

AURSKOG-HØLAND FRIIDRETTSLAG



ÅRSBERETNING

1985

INNHold

Fra formannen	side 1
Tillitsvalgte 1985	side 2
Arbeidet i styret	side 3
Medlemmer	side 3
Økonomi	side 3
Arrangementer	side 5
Tillitsverv	side 5
Påskjønnelser	side 6

Arbeidet i forskjellige utvalg

Treningsutvalget	side 7
Rekrutteringsutvalget	side 7
Trimutvalget	side 8
Barne- og ungdomsutvalget	side 9
Planleggingskomite- friidrettsbane	side 9

Resultater 1985

Mesterskap	side 11
Kretsrekorder	side 13
Lagserier - Norges Friidrettsforb.	side 14
Stafetter	side 19
Årsbestestatistikk	side 24

<u>Klubbrekorder</u>	side 34
----------------------	---------

FRA FORMANNEN

Det er tid for årsrapport og klubbens meritter for 1985 skal legges på bordet for gjennomomsyn på godt og vondt.

Året 1985 må vi vel kunne si vil bli ett merke-år for AHF med gjennomslag for friidrettsbanen og damenes eliteplass i Holmenkollstafetten. Begge deler er mål som er nådd, og som med en gang gir oss nye utfordringer ved å utnytte dette maksimalt på beste måte. Skal vi drive ekspansivt og fremtidsrettet idrettsarbeid er det veldig viktig og kunne ha konkrete resultater og vise til, noe som gir arbeidslyst, pågangsmot og optimisme for aktive og ledere.

A.H.F står nå som byggherre for en friidrettsbane til 3 millioner kroner, hvor dugnadsinnsats er beregnet til 455 000 kroner. A.H.F har med dette et stort ansvar foran seg ved og gjennomføre dette på en måte som gir respekt både for oss selv og andre. Målet må være og gjøre byggeperioden så kort som mulig, dvs. grunnarbeid, drennering, plantering og tilsåing i 1986. Legging av dekke må skje så tidlig som mulig i 1987, det vil si at vi kan bruke banen etter ferien 1987. Jeg tror fellesoppgave som dugnadsinnsats her vil representere, vil kunne være miljøskapende og samlende for klubben på mange måter. Det vil nok bli både humor og svette, men la oss vise folket at ryggraden i A.H.F er sterk.

Idrettslig sett har sesongen vært bra med gode stafettresultater for jenter, gutter, junior, senior og vetteraner. Individuelt har vi også mange gode resultater med Jan Åke og Kristin i spissen. Desværre har skader satt mange ut av spill i år, men det varmer og se at de det gjelder ikke gir opp.

Som formann må jeg se på sesongen totalt dvs: resultatmessig, idrettslig, stevnearrangementer, rekruttering, treningstilbud, administrativt og ikke minst den sosiale trivsel i laget. Jeg mener det er grunnlag for og si at vi har hatt en gjøvn bra sesong.

Det er min mening at A.H.F har store fremtidsmuligheter dersom vi med nok ansvarsbevisst tøffhet og pågangsmot klarer og utnytte klubbens resurser som: god rekruttering, ny friidrettsbane, elitelag i Holmenkollstafetten, og ett positivt og godt miljø. En ting må ingen av oss glemme at klubbens fremgang må løftes i fellesskap, det er helt avgjørende for forventet fremgang.

Til slutt vil jeg takke alle aktive, trenere, ledere og foreldre for positiv medvirkning i 1985.

Georg Øvrehus
formann

TILLITSVALGTE 1985

Styret:	Formann: Georg Øvrehus Nestformann: Tor Olsen Sekretær: Finn Welde Kasserer: Astrid Aamodt Styremedlemmer: Finn Lie, Ingrid Olsen, Roar Lunder, Carl Fredrik Havnaas
Revisorer:	Thorstein Kolstad, Arne Øversveen
Arrangementsstyret:	Styret
Instruksjons- og treningsutvalg:	Øivind Olsen, Per Sønsthagen, Finn Welde, Tanja Øvrehus, Jan Tore Anthonisen(sprang), Håvard Lund(kast)
Banekomit-:	Arve Høgne, Finn Lie, Odd Thore Bjerkheim, Håvard Lund, Kjell Næss, Julian Jonassen
Utvalg gutter og jenter/lagserie/KM:	Roar Lunder, Brit Jacobsen, Jan Erik Jørgensen
Stafetter/lagserie senior og junior menn:	John Svanstrøm, Per Sønsthagen
Stafetter/lagserie senior kvinner:	Kåre Thoresen, Ingrid Olsen
Stafetter jenter:	Willy Linnerud, May Ness
Stafetter gutter:	Øyvind Olsen, Harry Utgårdsløkken
Oppmenn senior, gutter, jenter:	Roar Lunder, Øyvind Olsen, Tor Olsen
Rekrutteringsutvalg:	Finn Welde, Aud Olsen, Audhild Soot, May Ness, Terje Årnes, Maren Aamodt Vilberg
Statistikk og serie:	Tor Olsen, Carl Fredrik Havnaas, Mona Øversveen, Ronny Nordli
Trimutvalg:	Finn Lie, Arne Øversveen, Knut Øyvind Alfarrustad, Odd Tore Bjerkheim, Astrid Aamodt, Rolf Jacobsen, Rune Sand
Veteranutvalg:	Håvard Lund, Audhild Soot Per B. Jacobsen, Arve Høgne (stafetter)
Planleggingskomit- for	ny friidrettsbane - Bjørkelangen: Kåre Thoresen, Aksel Lunner, Per B. Jacobsen, Finn Lie, Carl Fredrik Havnaas, Gunnar Gustavsen
Idrettsmerkeutvalg:	Egil Lier, Kåre Thoresen, Sigurd Dalby, Håvard Lund
Ungdomsgruppa:	Carl Fredrik Havnaas, Tanja Øvrehus, Kristin Lunner, Eva Linnerud, Mona Øversveen, Ronny Nordli (Egen valgkomite)
Valgkomit-:	Styret

ARBEIDET I STYRET

Styret har i 1985 hatt 8 møter og behandlet 24 saker.

De viktigste sakene gjelder:

- Friidrettsanlegg med fast dekke
- Nye konkurransedrakter
- Reklameavtale med Aurskog Sparebank
- Diverse saker vedr. støtte til aktive

Styret har videre fungert som arrangementskomite og valgkomite.

MEDLEMMER

AHF har i 1985 hatt 230 registrerte/betalende medlemmer.

Vi bør prøve å få med de aller fleste som deltar i klubbens aktiviteter som faste medlemmer.

Her er det en del å gå på ennå.

ØKONOMI

Fra kommunen ved kulturstyret fikk AHF i år kr. 9.800,-. Fra trimutvalget i Romerike Idrettskrets har vi etter søknad fått dekket underskudd på trimarrangementene med kr. 2.000,-. Fra Høland Sparebank har vi fått kr. 5.000,- etter avtale om reklame. Inntektene fra kalkunlotteriet ifjor høst er kommet med i årets regnskap, og det ga et overskudd på omtrent kr. 12.000,-. Inntektene fra lotteriet som nå pågår, vil likeledes komme i neste års regnskap. Videre kan vi i nærmeste framtid regne med å få tildelt penger fra Aurskog Sparebank, ifølge avtalen inngått med dem.

Vi vil betegne økonomien i laget som god. Styret har valgt å sitte med noe mer kapital enn det som har vært vanlig i laget på grunn av den helt spesielle situasjon med bygging av friidrettsbane.

AURSKOG-HØLAND FRIDRETTSLAG

Stiftet 23. februar 1968

Resultatregnskap for 1985

UTGIFTER

Administrasjon	24.435,55
Materiell	5.209,70
Premier	14.811,50
Reiser	14.519,43
Startkontingent	17.110,60
Treningsavgifter, kursutgifter	9.135,-
Utgifter ved salgstiltak	3.811,45

INNTEKTER

Kommunalt bidrag	9.800,-
Støtte til trimtiltak	2.000,-
Andre bidrag, tilskudd og inntekter	48.080,-
Loddsalg og salg av drakter	20.420,-
Startkontingent	17.888,70
Medlemskontingent	6.810,-
Renteinntekt	746,-

	89.033,23	105.744,70
Overskudd 1985	16.711,47	
	<u>105.744,70</u>	<u>105.744,70</u>
	=====	=====

Balanse pr. 03.12.1985

AKTIVA

Kasse	70,10
Postgiro	1.208,97
Bank	33.005,72

PASSIVA

Kapital pr. 7/12-84	17.573,32	
+ overskudd 1985	16.711,47	34.284,79
	<u>34.284,79</u>	<u>34.284,79</u>
	=====	=====

Bjørkelangen, 3. desember 1985

Arvid Hamodd
kasserer

revisor

revisor

ARRANGEMENTER

Stevner på terminliste RFIK

Hølandstafetten	Løken	17 april
Nasjonalt terrengløp g/j	Bjørkelangen	20 april
Kastkarusell nr.1	Høland st.	8 mai
Langfossrunden	Løken	1 juni
Lagserie nr.1 g/j 11-14	Høland st.	8 juni
KM g/j 11-14	Høland st.	14 august
KM 4 kamp g/j 15-18	Høland st.	8 september

Treningsstevner

Innendørsstevne	Bj.langen videreg.	2 mars
Banestevne	Høland st.	22 mai
Banestevne	Høland st.	25 september

Andre arrangementer

AHF har arrangert 1 løp i vinterkarusellen (Løken).

Trimutvalget og rekrutteringsutvalget har videre gjennomført en rekke arrangementer som er omtalt under disse utvalgene.

TILLITSVERV

Norges friidrettsforbund:

Håvard Lund Formann i veteranutvalget

Romerike friidrettskrets:

Håvard Lund Formann i veteranutvalget
Astrid Aamodt Revisor

PÅSKJØNNELSER

Innsatspokalen

Tildeles Georg Øvrehus for fremragende administrativt arbeid i klubben. Ved siden av at han har gjort en meget omfattende arbeidsinnsats, vil vi gjerne trekke fram at han har bidratt vesentlig til det gode miljøet i AHF og at han har vært en stor inspirasjonskilde på alle plan i arbeidet i klubben. Georg har også spesielt i år bidratt vesentlig til at friidrettsbanen nå blir en realitet.

Pokal for godt resultat

Turid Sundsrud har med 4.45.0 på 1500m klart kravet til pokalen. Giver: Finn Lie

Pokal for god framgang

Tildeles Camilla Lunder, Marlen Eng, Therese Jacobsen,
Jan Åke Jørgensen og Odd Bjarkum

Rekruttpokaler

Tildeles Hogne Røisheim, Stine Røisheim, John Ivar Brække,
Karl Olaf Høntorp, Leif Rune Krogh

ARBEIDET I FORSKJELLIGE UTVALG

TRENINGSUTVALGET

Som tidligere år har vi trent 2 ganger pr uke på Bjørkelangen videregående skole i vinterhalvåret. Snittet i oppslutning har vært rundt 20stk, men vi har vært oppe i ca 60 på det meste. I tillegg til dette hadde vi 10-12 utøvere på ukentlig innendørstrening i Skedsmohallen i januar - februar og mars.

Trening på H.G. Trimsenter har vært et nytt tilbud som etter bestemte kriterier har blitt tilbudt våre utøvere dette året. Rundt 10 stk benyttet seg av dette.

I sommerhalvåret har vi trent på Løken stadion 2 ganger pr uke. Det har gjennom hele sesongen vært god oppslutning om disse treningene, og dette la grunnlaget for en treningsmessig vellykket treningsleir. Denne ble arrangert i Kil med trening 2 økter pr dag. Mellom 50 og 60 deltok på treningsleiren og i tillegg til trening var det grillkveld og mye annet moro - uunværlig for en friidrettsinteressert.

Ellers har Kristin Lunner deltatt i landslagstrening for mangekampgruppa. Den har foregått på Idrettshøgskolen 1-2 ganger pr uke.

REKRUTTERINGSUTVALGET

Vi har også i år i store trekk fulgt et godt innarbeidet opplegg med 4 løp i en terrengkarusell og videre 2 banestevner.

Den vesentligste forandringen i år er satsing på større variasjon i løypelengdene.

Det har vært en gledelig økning i deltakelsen fra i fjor. I terrengløpene deltok 59 i første løp på Bråte, 69 i andre løp på Aursmoen, 66 i tredje løp på Momoen og 80 i siste løp på Setskog. Tilsammen hadde vi 96 deltakere og 64 av dem fullførte minst 3 løp.

Deltakelsen på banestevnene var henholdsvis 52 og 55.

Et viktig rekrutteringstiltak har også vært det nye treningstilbudet for de yngste. Oppslutningen her har vært god.

TRIMUTVALGET

I år er det registrert ca. 3000 turer til trimbøkene som har vært utlagt på 9 forskjellige steder i kommunen. Det er en nedgang på ca. 1800 turer fra i fjor. Dette må en gå ut fra skyldes det dårlige været vi hadde i sommer og høst.

Den største aktiviteten har vært på Fosser, og det var ikke uventet at årets trim-mester kom netopp herfra.

Ragnhild Bratteli har vært på boka ved Igletjern hver dag i registreringsperioden - d.v.s. 124 dager - uten opphold. Flere andre fulgte tett bak med bare noen få dagers "fravær".

