

Norge / Norway: 2010 - Utendørs / Outdoor**Menn / Men 70-74 år / years**

pr. 31.12.2010 (oppdatert / updated 28.02.2011)

60m (M70-74)

10.60	-6,2	(1)	Aksel Rosland, Orre IL	(39)	Egersund	09.09.2010
-------	------	-----	------------------------	------	----------	------------

100m (M70-74)

15.19		(1)	Aksel Rosland, Orre IL	(39)	Florø	13.08.2010
15.33		(2)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Florø	13.08.2010
15.57	-0,1	(4)h2	Torbjørn Mong, Egersunds IK	(40)	Nyiregyhaza, HUN	17.07.2010
15.74	+0,2	(1)	Ivan Schmidt Thorsnes, GTI	(37)	Sandnes	25.09.2010
15.82		(4)	Jon Ljotebø, Vadheim IL	(39)	Florø	13.08.2010
15.92		(5)	Kåre Holmen, IL Valder	(39)	Florø	13.08.2010
15.98	+1,2	(1)	Kolbjørn Jordfald, Ski IL	(37)	Ski	18.08.2010
16.19		(6)	Kjell Sælensminde, IL Gular	(37)	Florø	13.08.2010
16.37	-1,2	(1)	Henry Opland, IL Norodd	(36)	Elnesvågen	26.06.2010
16.40		(7)	Johannes Baardsen, GTI	(37)	Florø	13.08.2010

(10)

Medvind / Wind-assisted:

15.55	+2,3	(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Trondheim/St	11.09.2010
15.69	+3,1	(1)	Kjell Sælensminde, IL Gular	(37)	Indre Arna	03.10.2010
16.14	+3,1	(2)	Kjell Ulltang, Øystese IL	(38)	Indre Arna	03.10.2010
17.65	+3,1	(3)	Rolf Mjøs, IL Gular	(38)	Indre Arna	03.10.2010

Utenfor NFIF - medvind / Club outside NAA - wind-assisted:

17.52	+2,1	(1)	Jan Ove Larsson, PIL Drammen	(39)	Kristiansand	10.09.2010
-------	------	-----	------------------------------	------	--------------	------------

Manuelle tider / Handtiming:

Medvind / Wind-assisted:

15.4	+3,7	(1)	Gunnar Olav Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Tønsberg	25.09.2010
------	------	-----	----------------------------------	------	----------	------------

150m (M70-74)

24.56	+1,0	(1)	Aksel Rosland, Orre IL	(39)	Egersund	06.05.2010
-------	------	-----	------------------------	------	----------	------------

200m (M70-74)

31.49	+0,3	(1)	Aksel Rosland, Orre IL	(39)	Florø	14.08.2010
32.62	-1,0	(m)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Nyiregyhaza, HUN	15.07.2010
32.70	+0,3	(2)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Florø	14.08.2010
33.29	+0,3	(3)	Kåre Holmen, IL Valder	(39)	Florø	14.08.2010
33.56	-0,5	(1)	Kjell Sælensminde, IL Gular	(37)	Indre Arna	02.10.2010
33.61	-0,5	(2)	Kjell Ulltang, Øystese IL	(38)	Indre Arna	02.10.2010
33.77	+0,3	(5)	Johannes Baardsen, GTI	(37)	Florø	14.08.2010
34.66	+0,3	(6)	Henry Opland, IL Norodd	(36)	Florø	14.08.2010
37.53	+0,3	(7)	Rolf Mjøs, IL Gular	(38)	Florø	14.08.2010

Medvind / Wind-assisted:

32.12	+3,3	(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Tønsberg	10.07.2010
32.47	+3,3	(m)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Tønsberg	10.07.2010

Manuelle tider / Handtiming:

35.5	+0,0	(1)	Erling Ihle, Fossum IF	(36)	Oslo/St	31.05.2010
------	------	-----	------------------------	------	---------	------------

400m (M70-74)

72.47		(1)	Jon Ljotebø, Vadheim IL	(39)	Florø	15.08.2010
73.17		(2)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Florø	15.08.2010
74.69		(3)	Kåre Holmen, IL Valder	(39)	Florø	15.08.2010
78.13		(1)	Leif Osa, IL Gular	(39)	Indre Arna	03.10.2010
78.17		(4)	Aksel Rosland, Orre IL	(39)	Florø	15.08.2010
84.69		(2)	Henry Opland, IL Norodd	(36)	Elnesvågen	27.06.2010

Manuelle tider / Handtiming:

81.9		(1)	Erling Ihle, Fossum IF	(36)	Oslo/St	31.05.2010
91.3		(1)	Willy Åge Haugen, IK Våg	(37)	Vågsbygd	13.06.2010

