

# Klubbrekorder AHF, menn senior

ØVELSE	Rekordholder	Resultat	Sted	År
<b>60 m</b>	Tor Olsen	7,2	Bruvolden	1974
<b>100 m</b>	Tor Olsen	11,2	Eidsvoll	1971
	Øyvind Olsen	11,2	Raufoss	1980
<b>110 m h</b>	Ole Johan Aarnes	16,3	Ski	1995
<b>200 m</b>	Tor Olsen	23,0	Strømmen	1971
	Øyvind Olsen	23,0	Bislet	1980
<b>400 m</b>	Tor Olsen	49,0	Bislet	1974
<b>400 m h</b>	Jan A. Ydersbond	58,2	Stovner	1979
<b>800 m</b>	Carl Fr. Havnås	1.53,35	Bislet	1984
<b>1000 m</b>	Rolf Chr. Kolstad	2.34,	Bislet	1974
<b>1500 m</b>	Rolf Chr. Kolstad	3.50,4	Bislet	1976
<b>3000 m</b>	Ronny Nordli	8.26,73	Bislet	1990
<b>3000 m</b>	Ronny Nordli	9.25,66	Marienlyst	1989
<b>5000 m</b>	Rolf Chr. Kolstad	14.38,0	Stovner	1976
<b>10000 m</b>	Øystein Dalbakk	32.57,0	Lørenskog	1982
<b>Maraton</b>	Knut Ø. Alfarustad	2.44,31	Oslo	1988
<b>Høyde</b>	Jon S. Utgårdsløkken	2,16	Drammen	1993
<b>Stav</b>	Ole Johan Aarnes	4,55	Hønefoss	1995
<b>Lengde</b>	Jan Tore Anthonisen	7,12	Bislet	1978
<b>Tresteg</b>	Jon S. Utgårdsløkken	14,53	Jessheim	1993
<b>Diskos 2 kg</b>	Magnus Røsholm Berntsen	57,07	Helsingborg	2010
<b>Slegge</b>	Øyvind Arnesen	49,34	Lørenskog	1981
<b>Kule</b>	Magnus Røsholm Berntsen	14,34	Ravnanger	2010
<b>Spyd</b>	Øystein Lund	64,50	Årnes	1976
<b>10-kamp</b>	Jan A. Ydersbond	6246	Lørenskog	1974
	11,8, 10,91, 52,9, 34,88, 60,56, 6,28, 1,70, 17,2, 3,20, 4.31,4			
<b>4 x 100 m</b>	Jan Tore Anthonisen Roar Lunder Øyvind Olsen Tor Olsen	44,3	Lillestrøm	1973
<b>4 x 200 m</b>	Terje Aarnes Jan Tore Anthonisen Øyvind Olsen Tor Olsen	1.33,8	Jessheim	1971
<b>4 x 400 m</b>	Terje Aarnes Jon Olav Berg Øyvind Olsen Tor Olsen	3.28,2	Eidsvoll	1972
<b>4 x 1500 m</b>	Jan Åke Jørgensen Ronny Nordli Frode Borgersrud	16.30,09	Søgne	1986

	Odd Bjarkum			
<b>1000 m</b>	Terje Aarnes Roar Lunder Øyvind Olsen Tor Olsen	2.03,	Jessheim	1971
<b>Høyde ut</b>	Jan T. Anthonisen	1,62	Bjørkelangen	1976
<b>Lengde ut</b>	Jan T. Anthonisen	3,21	Bjørkelangen	1980