Her følger resultatene over registreringen på de forskjellige stedene :

Fosser	647 reg. turer.	Ragnhild Bratteli	124 reg. dag
Hemnes	486 "	Harald Hånsen	93 "
Løken	432 "	Bjarne Dalen	42 "
Aurskog	418 "	Roy Pedersen	65 "
Finstadbru	363 "	Arne Olsen	63 "
Setskog	357 "	Julie Ørjaseter	108 "
Bjørkelangen (Bukkåsen)	173 "	Ole Andresen	35 "
Moe	84 "	Bjørn Skaug	15 "
Bjørkelangen (Burholsetera)	55 "	Knut Tallhaug	5 "

Etter loddtrekning ble det trukket ut premier til følgende:

Ivar M. Tangen, Fosser, Else Holtet, Føsser, Ingun Stillingen, Hemne Arne Arnesen, Løken, Espen Halvorsen, Aurskog, Lars Vegar Borstad, Finstadbru, Dagmar Kille, Setskog, Per Røysheim, Bjørkelangen.

Trim- og mosjonskarusellen ble arrangert for 6. gang i år, også her har deltagelsen vært noe synkende. 39 fullførte de "nødvendige" "løp" for å bli reg. for merke. I alt har ~~91~~ vært med på denne form for trim i år.

Heidi Nordby, Sigurd Dalby og Arne Olsen har fullført alle 6 årene.

AHF-mesterskap i terrengløp ble arrangert for første gang i år. Løpene ble lagt inn i to av løpene i AHF-trimmen. Første løp var kort løype på Bjørkelangen før sommeren og andre løp en lengre løype på Setskog nå i høst. Disse skulle telle sammen.

Det var noe dårlig deltagelse.

Resultatlisten for de som fullførte begge løpene ble som følger:

Gutter 16 år:	1. Hans Kr. Bernhus, plassiffer 3
Menn 35 - 39 år:	1. Widar Hellerud, " 4
Menn 40 - 44 år:	1. Richard Peel, " 3
	2. Kjell Erik Bernhus, " 4
	3. Per B. Jacobsen, " 5
Menn 60 - 64 år:	1. Sigurd Dalby " 2

BARNE- OG UNGDOMSUTVALGET

Vi har i år satset på deltakelse i en del større stevner som Tyrving-lekene, K-lekene og Totenlekene. Erfaringene er at vi bør bli enda flinkere til å hjelpe de yngre med tidlig å plukke ut stevner som klubben satser på. Minst en høsttur med overnatting bør stå på programmet. Årets tur til Totenlekene ble svært vellykket.

Vi har i år droppet lagserien på Romerike og har også stilt tynt i enkelte KM.

AHF stilte sist vinter store tropper i 3 innendørsstevner. Dette bør vi fortsette med.

Noe av det mest gledelige har ellers vært oppslutningen fra foreldrene. Arbeidet med å skape og holde på et godt miljø i laget er viktig og er tydelig i godt gjenge.

Våre utøvere har oppnådd en rekke gode resultater som tas opp ellers i årsrapporten.

PLANLEGGINGSKOMITE FOR NY FRIIDRETTSBANE - BJØRKELANGEN

Det er nedlagt et stort arbeid som har resultert i at vi høyst sannsynlig kan starte med byggingen i 1986. Det vil da kunne være mulig å ta banen i bruk i en del av sesongen 1987.

Noen hovedpunkter i arbeidet/saksgangen:

- Friidrettsbanen er prioritert først av Idrettens Kontaktutvalg
- Teknisk godkjennelse i STUI
- Omfattende søknad om midler fra STUI sendt (hovedtrekkene i finansieringsplanen under)
- Etter innstillinger fra kulturstyret og formannsskap ser det ut til at kommunen bevilger tilsammen kr. 1 000 000,- til bygging av banen. Siste budsjettbehandling skjer her i møte 12 desember.
- Prioritert som nr. 49 av 92 prioriterte anlegg fra Akershus fylkeskommune til STUI. I praksis er dette en god prioritet for et anlegg som er nytt på lista.

TM 19

KULTUR- OG VITENSKAPSDEPARTEMENTET
Ungdoms- og idrettsavdelingen (STU)
Postboks 8172, Dep., 01034 Oslo 1
Telefon: 11 90 90

Søknad om stønad til idrettsanlegg

Aurskog-Høland Friidrettslag 1963 Fosses i Høland
(anleggets eier) (postadresse)

Aurskog-Høland Akershus
(kommune) (fylke)

søker om stønadstør. 1 000 000,-

til friidrettsbane med fast banevedekke
(anleggets art)

Anleggskostnader* kr. 2 984 420,-

*Detaljert overslag vedlegges - jfr. vedlegg 2.

FINANSIERING:

Egenkapital*	kr. 17 250,-
Kommunalt/fylkeskommunalt tilskudd	» 1 000 000,-
Private tilskudd, gaver*	» 110 500,-
Dugnad*	» 455 700,-
Lån*	»
Rabatter	» 400 970,-
Stonad av tippemidlene	» 1 000 000,-
Samlet finansiering	» 2 984 420,-

*Disse poster må det redegjøres for i eget skriv, vedlegg av lånetilsagnet e.l. - jfr. vedlegg 3.

Planene for anlegget er faglig godkjent i skriv av 26.09.1985
ref. fra Kultur- og vitenskapsdepartementet/..... Aurskog-Høland kommune.

Anlegget ble/vil bli påbegynt 1986 og planlegges fullført 1987

Anlegget vil bli forsvart vedlikeholdt og stå åpent for allmenn idrettslig virksomhet. Plan for driften av anlegget følger vedlagt. Anlegget vil ikke bli avhendt, beskåret eller pantsatt uten samtykke fra Kultur- og vitenskapsdepartementet. Mislighold av villkarene gir rett til å kreve tilskuddet tilbakebetalt.

..... Fosses den 19.....

(underskrift)

RESULTATER 1985

MESTERSKAP

Verdensmesterskap i Roma veteran

7.pl.	45-49	Odd Tore Bjerkheim	3000m.h.	10.56.5 min.
25.pl.	"	Odd Tore Bjerkheim	10000m.	35.20.0 min.
	"	Odd Tore Bjerkheim	maraton	2.56.30 timer
Bronse	60-64	Håvard Lund	diskos	34.34 m.
5.pl.	"	Håvard Lund	høyde	1.45 m.
5.pl.	"	Håvard Lund	spyd	42.60 m.
9.pl.	"	Håvard Lund	100 m.h	19.67 sek

Nordisk mesterskap veteraner

Bronse	35-39	Jan Amund Ydersbond	tresteg	13.25 m
4.pl.	"	Jan Amund Ydersbond	spyd	49.20 m
4.pl.	60-64	Håvard Lund	spyd	40.46 m
"	"	Håvard Lund	høyde	1.36 m
5.pl.	"	Håvard Lund	100 m.h.	19.52 sek
8.pl.	"	Håvard Lund	diskos	37.10 m
"	"	Håvard Lund	400 m.	71.10 sek.
Bronse	45-49	Odd Tore Bjerkheim	3000 m.h.	11.03.56 min
6.pl.	"	Odd Tore Bjerkheim	5000 m.	17.18.52 min

Norgesmesterskap veteran

Gull	60-64	Håvard Lund	100 m.h.	18.98. sek
Gull	"	Håvard Lund	spyd	39.18 m.
Gull	"	Håvard Lund	400 m.h.	83.17 sek.
Sølv	"	Håvard Lund	10-kamp	6611p.
Sølv	"	Håvard Lund	høyde	1.35m.
Sølv	"	Håvard Lund	5-kamp	2686p.
Bronse	"	Håvard Lund	høyde u/t	1.16 m.
Bronse	"	Håvard Lund	stav	2.20m.
4.pl.	"	Håvard Lund	diskos	36.82m.
5.pl.	"	Håvard Lund	slegge	24.90m .
6.pl.	"	Håvard Lund	lengde u/t	2.38m.
7.pl.	"	Håvard Lund	kule	11.29 m.
Sølv	35-39	Jan Amund Ydersbond	5-kamp	3217 p.

NM Stafetter veteran

Gull	35-39	4x100 m	46.6 sek.
(Jan Tore Anthonisen, Finn Lie, Jan Amund Ydersbond, Arne Wergerland)			
Bronse	40-49	4x100 m	50.4 sek.
(Roald Strand, Haldor Kjørsvik, Roar Lunder, Finn Welde)			
(Vidar Myhrvold, Finn Lie, Jan Amund Ydersbond, vidar Hellerud)			
Bronse	40-49	4x1500 m	19.16.5 min.
(Arve Høgne, Per B. Jacobsen, Odd Tore Bjerkheim, Finn Welde)			
7.pl.	35-39	4x1500 m	18.49.6 min.

NM terrengløp

9.pl.	sen.	Turid Sundsrud
23.pl.	jun.	Mona Øversveen
29.pl.	"	Therese Jacobsen
10.pl.	"	Ronny Nordli
25.pl.	"	Carl-Fredrik Havnaas

NM jr. Steinkjer

uplass.	Carl-Fredrik Havnaas	800 m.	1.59.50 min.
"	Kristin Lunner	100 m/hekk	15.48 sek.

NM mangekamp Kristiansand jr.

Sølv	Kristin Lunner	5-kamp	4826 p.
(15.3 sek. 11.07 m. 1.71 m. 27.7 sek. 5.25 m. 38.50 m. 2.30.3 min.)			

Donald Duck mesterskap

Gull	G71-72	Jan Åke Jørgensen	800 m	2.03.82
------	--------	-------------------	-------	---------

Kretsmesterskap

Gull	65-69	Aksel Lunner	høyde u/t	1.08 m.
Gull	"	Aksel Lunner	lengde u/t	2.34 m.
Gull	60-64	Håvard Lund	høyde u/t	1.16 m.
Gull	"	Håvard Lund	lengde u/t	2.40 m.
Gull	"	Håvard Lund	slegge	26.12 m.
Gull	"	Håvard Lund	spyd	40.26 m.
Gull	"	Håvard Lund	tresteg	8.46 m.
Gull	"	Håvard Lund	60 m.	9.3 sek.
Gull	"	Håvard Lund	diskos	37.04 m.
Gull	"	Håvard Lund	400 m.	73.2 sek.
Gull	55-59	Roald Strand	60 m.	8.3 sek.
Gull	"	Roald Strand	100 m.	12.5 sek.
Gull	40-44	Jarle Elvemo	tresteg	9.76 m.
Sølv	"	Finn Welde	høyde u/t	1.36 m.
Sølv	"	Finn Welde	lengde u/t	2.70 m.
Sølv	"	Arve Høgne	400 m.	56.4 sek.
Sølv	"	Haldor Kjørsvik	60 m.	8.1 sek.
Sølv	"	Richard Peel	terrengløp	
Bronse	"	Jarle Elvemo	60 m.	8.9 sek.
Bronse	"	Arve Høgne	800 m.	2.11.4 min.
Bronse	"	Halldor Kjørsvik	lengde	4.64 m.
Gull	35-39	Jan Tore Anthonisen	kule	11.36 m.
Gull	"	Jan Tore Anthonisen	100 m.	11.5 sek.
Gull	"	Jan Tore Anthonisen	lengde	6.59 m.
Sølv	sen.	Jan Tore Anthonisen	høyde	1.90 m.
Sølv	"	Jan Tore Anthonisen	spyd	51.08 m.
Sølv	"	Jan Tore Anthonisen	100 m.	12.0 sek.
Sølv	"	Jan Tore Anthonisen	lengde	6.46 m.
Sølv	35-39	Widar Hellerud	5000 m.	17.28.6 min.
Gull	sen.	Turid D. Sundsrud	1500 m.	5.07.8 min.
Gull	jr.	Therese Jacobsen	1500 m.	5.08.6 min.
Bronse	"	Therese Jacobsen	terrengløp	
Sølv	J67	Tanja Øvrehus	100 m.	13.5 sek.
Gull	J69	Therese Jacobsen	1500 m.	5.11.8 min.
Gull	"	Therese Jacobsen	terrengløp	
Sølv	G70	Nils H. Mærli	1500 m.	4.38.3 min.
Gull	G71	Jan Åke Jørgensen	terrengløp	
Gull	"	Jan Åke Jørgensen	80 m/hekk	14.4 sek.
Gull	"	Jan Åke Jørgensen	høyde	1.58 m.
Gull	"	Jan Åke Jørgensen	kule	10.47 m.
Gull	G71	Jan Åke Jørgensen	800 m.	2.12.9 min.
Sølv	J71	Stine Røisheim	60 m/hekk	13.1 sek.
Sølv	"	Reidun Gustavsen	kule	8.23 m.