800m (M70-74)

2:47.26		(1)	Bjørn Tvedt, Veldre Friidrett	(38)	Florø	14.08.2010
3:10.5		(1)	Vemund Wemundstad, Ullensaker/Kisa IL	(40)	Jessheim	18.09.2010
3:42.5		(1)	Svein-Erik Hauger, Lørenskog FIL	(39)	Lørenfallet	01.06.2010
3:47.0		(2)	Helge Holth, Romerikslagets IL	(37)	Jessheim	18.09.2010

1000m (M70-74)

5:05.7	(1)	Gar Garåsen, IL Dalebrand	(39)	Tønsåsen	27.07.2010
--------	-----	---------------------------	------	----------	------------

1500m (M70-74)

5:35.92	(1)	Bjørn Tvedt, Veldre Friidrett	(38)	Florø	15.08.2010
6:27.8	(1)	Olaf Lydvo, IL Nybrott	(40)	Stjørdal	18.08.2010
6:31.9	(1)	Nils Anton Sæthermoen, Ullensaker/Kisa IL	(40)	Jessheim	10.06.2010
6:57.10	(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Nyiregyhaza, HUN	15.07.2010
6:59.3	(2)	Kristian Roaldstveit, Hurdal IL	(38)	Jessheim	10.06.2010
7:02.53	(m)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Nyiregyhaza, HUN	15.07.2010
7:07.0	(2)	Knut Ove Torgersen, Skogn IL	(37)	Stjørdal	18.08.2010
7:14.7	(3)	Ole Lutdal, Frosta IL	(37)	Stjørdal	18.08.2010
7:41.6	(3)	Svein-Erik Hauger, Lørenskog FIL	(39)	Jessheim	10.06.2010
7:41.87	(7)MS	Gar Garåsen, IL Dalebrand	(39)	Sona	11.07.2010
		(10)			
7:43.0	(5)	Helge Holth, Romerikslagets IL	(37)	Jessheim	10.06.2010
7:45.2	(6)	Einar Kristensen, Kløfta IL	(40)	Jessheim	10.06.2010
8:20.7	(4)	Johan Ertsgaard, IL Nybrott	(38)	Stjørdal	18.08.2010

Utenfor NFIF / Club outside NAA:

7:42.3	(4)	Torbjørn Andreassen	(37)	Jessheim	10.06.2010
--------	-----	---------------------	------	----------	------------

3000m (M70-74)

11:54.14	(1)	Bjørn Tvedt, Veldre Friidrett	(38)	Florø	13.08.2010
13:18.18	(1)	Sigurd Henriksen, IL Fri	(40)	Indre Arna	02.10.2010
13:44.0	(1)	Olaf Lydvo, IL Nybrott	(40)	Stjørdal	16.06.2010
13:58.9	(2)	Ole Lutdal, Frosta IL	(37)	Stjørdal	16.06.2010
14:30.07	(2)MS	Erling Ihle, Fossum IF	(36)	Oslo/Be	20.09.2010
15:17.5	(3)	Knut Ove Torgersen, Skogn IL	(37)	Stjørdal	16.06.2010
16:29.0	(4)	Johan Ertsgaard, IL Nybrott	(38)	Stjørdal	16.06.2010
17:07.0	(1)	Svein-Erik Hauger, Lørenskog FIL	(39)	Lørenfallet	07.09.2010

5000m (M70-74)

20:37.11	(1)	Bjørn Tvedt, Veldre Friidrett	(38)	Florø	15.08.2010
29:19.2	(1)	Kåre Hafskjold, Kviteseid IL	(38)	Høydalmo	28.08.2010

10000m (M70-74)

42:07.08	(12)MS	Bjørn Tvedt, Veldre Friidrett	(38)	Brumunddal	05.08.2010
----------	--------	-------------------------------	------	------------	------------

80m hekk / hurdles 76.2 cm (M70-74)

14.70	-0,7	(1)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Florø	15.08.2010
14.95	-0,4	(2)h1	Torbjørn Mong, Egersunds IK	(40)	Nyiregyhaza, HUN	21.07.2010
15.10	-1,0	(4)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Nyiregyhaza, HUN	22.07.2010
19.40	-0,7	(1)	Kåre Holmen, IL Valder	(39)	Elnesvågen	27.06.2010

300m hekk / hurdles 68.6 cm (M70-74)

55.59	(1)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Florø	14.08.2010
56.32	(2)	Kåre Holmen, IL Valder	(39)	Florø	14.08.2010
58.28	(6)	Torbjørn Mong, Egersunds IK	(40)	Nyiregyhaza, HUN	18.07.2010
68.96	(4)	Henry Opland, IL Norodd	(36)	Florø	14.08.2010

