Bugården	06.sep 2000
Liv Inger Johannesen	2,05	Sandefjord / Bugården	10.sep 2000
Liv Inger Johannesen	2,22	Tønsberg / Greveskogen	07.sep 2003
Ida Elise Onsjøien	2,22	Jessheim	13.sep 2014
	<b>KULE</b>		
Grethe Borch-Jensen	8,57	Larvik / Lovisenlund	01.aug 1959
Grethe Borch-Jensen	9,09	Larvik / Lovisenlund	1959
Grethe Borch-Jensen	9,25	Larvik / Lovisenlund	27.jun 1962
Solfrid Andresen	10,05		1966
Solfrid Andresen	10,25	Tønsberg / Stenmalen	30.jul 1967
Solfrid Andresen	10,61		1967
Wenche Hellenes Granerud	10,91	Sandefjord / Bugården	15.aug 1973
Wenche Hellenes Granerud	11,32	Oslo / Bislett	19.sep 1974
Mary-Ann Svindal	11,58	Sandefjord / Bugården	17.aug 1975
Mary-Ann Svindal	11,59	Arendal	06.jul 1977
	<b>DISKOS</b>		
Grethe Borch-Jensen	22,00	Tønsberg / Stenmalen	1960
Lisbeth Andersen	22,82		1965
Unni Kristiansen	29,06		1966
Solfrid Andresen	30,16		1967
Wenche Hellenes Granerud	31,24	Larvik / Lovisenlund	20.jul 1973
Wenche Hellenes Granerud	31,72	Horten	24.aug 1974
Mary-Ann Svindal	37,08	Barkåker	13.aug 1975
Mary-Ann Svindal	41,44	Larvik / Lovisenlund	25.jul 1976
Mary-Ann Svindal	41,44	Lillesand	04.jul 1979
	<b>SPYD</b>		
Grethe Borch-Jensen	29,33	Tønsberg / Stenmalen	1960
Wenche Hellenes Granerud	35,00	Våle	03.sep 1972
Rigmor Jønnum Grimnes	36,44	Larvik / Lovisenlund	09.mai 1978
Rigmor Jønnum Grimnes	37,22	Kragerød	07.jul 1979
Susanne Nilsen	39,46	Larvik / Lovisenlund	23.jun 1984
Susanne Nilsen	39,48	Moss	27.jul 1984
Susanne Nilsen	41,22	Porsgrunn / Kjølnes	19.sep 1984
Kaja Mørch Pettersen	45,10	Larvik / Lovisenlund	16.sep 2015
Kaja Mørch Pettersen	50,38	Harstad	12.aug 2017
Kaja Mørch Pettersen	52,92	Larvik / Lovisenlund	09.mai 2018
Kaja Mørch Pettersen	55,48	Hvidovre/DK	12.aug 2018
Kaja Mørch Pettersen	56,22	Larvik / Lovisenlund	26.sep 2018
Kaja Mørch Pettersen	56,22	Larvik / Lovisenlund	27.mar 2019
<b>Kaja Mørch Pettersen</b>	<b>56,24</b>	<b>Bislett / Oslo</b>	<b>22.jun 2021</b>
	<b>SLEGG</b>		
Wenche Hellenes Granerud	27,72	Larvik / Lovisenlund	07.okt 1975
Ragne Myrvang	32,05	Tønsberg / Greveskogen	17.jun 2004

**VEKTKAST**

Wenche Hellenes Granerud	6,29	Tønsberg / Greveskogen	26.aug 1995
Eline Myrvang	9,72	Tønsberg / Greveskogen	17.jun 2004
Marianne Selnæs	10,11	Sandefjord / Kastfeltet	16.mai 2014

**3-KAMP***Ny Tabell 2002*

Mary-Ann Svindal	1571	100 m 14,4	508	01.jul 1975
		Diskos 30,06	464	Tønsberg
		Høyde 1,48	599	
Mary-Ann Svindal	1700	100 m 14,3	522	30.mai 1976
		Diskos 37,84	612	Tønsberg
		Høyde 1,45	566	
Mary-Ann Svindal	1720	100 m 14,4	508	04.jun 1978
		Diskos 36,76	591	Lovisenlund
		Høyde 1,50	621	

**5-KAMP***Ny Tabell 2002*

Torhild Seemann Pettersen	3166	100 hekk 15,3	772	2-3aug 1969
		Kule 4 7,69	379	Trondhjem
		Høyde 1,48	599	
		Lengde 5,77	780	
		200 m 27,7	636	

**7-KAMP***Ny Tabell 2002*

Gunhild Espolin Johnson	3487	100 hekk 17,9	474	26-27sep 1981
		Kule 4 8,24	415	Tønsberg
		Høyde 1,55	678	
		200 m 29,3	515	
		Lengde 4,83	514	
		Spyd 600 24,06	365	
		800 m 2,44,2	526	
Viktoria Berger	3513	100 hekk 17,6	505	15-16sep 2001
		Kule 4 7,38	359	Ski
		Høyde 1,40	512	
		200 m 27,8	628	
		Lengde 4,77	498	
		Spyd 600 26,54	411	
		800 m 2,37,7	600	

**KAST 5-KAMP***Ny Tabell 2010*

Wenche Hellenes Granerud	1698	Slegge 4 22,70	337	26.aug 1995
		Kule 4 8,58	437	Tønsberg
		Diskos 1 21,34	302	
		Spyd 600 23,38	352	
		Vekt 9,072 6,29	270	
Jeanette Svanberg Eliassen	1808	Slegge 4 25,26	391	19.aug 2016
		Kule 4 8,14	408	Sandefjord
		Diskos 1 22,65	326	
		Spyd 600 20,57	299	
		Vekt 9,072 8,21	384	
Jeanette Svanberg Eliassen	1868	Slegge 4 21,25	306	09.sep 2017
		Kule 4 8,72	446	Tønsberg
		Diskos 1 22,58	325	
		Spyd 600 23,52	355	
		Vekt 9,072 9,06	486	