Sølv	J71	Camilla Lunder	60 m.	8.8 sek.
Bronse	"	Camilla Lunder	lengde	4.31 m.
Gull	J72	Henriette Høntorp	60 m.	8.8 sek.
Gull	G73	Jarle Nordli	høyde	1.40 m.
Sølv	"	Jon S. Utgårdsløkken	60 m.	9.1 sek.
Sølv	"	Jon S. Utgårdsløkken	høyde	1.35 m.
Sølv	"	Jon S. Utgårdsløkken	lengde	4.43 m.
Bronse	"	Jon S. Utgårdsløkken	800 m.	2.33.1 min.
Gull	G74	Hogne Røysheim	høyde	1.20 m.
Bronse	Jr.		4x1500 m	17.34.6 min.
(Carl Fr. Havnås, Patrik Solberg, Odd Bjarkum, Ronny Nordli)				
Gull	G15-16		1000 m staf.	2.17.0 min
(Karl J. Hårberg, Jan Åke Jørgensen, Nils H. Mærli, Rune Stokkebekk)				
Sølv	G15-16		4x100 m	50.7 sek
(Karl J. Hårberg, Jan Åke Jørgensen, Nils H. Mærli, Rune Stokkebekk)				
Gull	J15-16		1000 m staf.	2.36.2 min
(Marlen Eng, Camilla Lunder, Stine Røysheim, Henriette Høntorp)				
Sølv	J15-16		4x100 m	53.2 sek
(Marlen Eng, Camilla Lunder, Stine Røysheim, Henriette Høntorp)				
Gull	G11-12		4x60 m	35.1 sek
(Jon S. Utgårdsløkken, Karl O. Høntorp, Hogne Røysheim, Jon I. Brekke)				

KRETSREKORDER

Kvinner senior:

5000 m Turid Sundsrud 18.23.0 min Stovner 25/9

Gutter 14 år:

800 m Jan Åke Jørgensen 2.02.3 min Stovner 5/7

LAGSERIER - NORGES FRIDRETTSFORBUND

Menn veteraner Hovedserien (20 lag)

1. Osterøy IL	21021 p.
2. Byåsen IL	20569 p.
3. Ringerike FIK	20477 p.
4. Aurskog-Høland FIL	20103 p.
5. Ski	19658 p.

Kvinner 2. divisjon Avd. A

1. Eiker-Kvikk	16781 p.
2. Larvik Turn	16587 p.
3. Lørenskog	15617 p.
4. Jotun	15603 p.
5. Våg	14868 p.
6. Stålkameratene	14822 p.
7. Sørild	14774 p.
8. Sandane	14451 p.
9. Ørsta	14248 p.
10. Aurskog-Høland	14142 p.
11. Fredrikstad	13681 p.
12. Ski	0 p.

Kvinner 2. divisjon Avd. B

1. Fossum	16086 p.
2. Klepp	15371 p.
3. Høybråten/Stovner	15328 p.
4. Aksla	15298 p.
5. Sogndal	15055 p.
6. Sandnes	14795 p.
7. Hamar	14508 p.
8. Glimt	14057 p.
9. Gneist	13411 p.
10. Ullensaker/Kisa	13397 p.
11. Urædd	12617 p.
12. Mo	6823 p.

Ned fra 2. divisjon rykker de 6 dårligste lag
(lavest poengsum) , uansett avdeling.

Menn veteraner 2. div. Østland Nord

1. Aurskog-Høland FIL 2. lag	7870 p.
2. Lørenskog FIL 2. lag	7589 p.

AHF's 2. lag rykker opp i 1. divisjon Østland Nord

Menn 3. div Romerike (kretsserie, 12 lag)

1. Sørum	15635 p.
2. Strømmen	14325 p.
3. Lørenskog 2. lag	13862 p.
4. Aurskog-Høland	13692 p.
5. Ull/Kisa 2. lag	13491 p.
6. Raumnes & Årnes	13259 p.



Norges Fri-idrettsforbunds lagserier for veteraner /menn HOVEDSERIEN

.....1985... (år)

Fra Aurskog-Høland Friidrettslag, s 1.lag

Adr. Postboks 56, 1960 Løken i Høland Tlf. 02/751233

Menn:									
1. divisjon	20 res.	4 løp I	4 løp II	4 hopp	4 kast	4 valgfri	Max 3 resultater pr. øvelse		
2. divisjon	15 res.	3 løp I	3 løp II	3 hopp	3 kast	3 valgfri	Max 3 resultater pr. øvelse		
Øvrige	10 res.	2 løp I	2 løp II	2 hopp	2 kast	2 valgfri	Max 2 resultater pr. øvelse		
Kvinner:									
1. divisjon	15 res.	3 løp I	3 løp II	3 hopp	3 kast	3 valgfri	Max 3 resultater pr. øvelse		
Øvrige	10 res.	2 løp I	2 løp II	2 hopp	2 kast	2 valgfri	Max 2 resultater pr. øvelse		
Kun ett resultat pr. øvelse av samme utøver.									

1. divisjon
2. divisjon
3. divisjon
4. divisjon
5. divisjon
(Stryk det som ikke passer)

Div.	Deltakere	Klasse	F.år	Sted/Bane	Dato	Øvelse	Resultat	Poeng
LØP I	Roald Strand	55	30	Sørums	22/6	100m	12,5	1100
	Håvard Lund	60	24	Mo i Rana	20/7	100m hekk	18,98	970
	Håvard Lund	60	24	Jessheim	10/10	200m hekk	36,8	952
	Jan Tore Anthonisen	35	49	Sørums	22/6	100 m	11.5	900
LØP II	Odd Tore Bjerkheim	45	38	Roma	22/6	10000m	35.20,0	1050
	Odd Tore Bjerkheim	45	38	Helsingborg	2/8	5000m	17.18,5	978
	Odd Tore Bjerkheim	45	38	Sørums	13/8	3000m	10.01,8	952
	Odd Tore Bjerkheim	45	38	Roma	27/6	3000mhinder	10.56,5	934
HOPP	Jan Tore Anthonisen	35	49	Stovner	14/8	Høyde	1,95	1065
	Håvard Lund	60	24	Roma	22/6	Høyde	1,45	1065
	Håvard Lund	60	24	Bjørkelangen	2/3	Høyde ut	1,20	1000
	Håvard Lund	60	24	" "	2/3	Lengde ut	2,50	1000
KAST	Håvard Lund	60	24	Lillestrøm	13/10-84	Spyd 600gr	44,90	1445
	Håvard Lund	60	24	Høland	25/9	Diskos 1kg	40,82	1032
	Håvard Lund	60	24	Lillestrøm	13/10-84	Kule 4kg	12,93	989
	Aksel Lunner	65	20	Høland	25/9	Diskos 1kg	31,94	837
VALGFRI	Aksel Lunner	65	20	Årnes	20/3	Lengde ut	2,34	992
	Aksel Lunner	65	20	Årnes	20/3	Høyde ut	1,08	968
	Håvard Lund	60	24	Lambertseter	21/9	Stav	2,20	940
	Jan Tore Anthonisen	35	49	Bislett	30/7	Lengde	6,68	934

Antall deltakere	5	Antall noteringer	20	Samlet poengsum	20103
------------------	---	-------------------	----	-----------------	-------

Resultatene er oppnådd på approberte stevner. Redskapene som er brukt er i samsvar med konkurransereglene. Husk å oppgi vekt på kastredskap og hekkhøyder. Resultater som er oppnådd i øvelser som ikke kan godkjennes på grunn av medvind er ikke medtatt. Samtlige deltakere på vårt lag er startberettigede medlemmer. Nyilmeldte medlemmer fra andre lag som er oppført har fått starttillatelse fra forbundet. Skjema må fylles ut i samsvar med statuttene (se Oppslagsboken).

Dato Løken 29.10.85.

.....Håvard Lund.....
Formann/oppmann

Kryss av: ☒ Kopi sendt friidrettskretsen.



Norges Fri-idrettsforbunds lagserier for veteraner

/menn ØSTLAND NORD 2.DIVISJON

.....1985.. (år)

Fra Aurskog-Høland Friidrettslag, s 2.lag

Adr. Postboks 56, 1960 Løken i Høland Tlf. 02/751233

Menn:
1. divisjon 20 res. 4 løp I 4 løp II 4 hopp 4 kast 4 valgfri Max 3 resultater pr. øvelse
2. divisjon 15 res. 3 løp I 3 løp II 3 hopp 3 kast 3 valgfri Max 3 resultater pr. øvelse
Øvrige 10 res. 2 løp I 2 løp II 2 hopp 2 kast 2 valgfri Max 2 resultater pr. øvelse
Kvinner:
1. divisjon 15 res. 3 løp I 3 løp II 3 hopp 3 kast 3 valgfri Max 3 resultater pr. øvelse
Øvrige 10 res. 2 løp I 2 løp II 2 hopp 2 kast 2 valgfri Max 2 resultater pr. øvelse
Kun ett resultat pr. øvelse av samme utøver.

1. divisjon
2. divisjon
3. divisjon
4. divisjon
5. divisjon
(Stryk det som ikke passer)

Div.	Deltakere	Klasse	F.år	Sted/Bane	Dato	Øvelse	Resultat	Poeng
LØP I	Kåre Thoresen	55	29	Høland	22/5	100m	13,6	880
	Arve Høgne	40	43	Årnes	28/8	400 m	57,4	804
LØP II	Arve Høgne	40	43	Jessheim	11/9	1500m	4.31,3	869
	Vidar Myrvold	35	49	Jessheim	11/9	1500m	4,26,8	801
HOPP	Jan A. Ydersbond	35	48	Helsingborg	4/8	Tresteg	13,25	887
	Kåre Thoresen	55	29	Høland	22/5	Lengde	4,43	799
KAST	Finn Velde	40	45	Høland	25/9	Kule	9,93	593
	Jan A. Ydersbond	35	48	Helsingborg	4/8	Spyd	49,38	591
VALGFRI	Arve Høgne	40	43	Sørums	22/6	800 m	2.11,4	832
	Eigil Soot	45	39	Sørums	4/6	800 m	2.18,3	814

Antall deltakere	6	Antall noteringer	10	Samlet poengsum	7870
------------------	---	-------------------	----	-----------------	------

Resultatene er oppnådd på approberte stævner. Redskapene som er brukt er i samsvar med konkurransereglene. Husk å oppgi vekt på kastredskap og hekkhøyder. Resultater som er oppnådd i øvelser som ikke kan godkjennes på grunn av medvind er ikke medtatt. Samtlige deltakere på vårt lag er startberettigede medlemmer. Nyinnmeldte medlemmer fra andre lag som er oppført har fått starttillatelse fra forbundet. Skjema må fylles ut i samsvar med statuttene (se Oppslagsboken).

Dato Løken 29.10.85.

Kåre Thoresen

Formann/oppmann

Kryss av: ☒ Kopi sendt frilidrettskretsen.



NORGES FRIIDRETTSFORBUNDS LAGSERIER FOR KVINNER

Rapport pr. 13/10-85

Fra: AURSKOG-HOLAND FIL

Adr.: v/ Georg Ørnhus, 1963 Fosser i Holand

1. div.
2. div.
3. div.

(Stryk det som ikke passer.)

1. div.: 13 obligatoriske + 12 valgfrie. Max 5. res. pr. aktiv
2. div.: 10 obligatoriske + 10 valgfrie. Max. 5 res. pr. aktiv
3. div.: 8 obligatoriske + 7 valgfrie. Max. 5 res. pr. aktiv

OBLIGATORISKE ØVELSER:

	Navn	Resultat	Poeng	Sted	Dato
100 m	Tanja Ørnhus	13.2	637	Sogn	10/6
200 m	Tanja Ørnhus	27.7	633	Storøer	5/7
400 m					
800 m	Turid Sundsdal	223.18	750	Bislett	11/9
1500 m	Turid Sundsdal	4.45.0	790	Storøer	24/7
3000 m	Turid Sundsdal	10.25.23	738	Bislett	20/1
100 m hekk	Kristin Lunner	15.2	727	Ranbyss	8/6
400 m hekk					
Høyde	Kristin Lunner	1.71	945	Kristiansund	13/7
Lengde	Kristin Lunner	5.35	759	Borre	5/5
Kule	Kristin Lunner	11.23	673	Mora	29/6
Diskos					
Spyd	Kristin Lunner	39.00	750	Borre	5/5

VALGFRIE ØVELSER:

	Navn	Resultat	Poeng	Sted	Dato
1. 800 m	Mona Øversveen	2.23.8	743	Sogn	10/6
2. 1500 m	Mona Øversveen	4.54.2	727	Naddemo	26/8
3. 800 m	Therese Jacobsen	2.26.3	714	Naddemo	21/1
4. 3000 m	Mona Øversveen	10.42.54	687	Bislett	20/1
5. 1500 m	Therese Jacobsen	5.01.1	682	Fana	17/7
6. 800 m	Lene Olsen	2.30.76	663	Ranbyss	17/8
7. 3000 m	Hanne Kolstad	10.56.8	646	Jessheim	22/9
8. 100 m	Camilla Lunder	13.2	637	Naddemo	22/1
10. 3000 m	Kristine Ødegård	11.05.5	622	Jessheim	22/9
11. 100 m	Morten Eng	13.3	619	Storøer	5/7
12.					

Sum poeng 14 142



NORGES FRIIDRETTSFORBUNDS LAGSERIER FOR MENN

Rapport pr. :

Fra: Aurskog-Holand FIL
Adr.: 1. Georg Orehus, 1963 Fosser i Holand

- 1. div.
- 2. div.
- 3. div.

(Stryk det som ikke passer.)

- 1. div.: 18 obligatoriske + 12 valgfrie. Max 5 res. pr. aktiv
- 2. div.: 15 obligatoriske + 10 valgfrie. Max 5 res. pr. aktiv
- 3. div.: 12 obligatoriske + 8 valgfrie. Max 5 res. pr. aktiv

OBLIGATORISKE ØVELSER:

	Navn	Resultat	Poeng	Sted	Dato
100 m	Jan Tore Anthonisen	11.5	687	Sinun	22/6
200 m	Jan Amund Ydersland	25.2	540	Trondhjem	15/6
400 m	Carl Fr. Havnås	51.94	721	Karlstad	11/8
800 m	- " -	153.6	865	Naddend	19/8
1500 m	- " -	3.53.23	876	Helsingborg	13/7
5000 m	Odd Tore Bjelkeheim	17.18.5	575	"	2/8
10.000 m	- " -	35.20.0	636	Roma	22/6
110 m hekk					
400 m hekk					
3000 m hinder	Odd Tore Bjelkeheim	10.56.5	588	Roma	27/6
Høyde	Jan Tore Anthonisen	1.95	813	Storner	14/8
Lengde	- " -	6.68	753	Bislett	30/6
Tresteg	Jan Amund Ydersland	13.25	702	Helsingborg	4/8
Stav					
Kule					
Diskos					
Spyd	Jan Tore Anthonisen	51.08	647	Lillestrøm	20/5
Slegge					

VALGFRIE ØVELSER:

	Navn	Resultat	Poeng	Sted	Dato
1. 1500 m	Ronny Nordli	4.04.9	776	Storner	22/5
2. 800 m	- " -	1.59.3	760	Naddend	19/8
3. 800 m	Jan Ole Jørgensen	2.02.3	709	Storner	
4. 1500 m	John Svanevold	4.14.5	700	Storner	14/8
5. Spyd	Jan Amund Ydersland	39.20	622	Helsingborg	4/8
6. 800 m	Nils Håvard Mørli	2.10.03	587	Rauha	18/8
7. 800 m	Patrick Solberg	2.10.39	597	Landskrona	14/5
8. 5000 m	Widar Heltonnd	17.28.6	558	Sinun	22/6
10.					
11.					
12.					

Sum poeng 13 692

STAFETTER

JENTER

Hølandstafetten: 1. lag: 2. plass
2. lag: 6. plass

Lagene besto av: Solveig Ottesen, Camilla Lunder, Stine Røisheim, Kjersti Olberg, Mona Delingsby, Tove Gløtta, Hanne Runa Lier, Henriette Høntorp, Torunn Saursaune, Vivi Lier, Siw Elin Ness, Anne Marie Brekke.

Bruvollstafetten: 1. lag : 1. plass
2. lag : 7. plass

Lagene besto av: Lene Olsen, Kjersti Olberg, Camilla Lunder, Siw Elin Ness, Stine Røisheim og Solveig Ottesen. Anette Tønsberg, Tove Gløtta, Torunn Saursaune, Mona Delingsby, Henriette Høntorp og Hanne Runa Lier.

Lunnerstafetten: 3. plass

Laget besto av: Mona Delingsby, Lene Olsen, Kjersti Olberg, Therese Jacobsen, Stine Røisheim og Solveig Ottesen.

Tyrvingstafetten: 3. plass.

Laget besto av: Solveig Ottesen, Lene Olsen, Henriette Høntorp, Kjersti Olberg, Therese Jacobsen, Tanja Øvrehus, Camilla Lunder, Mona Øversveen, Marlen Eng, Stine Røisheim, Siw Elin Ness og Hanne Runa Lier.

Stomperudstafetten: 1. lag: 2. plass
2. lag: 3. plass

Lagene besto av: Solveig Ottesen, Kjersti Olberg, Mona Delingsby, Stine Røisheim og Marlen Eng. Hanne Runa Lier, Tove Gløtta, Siw Elin Ness, Camilla Lunder og Lene Olsen.

Slottsstafetten: 15. plass

Laget besto av: Solveig Ottesen, Stine Røisheim, Siw Anita Aastad, Mona Øversveen, Marlen Eng, Lene Olsen, Kjersti Olberg, Mona Delingsby, Camilla Lunder, Therese Jacobsen, Tanja Øvrehus, Anette Tønsberg, Henriette Høntorp, Siw Elin Ness og Hanne Runa Lier.

Kløftastafetten: 1. lag : 3. plass, 2. lag : 11. plass.

Lagene besto av: Solveig Ottesen, Jon S. Utgårdsløkken, Hogne Røisheim, Jan Åke Jørgensen, Mona Delingsby, Jarle Nordli, Camilla Lunder og Henriette Høntorp. Hanne Runa Lier, Jon Ivar Brekke, Marlin Delingsby, Mårten Jacobsen, Kjersti Olberg, Karl Olof Høntorp, Stine Røisheim og Torunn Saursaune.

GUTTER

Stomperudstafetten 1.plass

Hogne Røisheim, Jon Utgårdsløkken, Jarle Nordli, Jan Jørgensen, Nils Mærli, Karl Haarberg og Frode Borgersrud.

7.plass

Andre Nadheim, Jon Brekke, Håkon Kongtorp, Mårten Jakobsen, Per Bergsjø, Kai Ness og Tomas Solberg.

8.plass

Knut Dahlen, Karl Høntorp, Andre Mærli, Leif Krogh, Steinar Krogstad, Fredrik Solberg og Rune Stokkebekk.

Lunnerstafetten 2.plass

Jon Utgårdsløkken, Nils Mærli, Jarle Nordli, Fredrik Solberg, Jan Jørgensen og Hogne Røisheim.

8.plass

Håkon Kongtorp, Per Bergsjø, Jon Brekke, Mårten Jakobsen, Leif Krogh og Andre Nadheim.

Bruvollstafetten 2.plass

Kai Ness, Jarle Nordli, Karl Haarberg, Jan Jørgensen, Mårten Jakobsen og Jon Utgårdsløkken.

9.plass

Nils Mærli, Ronny Storsul, Per Bergsjø, Håkon Kongtorp, Leif Krogh og Karl Høntorp.

Hølandstafetten 1.plass

Jarle Nordli, Håkon Kongtorp, Mårten Jakobsen, Jon Brekke, Jan Jørgensen, Jon Utgårdsløkken.

5.plass

Karl Høntorp, Leif Krogh, Lars Elgetun, Hogne Røisheim, Bjørnar Elgetun og Ronny Storsul.

Kløftastafetten 3.plass

Jon Utgårdsløkken, Hogne Røisheim, Jan Jørgensen, Jarle Nordli.

12.plass

Jon Brekke, Mårten Jakobsen, Karl Høntorp.

Slottstafetten 19.plass

Jarle Nordli, Mårten Jakobsen, Karl Haarberg, Tomas Solberg, Rune Stokkebekk, Fredrik Solberg, Karl Høntorp, Håkon Kongtorp, Jon Utgårdsløkken, Frode Borgersrud, Kai Ness, Nils Mærli, Jon Brekke, Jan Jørgensen og Hogne Røisheim.

DAMER

Kløfta: 2. plass, tid: 32,07 min.

Laget: Hanne Kolstad, Marlen Eng, Merete Ødegård,
Lene Olsen, Tanja Øvrehus, Turid Sundsrud,
Kristin Lunner, Mona Øversveen.

Høland: 1. plass,

Laget: Hanne Kolstad, Lene Olsen, Merete Ødegård,
Kristin Lunner, Turid Sundsrud, Mona Øver-
sveen, Therese Jacobsen, Tanja Øvrehus.

Fjellhamar: 7. plass

Laget: Turid Sundsrud, Kristin Lunner, Mona Øver-
sveen, Merete Ødegård, Therese Jacobsen,
Lene Olsen, Hanne Kolstad, Tanja Øvrehus.

Lunner: 1. plass 1. napp i vandrepokal.

Laget: Hanne Kolstad, Mona Øversveen, Camilla Lunder,
Turid Sundsrud, Marlen Eng, Tanja Øvrehus.

Holmen kollstafetten: 3. plass, tid: 60,34 min og opprykk i
eliteklassen.

Laget: Hanne Kolstad, Mona Øversveen, Marlen Eng,
Siri Paulsen, Anne Trine Hoel, Kristine
Ødegård, Therese Jacobsen, Ingrid Olsen,
Turid Sundsrud, Anette Tønsberg, Eva
Linnerud, Merete Ødegård, Lene Olsen,
Kristin Lunner, Tanja Øvrehus.

Kongsvinger: 1. plass, tid: 5,42 min. Pokalen tuk odel og eie
etter tre strake seire.

Laget: Marlen Eng, Tanja Øvrehus, Turid Sundsrud,
Hanne Kolstad, Camilla Lunder.

Bøler stafetten: 4. plass, tid: 9,

Laget: Hanne Kolstad, Tanja Øvrehus, Mona Øversveen,
Marlen Eng, Kristin Lunner.

MENN SEN/JUN

Hølandstafetten 17/4

1.plass junior

Carl Fredrik Havnaas
Kai Tore Ness
Roger Solberg
Espen Tønsberg
Frode Borgersrud
Patrik Solberg
Carl J. Haarberg
Ronnie Nordli

Bruvollenstafetten 1/5

1.plass senior A

Carl Fredrik Havnaas
Ronnie Nordli
John Svanstrøm
Knut Ø. Alfarrustad
Frode Borgersrud
Patrik Solberg
Espen Tønsberg

Lunnerstafetten 5/5

3.plass senior A

Carl Fredrik Havnaas
Ronnie Nordli
John Svanstrøm
Patrik Solberg
Øivind Olsen
Frode Borgersrud
Carl J. Haarberg
Knut Ø. Alfarrustad

Holmenkollstafetten 12/5

81.plass senior 2

Ronnie Nordli
Frode Borgersrud
Carl J. Haarberg
Carl Fredrik Havnaas
Knut Ø. Alfarrustad
Tor Arnt Johnsen
Kai Tore Ness
Johan Hveem
John Svanstrøm
Nils H. Mørlie
Fredrik Solberg
Patrik Solberg
Henning Fagersand
Espen Tønsberg
Øivind Olsen

Stomperudstafetten 16/5

1.plass senior A

Carl Fredrik Havnaas
Ronnie Nordli
John Svanstrøm
Knut Ø. Alfarrustad
Harald Braathen
Jan Tore Anthonissen
Henning Fagersand
Øivind Olsen

Fjellhammerstafetten

3.plass junior

Carl Fredrik Havnaas
Kai Tore Ness
Knut Ø. Alfarrustad
Frode Borgersrud
Patrik Solberg
Nils H. Mørlie
Carl J. Haarberg
Ronnie Nordli

VETERANER

Bruvollen 1/5: nr.2 av 3lag Tid: 18.09

Arve Høgne, Finn Welde, Julian Jonassen, Ole Andresen,
Finn Lie, Vidar Myrvold, Per B. Jacobsen

Lunner 5/5 : nr.5 av 11 lag

Per B. Jacobsen, Finn Welde, Eigil Soot, Arve Høgne,
Finn Lie, Julian Jonassen, Odd Tore Bjerkheim, Roar Lunder

Holmenkollstafetten 12/5: nr.40 Tid: 55.17

Dette er ny uoffisiell klubbrekord (løypa var endret noe ved
start og innkomst i år)

Arve Høgne, Per B. Jacobsen, Jan Tore Anthonissen, Vidar Myrvold,
Sven Olberg, Odd Tore Bjerkheim, Finn Lie, Finn Welde,
Richard Peel, Widar Hellerud, Kjell Nilsen, Ole Andresen,
Julian Jonassen, Eigil Soot, Roar Lunder

Stomperudstafetten 16/5: nr.2

Finn Welde, Kjell Nilsen, Julian Jonassen, Per B. Jacobsen,
Kjell E. Bernhus, Eigil Soot, Widar Hellerud, Roar Lunder

ÅRSBESTESTATISTIKK FOR MENN/GUTTER
1985 AHF 1985

	RES	STED	DATO
Akse1 Lunner 1920			

lengde u/tilløp	2.34 m	Årnes	20/3
høyde u/tilløp	1.08 m	Årnes	20/3
kule 4 kg	10.27 m	Høland	25/9
diskos 1 kg	31.94 m	Høland	25/9
Håvard Lund 1924			

60 m	8.9 sek	Årnes	14/8
100 m	14.7 sek	Lambertseter	20/9
200 m	30.7 sek	Årnes	14/8
400 m	69.59 sek	Bislett	11/9
1500 m	6.50.2 min	Lambertseter	21/9
100 m hekk 84.0 cm	18.98 sek	Mo i Rana	20/7
110 m hekk 84.2 cm	20.0 sek	Lambertseter	21/9
200 m hekk 76.2 cm	36.8 sek	Jessheim	10/10
400 m hekk 76.2 cm	83.17 sek	Mo i Rana	21/7
høyde	1.45 m	Roma	22/6
lengde	4.03 m	Lambertseter	20/9
tresteg	8.46 m	Årnes	28/8
stav	2.20 m	Lambertseter	21/8
kule 4 kg	12.67 m	kadettangen	27/10
kule 4 kg	12.60 m	Lambertseter	20/9
diskos 1 kg	40.82 m	Høland	25/9
spyd 600 gr	42.60 m	Roma	23/6
slegge 6 kg	28.24 m	kadettangen	27/10
slegge 6 kg	27.36 m	Høland	25/9
høyde u/tilløp	1.20 m	Bjørkelangen	2/3
lengde u/tilløp	2.50 m	Bjørkelangen	2/3
Sigurd Dalby 1925			

800 m	3.14.3 min	Sørum	4/6
Kåre Thoresen 1929			

60 m	8.5 sek	Høland	22/5
100 m	13.6 sek	Høland	22/5
400 m	66.2 sek	Årnes	29/5
lengde	4.43 m	Høland	22/5
Roald Strand 1930			

60 m	8.3 sek	Årnes	18/8
100 m	12.5 sek	Sørum	22/6
Åge Krogstad 1932			

800 m	2.58.8 min	Sørum	4/6
3000 m	14.02.7 min	Sørum	13/8

Tønnes Skaug 1935

800 m	2.35.2 min	Sørum	4/6
3000 m	11.21.9 min	Sørum	13/8

Odd Tore Bjerkheim 1938

800 m	2.21.1 min	Sørum	4/6
1500 m	4.40.9 min	Jessheim	11/9
3000 m	10.01.8 min	Sørum	13/8
3000 m hinder	10.56.5 min	Roma	27/6
5000 m	17.18.5 min	Helsingborg	2/8
10000 m	35.20.0 min	Roma	22/6
maraton	2.56.30 timer	Roma	30/6

John Kristian Tørud 1938

800 m	2.37.9 min	Sørum	4/6
3000 m	12.14.9 min	Sørum	13/8

Eigil Soot 1939

800 m	2.18.3 min	Sørum	4/6
3000 m	11.05.3	Sørum	13/8

Jarle Elvemo 1939

60 m	8.9 sek	Årnes	28/8
tresteg	9.76 m	Årnes	28/8
kule	8.43 m	Høland	25/9
diskos	23.30 m	Høland	25/9
slegge	20.18 m	Høland	25/9

Sven Olberg 1942

800 m	2.24.7 min	Sørum	4/6
3000 m	10.14.5 min	Sørum	13/8
5000 m	17.30.4 min	Sørum	22/6

Arve Høgne 1943

60 m	8.4 sek	Årnes	28/8
400 m	57.4 sek	Årnes	28/8
800 m	2.11.4 min	Sørum	22/6
1500 m	4.31.3 min	Jessheim	11/9

Julian Jonassen 1943

800 m	2.24.2 min	Sørum	4/6
1500	4.54.8 min	Jessheim	11/9
3000 m	11.12.1	Sørum	13/8

Per Jahre 1944

800 m	3.00.6 min	Sørum	4/6
3000 m	12.59.9 min	Sørum	13/8

Richard Peel

1/2 maraton 1.17.56 timer Sørum

Kjell Erik Bernhus 1944

800 m 2.30.8 min Sørum 4/6
3000 m 10.27.1 min Sørum 13/8

Haldor Kjørsvik 1944

60 m 8.1 sek Årnes 28/8
100 m 13.2 sek Sørum 22/6
200 m 26.7 sek Årnes
400 m 62.4 sek Årnes 28/8
lengde 4.64 m Sørum 22/6

Finn Velde 1945

100 m 13.4 sek Lambertseter 21/9
400 m 60.8 sek Lambertseter 21/9
lengde 4.60 m Lambertseter 21/9
høyde 1.55 m Lambertseter 21/9
Diskos 30.07 m Høland 25/9
kule 9.93 m Høland 25/9
slegge 18.98 m Høland 25/9
lengde u/t 2.70 m Runni 20/3
høyde u/t 1.36 m Runni 20/3

Terje Dunvoll 1945

800 m 2.33.0 min Sørum 4/6
1500 m 5.02.4 min Jessheim 21/9
3000 m 11.22.6 min Sørum 13.8

Finn Lie 1947

1500 m 4.43.5 min Jessheim 21/9

Jan Amund Ydersbond 1948

200 m 25.2 sek Trondheim 15/6
1500 m 4.48.1 min Trondheim 15/6
lengde 5.73 m Trondheim 15/6
Tresteg 13.25 m Helsingborg 4/8
Spyd 49.38 m Helsingborg 4/8
diskos 33.65 m Trondheim 15/6

Widar Hellerud 1949

800 m 2.22.2 min Sørum 4/6
1500 m 4.50.3 min Jessheim 11/9
5000 m 17.28.6 min Sørum 22/6
1/2 maraton 1.22.10 timer Oslo

Jan Tore Anthonissen 1949

100 m 11.5 sek Sørum 22/6
høyde 1.95 m Stovner 14/8

lengde	6.68 m	Bislett	30/6
kule	11.36 m	Sørum	22/6
spyd	51.08 m	Lillestrøm	20/5

Vidar Myrvold 1949

1500 m	4.26.8 min	Jessheim	11/9
--------	------------	----------	------

Bjørn Delingsby

800 m	2.37 2 min	Sørum	4/6
3000 m	12.34.2 min	Sørum	13/8

Tor Simonsen

800 m	3.03.3 min	Sørum	4/6
3000 m	14.26.0 min	Sørum	13/8

Tor Olsen 1951

60 m	7.7 sek	Høland	22/5
100 m	12.5 sek	Høland	22/5
400 m	60.1 sek	Årnes	29/5
lengde	5.16 m	Høland	22/5
lengde u/t	2.71 m	Bjørkelangen	2/3
høyde u/t	1.30 m	Bjørkelangen	2/3
Kule	10.08 m	Høland	22/5

Jon Svanstrøm 1955

800 m	2.07.5 min	Sørum	4/6
1500 m	4.14.5 min	Stovner	14/8
1/2 maraton	1.22.33 timer	Sørum	

Knut Øyvind Alfarustad 1965

800 m	2.12.2 min	Sørum	4/6
3000 m	9.52.6 min	Sørum	13/8
maraton	2.49.39 timer	Oslo	

Carl Fredrik Havnaas 1965

400 m	51.94 sek	Karlstad	11/8
800 m	1.53.6 min	Nadderud	9/8
1500 m	3.53.23 min	Helsingborg	13/7

Ronny Nordli 1966

400 m	55.78 sek	Karlstad	11/8
800 m	1.59.3 min	Nadderud	19/8
1500 m	4.04.9 min	Stovner	22/5
lengde u/t	2.49 m	Bjørkelangen	2/3

Kenneth Wergeland 1967

høyde u/t	1.45 m	Bjørkelangen	2/3
lengde u/t	2.86 m	Bjørkelangen	2/3

Patrik Solberg 1967

800 m 2.10.79 min Lambertseter 14/5

Odd Bjarkum 1968

1500 m 4.11.55 min Bislett 19/9

Karl Johan Haarberg 1969

60 m 7.7 sek Høland 22/5
100 m 12.48 sek Raufoss 17/8
100 m 12.3 sek Høland 22/5
lengde 4.85 m Høland 22/5
kule 4 kg 8.66 m Høland 22/5

Rune Stokkebekk 1970

800 m 2.13.4 min Stovner
Kule 4 kg 8.18 m Høland 22/5

Nils H. Mørli 1970

400 m 58.51 sek Nadderud 10/8
800 m 2.10.03 min Raufoss 18/8
1500 m 4.33.6 min Bislett 21/8
2000 m 6.20.91 min Nadderud 11/8
kule 4 kg 7.58 m Høland 22/5

Jan Åke Jørgensen 1971

800 m 2.02.3 min Stovner 5/7
1000 m 2.48.37 min Nadderud 10/8
80 m hekk 14.4 sek Høland 14/8
høyde 1.55 m Nadderud 10/8
kule 3 kg 10.47 m Høland 14/8

Morten Jacobsen 1971

800 m 2.20.34 min Raufoss 18/8

Leif Rune Krogh 1971

60 m 9.8 sek Høland 8/6
60 m hekk 13.2 m Høland 22/5
lengde 3.77 m Høland 22/5
høyde 1.30 m Høland 22/5
lengde u/t 1.96 m Bjørkelangen 2/3
kule 3 kg 6.81 m Høland 22/5

Vegar Lunder 1972

60 m 9.1 sek Raufoss 17/8

Håkon Kongtorp 1972

800 m 2.38.7 min Sogn 29/5
kule 5.73 m Høland 22/5

Jarle Nordli 1973

60 m	9.0 sek	Raufoss	17/8
800 m	2.36.00 min	Raufoss	18/8
60 m hekk	11.25 sek	Karlstad	11/8
høyde	1.45 m	Karlstad	11/8
kule 3 kg	6.70 m	Høland	22/5

Jon Sigurd Utgårdsløkken 1973

60 m	8.5 sek	Nadderud	23/6
100 m	15.0 sek	Høland	22/5
800 m	2.33.1 min	Høland	14/8
lengde	4.43 m	Strømmen	12/6
høyde	1.35 m	Høland	14/8
kule 3 kg	5.68 m	Høland	22/5

Jon Ivar Brekke 1973

60 m	9.4 sek	Høland	22/5
100 m	15.7 sek	Høland	22/5
lengde	4.16 m	Haga	23/8
høyde	1.15 m	Høland	22/5
kule 3 kg	5.74 m	Høland	22/5

Karl Olav Høntorp 1973

60 m	9.2 sek	Raufoss	17/8
100 m	15.5 sek	Høland	22/5
lengde	3.38 m	Høland	22/5
høyde	1.05 m	Høland	8/6
kule 3 kg	5.68 m	Høland	22/5

Hogne Røisheim 1974

60 m	9.5 sek	Haga	23/8
800 m	2.49.8 min	Høland	14/8
lengde	3.98 m	Haga	23/8
høyde	1.20 m	Høland	14/8
kule 2 kg	6.76 m	Høland	22/5

Terje Lier 1974

lengde u/t	1.47 m	Bjørkelangen	2/3
------------	--------	--------------	-----

Ole J. Aarnes 1975

lengde	3.55 m	Strømmen	12/6
--------	--------	----------	------

Stafetter

4x400 m jr 3.49.2 min Jessheim
(Carl Fr. Havnås, Patrik Solberg, Odd Bjarkum, Ronny Nordli)

4x1500 m jr 17.34.6 min Jessheim
(Carl Fr. Havnås, Patrik Solberg, Odd Bjarkum, Ronny Nordli)

ÅRSBESTESTATISTIKK KVINNER/JENTER
1985 AHF 1985

Solfrid Bådal 1943

lengde u/tilløp	1.88 m	Bjørkelangen	2/3
kule innendørs	6.64 m	Bjørkelangen	2/3

Sabine Storebø

lengde u/t	1.97 m	Bjørkelangen	2/3
høyde u/t	1.05 m	Bjørkelangen	2/3

Kristine Ødegård 1962

3000 m	11.05.5 min	Jessheim	22/9
1/2 maraton	1.26.20 timer	Oslo	

Turid Sundsrud 1964

800 m	2.23.18 min	Bislett	11/9
1500 m	4.45.0 min	Stovner	24/7
3000 m	10.25.23 min	Bislett	20/6
5000 m	18.23.0 min	Stovner	25/9

Kristin Lunner 1965

200 m	27.7 sek	Kristiansand	13/7
800 m	2.25.8 min	Raufoss	9/6
100 m hekk (84 cm)	15.2 sek	Raufoss	8/6
høyde	1.71 m	Kristiansand	13/7
lengde	5.35 m	Borre	5/5
kule	11.23 m	Mora	29/6
spyd	39.00 m	Raufoss	9/6
7 - kamp	4826 poeng	Kristiansand	12-13/7
(15.3, 11.07, 1.71, 27.7, 5.25, 38.50, 2.30.7)			

Hanne Kolstad 1967

3000 m	10.56.8 min	Jessheim	22/9
1/2 maraton	1.38.12 timer	Oslo	

Merete Ødegard 1967

3000 m	11.10.3 min	Jessheim	22/9
1/2 maraton	1.28.41 timer	Oslo	

Tanja Øvrehus 1967

100 m	13.2 sek	Sogn	10/6
200 m	27.7 sek	Stovner	5/7
100 m hekk (75.2)	15.73 sek	Nadderud	22/6
100 m hekk (84)	16.69 sek	Helsingborg	13/7
lengde u/t	2.27 m	Bjørkelangen	2/3

Mona Øversveen 1967

400 m	64.8 sek	Sogn	11/6
800 m	2.23.90 min	Helsingborg	13/7
800 m	2.23.8 min	Sogn	10/6
1500 m	4.54.2 min	Nadderud	26/8
3000 m	10.42.54 min	Bislett	20/6

Therese Jacobsen 1969

800 m	2.26.3 min	Nadderud	21/6
1500 m	5.01.1 min	Fana	17/7
3000 m	11.08.7 min	Sogn	11/6

Lene Olsen 1970

400 m	66.05 sek	Nadderud	11/8
800 m	2.30.76 min	Raufoss	17/8
lengde	2.93 m	Høland	22/5

Marlen Eng 1970

60 m	8.3 sek	Høland	22/5
100 m	13.50 sek	Nadderud	23/6
100 m	13.3 sek	Stovner	5/7
200 m	28.6 sek	Bislett	21/8
lengde	4.59 m	Raufoss	17/8
lengde u/t	2.19 m	Bjørkelangen	2/3

Camilla Lunder 1971

60 m	8.47 sek	Nadderud	10/8
60 m	8.3 sek	Raufoss	18/8
100 m	13.2 sek	Nadderud	23/6
200 m	28.5 sek	Bislett	21/8
Lengde	4.34 m	Raufoss	17/8
lengde u/t	2.12 m	Bjørkelangen	2/3

Reidun Gustavsen 1971

Kule 3 kg	8.23 m	Høland	14/8
-----------	--------	--------	------

Stine Røysheim 1971

60 m	8.7 sek	Høland	22/5
100 m	13.6 sek	Strømmen	1/6
60 m hekk	12.9 sek	Høland	22/5
lengde	3.88 m	Høland	22/5
høyde	1.25 m	Høland	22/5
kule 3 kg	6.65 m	Høland	14/8

Siv Elin Næss 1972

60 m	9.7 sek	Høland	8/6
800 m	2.36.3 min	Sogn	28/5
lengde	3.80 m	Høland	14/8
høyde	1.20 m	Høland	8/6
kule 3 kg	4.50 m	Høland	22/5

Henriette Høntorp 1972

60 m	8.4 sek	Jessheim	30/9
60 m hekk	12.7 sek	Høland	22/5
100 m	13.97 sek	Nadderud	23/6
høyde	1.20 m	Høland	22/5
kule 3 kg	5.88 m	Høland	22/5

Mona Delingsby 1972

60 m	9.3 sek	Høland	22/5
800 m	2.36.34 min	Raufoss	17/8
1000 m	3.20.10 min	Nadderud	11/8
høyde	1.25 m	Høland	22/5
lengde	3.92 m	Høland	14/8
lengde u/t	2.10 m	Bjørkelangen	2/3
Kule 3 kg	4.39 m	Høland	22/5

Kjersti Olberg 1973

60 m	9.6 sek	Høland	8/6
høyde	1.20 m	Høland	8/6

Hanne Runa Lier 1974

lengde u/t	1.81 m	Bjørkelangen	2/3
------------	--------	--------------	-----

Vivi Lier 1974

60 m	10.5 sek	Høland	22/5
lengde	2.83 m	Høland	22/5
lengde u/t	1.67 m	Bjørkelangen	2/3

Anne Marie Brække 1975

60 m	10.3 sek	Høland	22/5
100 m	17.5 sek	Høland	22/5
lengde	3.02 m	Høland	22/5
høyde	0.80 m	Høland	22/5
kule 3 kg	4.25 m	Høland	22/5

Malin Delingsby 1975

60 m	9.9 sek	Raufoss	18/8
lengde	3.43 m	Strømmen	12/6

KLUBBREKORDER
Ajourført til og med sesongen 1985

AURSKOG-HØLAND FRIDRETTSLAG

KLUBBREKORDER VED SESONGLUTT 1985.

Kvinner senior.

60 m	Maren Ågot Aamodt	Kristiansand	1970	8,0 sek
100 m	Kjersti Larssen	Kil	1983	12.7 sek
200 m	Kjersti Larssen	Stovner	1983	26.5 sek
400 m	Grete Kolstad	Hamar	1974	58,3 sek
600 m	Grete Kolstad	Levermyr	1974	1.36.5 min
800 m	Grete Kolstad	Bislett	1974	2.09.0 min
1500 m	Torunn Kolstad	Bislett	1975	4.26.8 min
3000 m	Torunn Kolstad	Bislett	1975	9.40.6 min
5000 m	Turid Sundsrud	Stovner	1985	18.23.0 min
100 m hekk	Kristin Lunner	Årdal	1984	14.88 sek.
400 m hekk	Kristin Lunner	Nesbyen	1984	65.27 sek.
Høyde	Kristin Lunner	Nadderud	1984	1.71 m
Lengde	Kristin Lunner	Borre	1985	5.35 m
Høyde u/t	Kjersti Larssen	Bjørkelangen	1983	1.31 m
Lengde u/t	Kjersti Larssen	Bjørkelangen	1983	2.47 m
Kule 4kg	Kristin Lunner	Mora	1985	11.23 m
Diskos	Tove Lund	Fana	1977	33.60 m
Spyd	Kristin Lunner	Kr.sand	1984	40.38 m
Slegge 4kg	Kristin Lunner	Fet	1984	27.64 m
7 - kamp	Kristin Lunner	Nadderud	1984	5314 p
(100m hekk 14.7, kule 10.43 høyde 1.71, 200m 27.0, lengde 5.47, spyd 39.00, 800m 2.23.4)				
4 x 60 m	Nannestad		1969	32.8 sek
Gro Kristiansen, Bjørg Slettum, Unni Sandbakken, Maren Ågot Aamodt				
4 x 100 m	Strømmen		1985	53.2 sek
Marlen Eng, Camilla Lunder, Stine Røysheim, Henriette Høntorp				
4 x 200 m	Nannestad		1973	1.55.0 min
Grete Kolstad, Bjørg Slettum, Torunn Kolstad, Maren Ågot Aamodt				
4 x 400 m	Lillestrøm		1973	4.09.5 min
Maren Ågot Aamodt, Bjørg Slettum, Grete Kolstad, Torunn Kolstad				
3 x 800 m	Lillehammer		1974	7.10.5 min
Bjørg Slettum, Torunn Kolstad, Grete Kolstad				
1000 m stafett	Strømmen		1974	2.25.3 min
Hilde Solvang, Kari Høgenes, Grete Kolstad, Torunn Kolstad				

Kvinner junior

60 m	Maren Ågot Aamodt	Bruvollen	1968	8.2 sek
	Grete Kolstad	Jessheim	1976	8.2 sek
100 m	Kjersti Larssen	Kil	1983	12.7 sek
200 m	Kjersti Larssen	Stovner	1983	26.5 sek
400 m	Grete Kolstad	Hamar	1974	58.3 sek
600 m	Grete Kolstad	Levermyr	1974	1.36.5 min
800 m	Grete Kolstad	Bislett	1974	2.09.0 min
1500 m	Torunn Kolstad	Bislett	1975	4.26.8 min
3000 m	Torunn Kolstad	Bislett	1975	9.40.6 min
100 m hekk	Kristin Lunner	Årdal	1984	14.88 sek.

400 m hekk	Kristin Lunner	Årdal	1984	65.27sek
Høyde	Kristin Lunner	Nadderud	1984	1.71 m
Lengde	Kristin Lunner	Borre	1985	5.35 m
Høyde u.t.	Kjersti Larssen	Bjørkelangen	1983	1.31 m
Lengde u.t.	Kjersti Larssen	Lørenskog	1981	2.47 m
Kule 4kg	Kristin Lunner	Mora	1985	11.23 m
Diskos	Tove Lund	Fana	1977	33.60 m
Spyd	Kristin Lunner	Kr.sand	1984	40.38 m
Slegge 4kg	Kristin Lunner	Fet	1984	27.64 m
7 - kamp	Kristin Lunner	Nadderud	1984	5314.p
(100m hekk 14.7, kule 10.43, høyde 1.71, 200m 27.0, lengde 5.47, spyd 39.0 800m 2.23.4)				

4 x 60 m	Nannestad	1969	32.8 sek
Gro Kristiansen, Bjørg Slettum, Unni Sandbakken, Maren Ågot Aamodt			
4 x 100 m	Strømmen	1985	53.2 sek
Marlen Eng, Camilla Lunder, Stine Røysheim, Henriette Høntorp			
4 x 400 m	Lillestrøm	1975	4.19.7 min
Kari Høgenes, Torunn Kolstad, Hilde Solvang, Grete Kolstad			
3 x 800 m	Lillestrøm	1974	7.18.4 min
Kari Høgenes, Grete Kolstad, Torunn Kolstad			
1000 m stafett	Strømmen	1974	2.25.3 min
Hilde Solvang, Kari Høgenes, Grete Kolstad, Torunn Kolstad			

Jenter 16 år

60 m	Gro Kristiansen	Nannestad	1971	8.6 sek
100 m	Kjersti Larssen	Lunner	1982	12.8 sek
200 m	Kjersti Larssen	Lillestrøm	1982	27.2 sek
400 m	Grete Kolstad	Hamar	1974	58.3 sek
600 m	Grete Kolstad	Levermyr	1974	1.36.5 min
800 m	Grete Kolstad	Bislett	1974	2.09.0 min
1500 m	Grete Kolstad	Gausdal	1974	4.35.6 min
3000 m	Torunn Kolstad	Moss	1973	10.25.8 min
80 m hekk	Tanja Øvrehus	Larvik	1983	12.9 sek.
100 m hekk 76	Kjersti Larssen	Bergen	1982	15.52 sek.
100 m hekk 84	Kjersti Larssen	Stovner	1982	15.6 sek
400 m hekk	Tanja Øvrehus	Sørum	1983	72.5 sek.
Høyde	Kristin Lunner	Stovner	1981	1.63 m
Lengde	Kristin Lunner	Helsinki	1981	4.97 m
Høyde u/t	Kjersti Larssen	Fet	1982	1.30 m
Lengde u.t.	Kjersti Larssen	Fet	1982	2.40 m
Kule 4kg	Kristin Lunner	Bergen	1981	10.25 m
Diskos	Tove Lund	Kolbotn	1976	32.10 m
Spyd	Kristin Lunner	Trondheim	1981	36.26 m
Slegge	Kristin Lunner	Lørenskog	1981	26.70 m
Sl. ball 1kg	Astri Aamodt	Lillestrøm	1968	27,25 m
4 x 100 m		Strømmen	1985	53.2 sek
Marlen Eng, Camilla Lunder, Stine Røysheim, Henriette Høntorp				
1000 m stafett		Lørenskog	1981	2.32.5 min
Tanja Øvrehus, Kjersti Larssen, Kristin Lunner, Sigrunn Nilsen				

Jenter 15 år

60 m	Marlen Eng	Høland	1985	8.3 sek
100 m	Hilde Solvang	Bislett	1975	13,2 sek
200 m	Kjersti Larssen	Høland	1981	27.4 sek
300 m	Gro Kristiansen	Lillestrøm	1970	56,8 sek
400 m	Grete Kolstad	Bislett	1973	61,4 sek
600 m	Grete Kolstad	Lillestrøm	1973	1.39.7 min
800 m	Grete Kolstad	Bislett	1973	2.14.4 min
1500 m	Grete Kolstad	Bislett	1973	4.42.4 min
3000 m	Marete Ødegård	Kil	1982	11.38.0 min
100 m hekk 76,2	Kjersti Larssen	Stovner	1981	15.9 sek
100 m hekk 84	Tanja Øvrehus	Stovner	1982	16.2 sek
400 m hekk	Kristin Lunner	Strømmen	1980	74.3 sek
Høyde	Kristin Lunner	Kongsberg	1980	1.65 m
Lengde	Kjersti Larssen	Herlev	1981	5.15 m
Høyde u.t.	Kjersti Larssen	Fet	1981	1.30 m
Lengde u.t.	Kjersti Larssen	Lørenskog	1981	2.47 m
Kule 4 kg	Kristin Lunner	Stovner	1980	10.04 m
Diskos 1 kg	Kristin Lunner	Høland	1980	30.88 m
Spyd 600 g	Kristin Lunner	Stovner	1980	35.91 m
Slegge 4 kg	Tove Lund	Høland	1975	26.36 m
Sl.ball 1 kg	Evy Holt	Lillestrøm	1968	29.94 m

Jenter 14 år

60 m	Camilla Lunder	Nadderud	1985	8.47 sek
80 m	Gro Kristiansen	Strømmen	1969	11.1 sek
100 m	Kjersti Larssen	Hønefoss	1980	13.1 sek
200 m	Tanja Øvrehus	Bislett	1981	28.4 sek
400 m	Grete Kolstad	Bislett	1972	64.7 sek
600 m	Grete Kolstad	Strømmen	1972	1.43.5 min
800 m	Torunn Kolstad	Bislett	1971	2.23.6 min
1500 m	Mona Øversveen	Bislett	1981	5.07.5 min
3000 m	Kjersti Kongtorp	Jessheim	1983	11.40.6 min
60 m hekk	Stine Røysheim	Høland	1985	12.9 sek.
80 m hekk, 76,2	Tanja Øvrehus	Kongsberg	1981	13.3 sek
100 m hekk, 84	Kristin Lunner	Romedal	1979	17.6 sek
400 m hekk 76,2	Kristin Lunner	Strømmen	1979	73.9 sek
Høyde	Kristin Lunner	Larvik	1979	1.64 m
Lengde	Kjersti Larssen	Jessheim	1980	5.08 m
Lengde u.t.	Kjersti Larssen	Lørenskog	1980	2.29 m
Høyde u.t.	Kjersti Larssen	Lørenskog	1980	1.20 m
Kule 4 kg	Kristin Lunner	Strømmen	1979	8.88 m
Kule 3 kg	Kristin Lunner	Høland	1979	10.68 m
Diskos	Hilde Solvang	Høland	1974	29.64 m
Spyd 600 g	Kristin Lunner	Spikkestad	1979	30.20 m
Sl. ball, 700 g	Tove Lund	Høland	1974	37.72 m
Sl.ball, 1 kg	Tove Lund	Høland	1974	36.26 m
L.ball	Anne Haneborg	Blaker	1982	51.24 m
Slegge, 4 kg	Kristin Lunner	Strømmen	1979	23.00 m
4 x 60 m		Lillestrøm	1969	33.6 sek

Gro Kristiansen, Unni Sandbakken, Inger Anne Jørgensen, Wenche Ødegård

4 x 100 m	Lørenskog	1980	55.1 sek
Hanne Kolstad, Mona Øversveen, Tanja Øvrehus, Kjersti Larssen			
4 x 400 m	Høland	1978	4.39.0 min
Kristin Lunner, Sigrunn Nilsen, Trude Krogh, Tone Veiby			

Jenter 13 år

60 m	Henriette Høntorp	Jessheim	1985	8.4 sek
100 m	Kjersti Larssen	Spikkestad	1979	13.5 sek
200 m	Kjersti Larssen	Høland	1979	28.5 sek
300 m	Grete Kolstad	Sørum	1971	48.8 sek
400 m	Kari Høgenes	Lillestrøm	1973	69.0 sek
600 m	Kari Høgenes	Bislett	1973	1.48.8 min
800 m	Hanne Kolstad	Stovner	1980	2.26.4 min
1000 m	Hanne Kolstad	Herlev	1980	3.19.1 min
1500 m	Kjersti Kongtorp	Jessheim	1982	5.23.2 min
3000 m	Kjersti Kongtorp	Bislett	1982	12.01.7 min
60 m. hekk	Henriette Høntorp	Høland	1985	12.7 sek.
80 m hekk (76)	Kristin Lunner	Bislett	1978	13.5 sek
100 m hekk (84)	Kristin Lunner	Lørenskog	1978	18.0 sek
400 m hekk	Kristin Lunner	Strømmen	1978	77.1 sek
Høyde	Kristin Lunner	Fana	1978	1.60 m
Lengde	Kjersti Larssen	Moelv	1979	4.77 m
Høyde u/t	Kjersti Larssen	Hovindhøgda	1979	1.25 m
Lengde u/t	Kjersti Larssen	Bjørkelangen	1979	2.29 m
Kule 3 kg	Kristin Lunner	Høland	1978	10.35 m
Kule 4 kg	Else Lillian Røsholm	Sørum	1978	8.40 m
Diskos 1 kg	Kristin Lunner	Årnes	1978	27.20 m
Spyd 600 g	Kristin Lunner	Fetsund	1978	28.96 m
Slengball 700 g	Bente Wallander	Jessheim	1971	38.80 m
Slengball 1 kg	Tove Lund	Høland	1973	34.10 m
Liten ball	Unni Røed	Blaker	1982	47.25 m
Slegge 4 kg	Kristin Lunner	Lørenskog	1978	16.22 m
4 x 100 m		Drammen	1978	58.2 sek
Trude Krog, Kristin Lunner, Sigrunn Nilsen, Kjersti Larssen				

Jenter 12 år

60 m	Siv Anita Aastad	Lørenskog	1981	8.6 sek
100 m	Kjersti Larssen	Blaker	1978	14.2 sek
200 m	Mona Øversveen	Fet	1979	32.3 sek
800 m	Mona Øversveen	Stovner	1979	2.32.8 min
	Siw Elin Næss	Stovner	1984	2.32.8 min.
1000 m.	Siw Elin Næss	Nadderud	1984	3.25.56 min.
60 m hekk (76)	Kjersti Larssen	Larvik	1978	11.4 sek
	Tanja Øvrehus	Strømmen	1979	11.4 sek
100 m hekk (84)	Kristin Lunner	Strømmen	1977	20.3 sek
Høyde	Kristin Lunner	Høland	1977	1.44 m
Lengde	Kristin Lunner	Raufoss	1977	4.35 m
Høyde u/t	Kjersti Larssen	Bjørkelangen	1978	1.15 m
Lengde u/t	Kjersti Larssen	Bjørkelangen	1978	2.18 m
Kule 4 kg	Bente Wallander	Høland	1970	5.35 m
Kule 3 kg	Kristin Lunner	Kongsberg	1977	9.46 m
Spyd 400 g	Kristin Lunner	Høland	1977	29.62 m
Spyd 600 g	Kristin Lunner	Strømmen	1977	22.59 m
Liten ball	Unni Røed	Lørenskog	1981	45.00 m

Diskos	Kristin Lunner	Høland	1977	22.86 m
Slengball 700 g	Hilde Solvang	Strømmen	1972	33.80 m
4 x 60 m		Strømmen	1971	36.2 sek
	Hilde Solvang, Kari Høgenes, Bente Lie, Berit Hagen			
4 x 60 m		Lørenskog	1980	36.2 sek
	Torunn Bjerkheim, Siv Anita Aastad, Kjersti Kongtorp, Eva Linnerud			

Jenter 11 år

60 m	Hilde Solvang	Jessheim	1971	9.0 sek
	Kjersti Larssen	Bislett	1977	9.0 sek
100 m	Kjersti Larssen	Lørenskog	1977	14.7 sek
200 m	Ingrid Dahl	Bislett	1973	32.4 sek
300 m	Ingrid Dahl	Hemnes	1973	57.7 sek
400 m	Marit Jørgensen	Hemnes	1974	80.8 sek
600 m	Vigdis Gløtta	Høybråten	1974	1.58.1 min
800 m	Siw Elin Næss	Stovner	1983	2.36.6 min
60 m hekk	Kjersti Larssen	Jessheim	1977	12.4 sek
Høyde	Kjersti Larssen	Lørenskog	1977	1.39 m
Lengde	Kjersti Larssen	Raufoss	1977	4.32 m
Høyde u/t	Mona Delingsby	Bjørkelangen	1983	1.04 m
Lengde u/t	Kjersti Larssen	Fet	1977	2.12 m
Kule 3 kg	Kristin Lunner	Lillestrøm	1976	6.62 m
Spyd	Mona Olsen	Gardermoen	1981	11.90 m
Diskos	Torunn Bjerkheim	Høland	1979	10.18 m
Slengball 700 g	Hilde Solvang	Jessheim	1971	30.24 m
Liten ball 150g	Hanne Kolstad	Blaker	1978	35.70 m

AURSKOG-HØLAND FRIIDRETTSLAG

KLUBBREKORDER VED SESONGSLUTT 1985

Menn senior

60 m	Tor Olsen	Bruvollen	1974	7.2 sek
100 m	Tor Olsen	Eidsvoll	1971	11.2 sek
	Øyvind Olsen	Raufoss	1980	11.2 sek
200 m	Tor Olsen	Strømmen	1971	23.0 sek
	Øyvind Olsen	Bislett	1980	23.0 sek
400 m	Tor Olsen	Bislett	1974	49.0 sek
800 m	Carl Fredrik Havnaas	Bislett	1984	1.53.35.min
1000 m	Rolf Christian Kolstad	Bislett	1974	2.34.5 min
1500 m	Rolf Christian Kolstad	Bislett	1976	3.50.4 min
3000 m	Rolf Christian Kolstad	Stovner	1976	8.27.0 min
5000 m	Rolf Christian Kolstad	Stovner	1976	14.38.0 min
10000 m	Øystein Dalbakk	Lørenskog	1982	32.57.0 min
Maraton	Knut Ø. Alfarustad	Oslo	1985	2.49.39 t
3000 m hinder	Rolf Christian Kolstad	Jessheim	1975	9.41.4 min
110 m hekk	Ole Martin Røsholm	Lillestrøm	1981	17.0 sek
400 m hekk	Jan Amund Ydersbond	Stovner	1979	58.2 sek
Høyde	Jan Tore Anthonisen	Spania	1976	2.10 m
Lengde	Jan Tore Anthonisen	Bislett	1978	7.12 m
Høyde u/t	Jan Tore Anthonisen	Bjørkelangen	1976	1.62 m
Lengde u/t	Jan Tore Anthonisen	Bjørkelangen	1980	3.21 m
Tresteg	Jan Amund Ydersbond	Spikkestad	1979	14.01 m
Stav	Øyvind Olsen	Lillestrøm	1971	3.50 m
Kule	Jan Tore Anthonisen	Lillestrøm	1973	12.16 m
Diskos	Oddvin Lund	Lillestrøm	1977	36.94 m
Slegge	Øyvind Arnesen	Lørenskog	1981	49.34
Spyd	Øystein Lund	Årnes	1976	64.50 m
10-kamp	Jan Amund Ydersbond	Lørenskog	1974	6246 p
(100m 11.8, lengde 6.28, kule 10.91, høyde 1.70, 400m 52.9,				
110m hekk 17.2, diskos 34.88, stav 3.20, spyd 60.56, 1500m 4.31.4)				
4 x 100 m		Lillestrøm	1973	44.3 sek
Jan Tore Anthonisen, Jan Amund Ydersbond, Øyvind Olsen, Tor Olsen				
4 x 200 m		Jessheim	1971	1.33.8 min
Terje Årnes, Roar Lunner, Øyvind Olsen, Tor Olsen				
4 x 400 m		Eidsvoll	1972	3.28.2 min
Terje Årnes, Jon Olav Berg, Øyvind Olsen, Tor Olsen				
4 x 1500 m		Lørenskog	1975	17.26.6 min
Allan Hicks, Rolf Christian Kolstad, Sven Olberg, Vidar Myrvold				
1000 m stafett		Jessheim	1971	2.03.3 min
Terje Årnes, Roar Lunner, Øyvind Olsen, Tor Olsen				

Menn junior

60 m	Tor Olsen	Lillestrøm	1971	7.4 sek
100 m	Tor Olsen	Eidsvoll	1971	11.2 sek
200 m	Tor Olsen	Strømmen	1971	23.0 sek
400 m	Tor Olsen	Bislett	1971	50.0 sek

800 m	Carl Fredrik Havnaas	Bislett	1984	1.53.35 min.
1000 m	Rolf Christian Kolstad	Bislett	1974	2.34.5 min
1500 m	Rolf Christian Kolstad	Bislett	1976	3.50.4 min
3000 m	Rolf Christian Kolstad	Stovner	1976	8.27.0 min
5000 m	Rolf Christian Kolstad	Stovner	1976	14.38.0 min
10000 m	Rolf Christian Kolstad	Lørenskog	1975	33.27.0 min
Maraton	Knut Ø. Alfarustad	Oslo	1985	2.49.39 t.
3000 m hinder	Rolf Christian Kolstad	Jessheim	1975	9.41.4 min
110 m hekk	Ole Martin Røsholm	Lillestrøm	1981	17.0 sek
400 m hekk	Ole Martin Røsholm	Tønsberg	1980	60.05 sek
Høyde	Ole Martin Røsholm	Moelv	1981	2.06 m
Lengde	Jan Tore Anthonisen	Ski	1969	6.59 m
Høyde u/t	Ole Martin Røsholm	Bjørkelangen	1981	1.54 m
Lengde u/t	Trygve Anthonisen	Bjørkelangen	1980	2.89 m
Tresteg	Ole Martin Røsholm	Stovner	1980	13.21 m
Stav	Øyvind Olsen	Lillestrøm	1971	3.50 m
Kule	Jan Tore Anthonisen	Strømmen	1969	11.36 m
Diskos	Oddvin Lund	Lillestrøm	1977	36.94 m
Slegge	Øyvind Arnesen	Høland	1973	43.66 m
Spyd	Øystein Lund	Moss	1973	61.24 m
10-kamp	Jan Tore Anthonisen	Strømmen	1968	5369 p
(100m 11.9, lengde 6.42, kule 10.63, høyde 1.91, 400m 56.3,				
110m hekk 19.2, diskos 31.26, stav 2.01, spyd 46.38, 1500m 4.45.3)				
4 x 100 m	Hemnes		1972	47.1 sek
Bjørn Lier, Knut Skjermo, Erik Hoel, Øyvind Olsen				
4 x 400 m	Jessheim		1985	3.49.2 min
Carl Fredrik Havnås, Ronny Nordli, Thomas Solberg, Odd Bjarkum				
4 x 1500 m	Jessheim		1985	17.34.6 min
Carl Fredrik Havnås, Ronny Nordli, Thomas Solberg, Odd Bjarkum				
1000 m stafett	Lillestrøm		1971	2.06.8 min
Jon Olav Berg, Knut Skjermo, Øyvind Olsen, Tor Olsen				

Gutter 18 år

60 m	Bjørn Lier	Hemnes	1975	7.7 sek
100 m	Tor Olsen	Ski	1969	11.4 sek
200 m	Øyvind Olsen	Lillestrøm	1972	23.1 sek
400 m	Øyvind Olsen	Strømmen	1972	50.1 sek
800 m	Carl Fredrik Havnås	Nadderud	1983	1.55.0 min
1000 m	Rolf Christian Kolstad	Bislett	1974	2.34.5 min
1500 m	Rolf Christian Kolstad	Bislett	1974	3.58.6 min
3000 m	Rolf Christian Kolstad	Gjøvik	1974	8.50.0 min
5000 m	Ole Martin Røsholm	Høland	1979	19.13.2 min
110 m hekk	Ole Martin Røsholm	Porsgrunn	1979	16.54 sek
400 m hekk	Ole Martin Røsholm	Stovner	1979	61.5 sek
Høyde	Ole Martin Røsholm	Hamar	1979	2.01 m
Lengde	Trygve Anthonisen	Arnes	1979	6.49 m
Høyde u/t	Ole Martin Røsholm	Lørenskog	1979	1.49 m
Lengde u/t	Øystein Lund	Blaker	1971	2.86 m
Kenneth Wergeland		Bjørkelangen	1985	2.86 m
Tresteg	Ole Martin Røsholm	Lørenskog	1979	12.96 m
Stav	Øyvind Olsen	Eidsvoll	1972	3.12 m
Kule 5.5 kg	Øystein Lund	Høland	1971	12.46 m
Kule 7 1/4 kg	Øystein Lund	Lillestrøm	1971	10.40 m
Diskos 1.5 kg	Ole Martin Røsholm	Strømmen	1979	41.88 m

Diskos 2 kg	Ole Martin Røsholm	Høland	1979	33.82 m
Slegge 6 kg	Øystein Lund	Høland	1971	30.72 m
Slegge 7 1/4 kg	Øyvind Arnesen	Eidsvoll	1974	41.72 m
Spyd	Øystein Lund	Frogner	1971	53.64 m
4 x 100 m		Hemnes	1972	47.1 sek
Bjørn Lier, Knut Skjermo, Erik Hoel, Øyvind Olsen				
1000 m stafett		Strømmen	1971	2.07.4 min
Øystein Lund, Jon Olav Berg, Knut Skjermo, Øyvind Olsen				

Gutter 17 år

60 m	Øyvind Olsen	Lillestrøm	1971	7.6 sek
	Svein Erik Olsen	Bruvoll	1974	7.6 sek
100 m	Tor Olsen	Lillestrøm	1968	11.5 sek
200 m	Tor Olsen	Eidsvoll	1968	23.2 sek
	Øyvind Olsen	Bislett	1971	23.2 sek
400 m	Øyvind Olsen	Lillehammer	1971	51.0 sek
600 m	Stein Lier	Kongsvinger	1969	1.26.9 min
800 m	Carl Fredrik Havnås	Stovner	1982	1.58.1 min
1000 m	Rolf Christian Kolstad	Bislett	1973	2.35.7 min
1500 m	Rolf Christian Kolstad	Bislett	1973	4.06.4 min
3000 m	Rolf Christian Kolstad	Eidsvoll	1973	9.11.4 min
5000 m	Tor A. Haaby	Årjang	1978	17.07.5 min
110 m hekk 91.4	Ole Martin Røsholm	Høland	1978	17.6 sek
110 m hekk 106	Ole Martin Røsholm	Lørenskog	1978	18.7 sek
400 m hekk	Jon Olav Berg	Eidsvoll	1972	62.5 sek
3000 m hinder	Rolf Christian Kolstad	Jessheim	1973	10.05.8 min
Høyde	Ole Martin Røsholm	Gjøvik	1978	1.95 m
Lengde	Øyvind Olsen	Lillestrøm	1971	5.85 m
Høyde u/t	Ole Martin Røsholm	Hovindhøgda	1978	1.46 m
Lengde u/t	Ole Martin Røsholm	Bjørkelangen	1978	2.77 m
Tresteg	Ole Martin Røsholm	Lørenskog	1978	12.15 m
Stav	Øyvind Olsen	Lillestrøm	1971	3.50 m
Kule 5.5 kg	Øyvind Arnesen	Lillestrøm	1973	12.37 m
Kule 7 1/4 kg	Øystein Lund	Strømmen	1970	10.25 m
Diskos 1.5 kg	Oddvin Lund	Bruvoll	1974	42.68 m
Diskos 2 kg	Øyvind Arnesen	Blaker	1973	36.34 m
Spyd	Øyvind Arnesen	Lørenskog	1973	51.90 m
Slegge 6 kg	Øyvind Arnesen	Blaker	1973	46.40 m
Slegge 7 1/4 kg	Øyvind Arnesen	Høland	1973	43.66 m

Gutter 16 år

60 m	Karl Johan Haarberg	Høland	1985	7.7 sek
100 m	Øyvind Olsen	Lillestrøm	1970	11.8 sek
200 m	Øyvind Olsen	Lillestrøm	1970	24.1 sek
400 m	Øyvind Olsen	Strømmen	1970	53.0 sek
600 m	Knut Skjermo	Lillehammer	1971	1.27.5 min
800 m	Carl Fredrik Havnås	Bergen	1981	1.58.0 min
1000 m	Rolf Christian Kolstad	Gjøvik	1972	2.38.2 min
1500 m	Carl Fredrik Havnås	Stovner	1981	4.06.2 min
3000 m	Carl Fredrik Havnås	Bislett	1981	9.06.5 min
2000 m hinder	Tore Bjerkheim	Høland	1979	8.06.4 min

80 m hekk 84	Øystein Lund	Strømmen	1969	14.0 sek
100 m hekk 91.4	Ole Martin Røsholm	Jessheim	1977	17.1 sek
110 m hekk 106	Jon Olav Berg	Lillestrøm	1971	21.3 sek
300 m hekk 76	Jon Olav Berg	Lillestrøm	1971	47.5 sek
400 m hekk 91	Jon Olav Berg	Strømmen	1971	64.0 sek
Høyde	Ole Martin Røsholm	Lillehammer	1977	1.85 m
Lengde	Ole Martin Røsholm	Nannestad	1977	5.62 m
Høyde u/t	Ole Martin Røsholm	Årnes	1977	1.40 m
Lengde u/t	Trygve Anthonisen	Bjørkelangen	1977	2.74 m
Tresteg	Øyvind Olsen	Eidsvoll	1970	11.65 m
Stav	Øyvind Olsen	Strømmen	1970	3.10 m
Kule 4 kg	Jan Steinar Kvebekk	Blaker	1973	15.04 m
Kule 5.5 kg	Jan Steinar Kvebekk	Høland	1973	12.96 m
Diskos 1.5 kg	Oddvin Lund	Høland	1973	43.32 m
Diskos 2 kg	Oddvin Lund	Lørenskog	1973	32.68 m
Spyd 600 g	Øystein Lund	Jordal	1969	54.48 m
Spyd 800 g	Jan Steinar Kvebekk	Lørenskog	1973	50.64 m
Slegge 4 kg	Øyvind Arnesen	Høland	1972	48.86 m
Slegge 6 kg	Øyvind Arnesen	Høland	1972	40.60 m
Slegge 7 1/4 kg	Øyvind Arnesen	Høland	1972	36.46 m
4 x 100 m		Lillestrøm	1970	48.0 sek
Knut Skjermo, Bjørn Ingier, Morten Hasle, Øyvind Olsen				
1000 m stafett		Strømmen	1985	2.17.0 min
Karl J. Hårberg, Jan Åke Jørgensen, Nils H. Mørli, Rune Stokkebekk				

Gutter 15 år

60 m	Øyvind Olsen	Lillestrøm	1969	7.7 sek
100 m	Øyvind Olsen	Hasleholm	1969	12.2 sek
200 m	Øyvind Olsen	Strømmen	1969	24.8 sek
300 m	Odd Willy Aas	Jordal	1971	41.2 sek
400 m	Øyvind Olsen	Strømmen	1969	54.3 sek
600 m	Øyvind Olsen	Lillestrøm	1969	1.31.6 min
800 m	Carl Fredrik Havnaas	Sarpsborg	1980	2.06.6 min
1500 m	Carl Fredrik Havnaas	Stovner	1980	4.14.2 min
2000 m	Nils Håvard Mørli	Nadderud	1985	6.20.91 min.
3000 m	Ronny Mørli	Årjang	1978	10.00.4 min
80 m hekk 84	Øyvind Olsen	Strømmen	1969	14.9 sek
100 m hekk 91.4	Ole Martin Røsholm	Nannestad	1976	19.2 sek
Høyde	Ole Martin Røsholm	Nannestad	1976	1.70 m
	Trygve Anthonisen	Hemnes	1976	1.70 m
Lengde	Ole Martin Røsholm	Årnes	1976	5.22 m
Høyde u/t	Trygve Anthonisen	Nannestad	1976	1.25 m
Lengde u/t	Roar Ness	Bjørkelangen	1983	2.42 m
Tresteg	Bjørn Toverud	Eidsvoll	1970	10.92 m
Kule 4 kg	Jan Steinar Kvebekk	Blaker	1972	13.30 m
Kule 5.5 kg	Jan Steinar Kvebekk	Høland	1972	11.25 m
Diskos 1.5 kg	Oddvin Lund	Strømmen	1972	37.30 m
Spyd 600 g	Jan Steinar Kvebekk	Lillestrøm	1972	51.00 m
Spyd 800 g	Jan Steinar Kvebekk	Høland	1972	45.04 m
Slegge 4 kg	Jan Steinar Kvebekk	Høland	1972	39.80 m
Slegge 6 kg	Jan Steinar Kvebekk	Høland	1972	32.44 m

Gutter 14 år

60 m	Øyvind Sand	Sokna	1976	7.7 sek
	Roar Ness	Bislett	1982	7.7 sek
100 m	Øyvind Sand	Hemnes	1976	12.5 sek
200 m	Morten Hasle	Lillestrøm	1968	27.9 sek
300 m	Odd Willy Aas	Eidsvoll	1970	42.0 sek
400 m	Øyvind Olsen	Lillestrøm	1968	59.3 sek
600 m	Odd Willy Aas	Lillestrøm	1970	1.28.1 min
800 m	Jan Åke Jørgensen	Stovner	1985	2.02.3 min
1000 m	Jan Åke Jørgensen	Nadderud	1985	2.48.37 min.
1500 m	Odd Bjarkum	Bislett	1985	4.38.5 min
80 m hekk 76	Ronny Mærli	Jessheim	1977	14.4 sek
	Jan Åke Jørgensen	Høland	1985	14.4 sek.
80 m hekk 84	Rolf Christian Kolstad	Eidsvoll	1970	15.4 sek
200 m hekk 76	Bjørn Lier	Lillestrøm	1971	38.8 sek
Høyde	Ole Martin Røsholm	Hemnes	1975	1.60 m
Lengde	Roar Ness	Strømmen	1982	4.97 m
Lengde u/t	Trygve Anthonisen	Bjørkelangen	1975	2.26 m
Tresteg	Rolf Christian Kolstad	Blaker	1970	9.36 m
Kule 3 kg	Øyvind Sand	Hemnes	1976	13.59 m
Kule 4 kg	Bjørn Erik Holsen	Strømmen	1969	11.39 m
Diskos 1 kg	Oddvin Lund	Høland	1971	41.82 m
Spyd 600 g	Jan Steinar Kvebekk	Høland	1971	47.52 m
Spyd 800 g	Jan Steinar Kvebekk	Strømmen	1971	38.48 m
Slegge 6 kg	Jan Steinar Kvebekk	Høland	1971	19.42 m
Slingball	Oddvin Lund	Høland	1971	44.92 m
Liten ball	Jørgen Engebretsen	Blaker	1979	67.10 m
4 x 100 m		Lillestrøm	1969	53.3 sek
Hans Andreas Trøtteberg, Jon Olav Berg, Rolf Christian Kolstad, Odd Willy Aas				

Gutter 13 år

60 m	Øyvind Sand	Sokna	1975	8.0 sek
100 m	Øyvind Sand	Kviteseid	1975	12.3 sek
200 m	Øyvind Sand	Bislett	1975	26.2 sek
300 m	Tom Vidar Skaret	Eidsvoll	1970	47.0 sek
400 m	Øyvind Sand	Kviteseid	1975	58.2 sek
600 m	Øyvind Sand	Bislett	1975	1.31.1 min
800 m	Øyvind Sand	Sokna	1975	2.14.0 min
1000 m	Jan Åke Jørgensen	Nadderud	1984	3.00.4 min
1500 m	Odd Bjarkum	Larvik	1981	5.01.8 min
60 m hekk 76	Arnulf Aanerud	Eidsvoll	1968	12.0 sek
80 m hekk 76	Ronny Mærli	Jessheim	1976	14.5 sek
80 m hekk 84	Oddvin Lund	Eidsvoll	1970	16.1 sek
110 m hekk 76	Oddvin Lund	Sørum	1970	21.7 sek
200 m hekk 76	Bjørn Lier	Lillestrøm	1970	38.8 sek
Høyde	Ole Martin Røsholm	Hemnes	1974	1.50 m
Lengde	Øyvind Sand	Sløttestad	1975	4.42 m
Høyde u/t	Trygve Anthonisen	Bjørkelangen	1974	1.20 m
Lengde u/t	Trygve Anthonisen	Bjørkelangen	1974	2.12 m
Kule 3 kg	Øyvind Sand	Sørum	1975	11.60 m
Kule 4 kg	Odd Willy Aas	Strømmen	1969	9.85 m
Diskos 1 kg	Øyvind Sand	Hemnes	1975	31.58 m
Spyd 600 g	Jan Steinar Kvebekk	Eidsvoll	1970	39.94 m

Liten ball	Jon Skjønhaug	Blaker	1980	51.04 m
Slengball	Jan Åke Jørgensen	Lillestrøm	1984	24.79 m

Gutter 12 år

60 m	Jon Sigurd Utgårdsløkken	Nadderud	1985	8.5 sek
100 m	Øyvind Sand	Arendal	1974	13.7 sek
200 m	Svein Erik Olsen	Blaker	1969	30.0 sek
300 m	Ole Martin Røsholm	Hemnes	1973	52.0 sek
400 m	Øyvind Sand	Hemnes	1974	63.0 sek
600 m	Øyvind Sand	Kongsberg	1974	1.37.5 min
800 m	Øyvind Sand	Sørumsund	1974	2.23.4 min
1000 m	Lars Elgtun	Nadderud	1984	3.35.40 min.
1500 m	Erich Malnes	Høland	1979	5.20.3 min
60 m hekk 76	Jarle Nordli	Karlstad	1985	11.25. sek
Høyde	Jarle Nordli	Karlstad	1985	1.45 m
Lengde	Jon Sigurd Utgårdsløkken	Strømmen	1985	4.43 m
Høyde u/t	Ole Martin Røsholm	Bjørkelangen	1973	1.05 m
	Carl Fredrik Havnaas	Bjørkelangen	1977	1.05 m
Lengde u/t	Ole Martin Røsholm	Bjørkelangen	1973	2.03 m
Kule 3 kg	Øyvind Sand	Kongsberg	1974	11.39 m
Diskos 1 kg	Øyvind Sand	Blaker	1974	26.60 m
Spyd 400 g	Jo Helge Raaen	Høland	1978	25.56 m
Slengball 1 kg	Oddvin Lund	Blaker	1969	30.60 m
Liten ball 150g	Øyvind Sand	Strømmen	1974	68.20 m
4 x 60 m		Strømmen	1985	35.1 sek

Jon S. Utgårdsløkken, Karl O. Høntorp, Høgne Røysheim, Jon I. Brekke

Gutter 11 år

60 m	Jon Sigurd Utgårdsløkken	Kløfta	1984	9.0 sek.
60 m	Robert Magnes	Eidsvoll	1972	9.0 sek
100 m	Robert Magnes	Drammen	1972	14.4 sek
200 m	Svein Erik Olsen	Blaker	1968	31.9 sek
300 m	Sven Henrik Kolstad	Hemnes	1973	50.8 sek
400 m	Ronny Mørli	Hemnes	1974	73.3 sek
600 m	Egil Henriksen	Lillestrøm	1975	1.49.8 min
800 m	Jan Åke Jørgensen	Stovner	1982	2.27.0 min.
1000 m	Jarle Nordli	Nadderud	1984	3.28.92 min.
60 m hekk 76	Jarle Nordli	Lillestrøm	1984	12.1 sek
Høyde	Jarle Nordli	Jessheim	1984	1.30 m
Lengde	Jon Sigurd Utgårdsløkken	Strømmen	1984	4.03 m
Høyde u/t	Frode Høgenes	Bjørkelangen	1974	0.85 m
Lengde u/t	Frode Høgenes	Bjørkelangen	1974	1.89 m
Kule 3 kg	Jarle Nordli	Strømmen	1984	7.80 m
Spyd 400 g	Bjørnar Senstad	Jessheim	1982	24.74 m
Liten ball 150g	Barthold Hals	Blaker	1968	48.74 m

NB! Ved elektronisk tidtaking (med hundredeler) trekker man fra 0.24 på tiden for distanser opp til 400 m og 0.14 på 800 m og lengere for sammenligning med manuelle tider (med tiendeler).