Høyde / High Jump (M70-74)

1.33	(m)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Trondheim/St	11.09.2010
1.30	(1)	Magnor Myklebust, Gloppen FIL	(40)	Florø	14.08.2010
1.30	(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Trondheim/St	11.09.2010
1.30	(1)	Jens Mjeldheim, IL Fri	(40)	Indre Arna	02.10.2010
1.27	(1)	John Arve Johansen, Ullensaker/Kisa IL	(36)	Årnes	01.09.2010
1.25	(1)	Ivan Schmidt Thorsnes, GTI	(37)	Sandnes	25.09.2010
1.20	(1)	Gunnar Helland, IL Trio	(38)	Husnes	21.06.2010
1.20	(1)	Henry Opland, IL Norodd	(36)	Elnesvågen	26.06.2010
1.20	(1)	Kolbjørn Jordfald, Ski IL	(37)	Sofiemyr	31.08.2010
1.18	(1)	Aksel Rosland, Orre IL	(39)	Vågsbygd	12.09.2010
		(10)			
1.15	(2)	Kåre Holmen, IL Valder	(39)	Elnesvågen	26.06.2010

Utenfor NFIF / Club outside NAA:

1.20	(1)	Jan Ove Larsson, PIL Drammen	(39)	Kristiansand	10.09.2010
------	-----	------------------------------	------	--------------	------------

Stav / Pole Vault (M70-74)

2.50	(1)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Florø	13.08.2010
2.30	(2)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Florø	13.08.2010
2.25	(1)	Gunnar Helland, IL Trio	(38)	Husnes	01.09.2010
2.20	(3)	Magnor Myklebust, Gloppen FIL	(40)	Florø	13.08.2010
2.12	(1)	Gunnar Olav Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Tønsberg	07.07.2010

Lengde / Long Jump (M70-74)

4.32	+1,7	(1)	Gunnar Olav Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Tønsberg	30.10.2010
4.20	+0,0	(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Tønsberg	10.07.2010
4.19	+0,6	(m)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Tønsberg	10.07.2010
4.11	-0,2	(1)	John Arve Johansen, Ullensaker/Kisa IL	(36)	Jessheim	18.09.2010
3.78	-0,2	(2)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Florø	13.08.2010
3.71		(1)	Gunnar Helland, IL Trio	(38)	Husnes	04.08.2010
3.46	+0,3	(3)	Magnor Myklebust, Gloppen FIL	(40)	Florø	13.08.2010
3.34	-1,9	(1)	Kolbjørn Jordfald, Ski IL	(37)	Nittedal	18.09.2010
2.60		(1)	Willy Åge Haugen, IK Våg	(37)	Vågsbygd	13.06.2010

Tresteg / Triple Jump (M70-74)

8.89	+0,0	(1)	Gunnar Olav Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Tønsberg	16.10.2010
8.60	-0,5	(1)	John Arve Johansen, Ullensaker/Kisa IL	(36)	Jessheim	18.09.2010
8.35	+1,1	(1)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Florø	15.08.2010
7.68		(1)	Gunnar Helland, IL Trio	(38)	Husnes	04.08.2010
5.60	+0,9	(1)	Gar Garåsen, IL Dalebrand	(39)	Stjørdal	12.06.2010

Kule / Shot Put 4.0 kg (M70-74)

13.42		(1)	Svein Hytten, Tønsberg FIK	(40)	Nyiregyhaza, HUN	18.07.2010
12.34		(m)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Trondheim/St	11.09.2010
11.46		(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Trondheim/St	11.09.2010
11.34		(1)	Erik Gran, Heggedal FIK	(36)	Heggedal/Ka	19.08.2010
11.29		(1)	Kjell Fossen, IL Fri	(39)	Knarvik	27.03.2010
11.08		(1)	Gunnar Helland, IL Trio	(38)	Husnes	01.09.2010
10.69		(2)	Reidar Thomassen, IL Tyrving	(36)	Heggedal/Ka	10.06.2010
10.10		(11)	Bjørn Heggelund, FIK Stein	(38)	Nyiregyhaza, HUN	18.07.2010
9.79		(1)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Stavanger/St	26.10.2010
9.72		(m)	John Arve Johansen, Ullensaker/Kisa IL	(36)	Jessheim	03.06.2010
(10)						
9.69		(1)	Arnfinn Skadsem, Sandnes IL	(36)	Sandnes	20.07.2010
9.67		(1)	Kolbjørn Jordfald, Ski IL	(37)	Ski	27.04.2010
9.11		(1)	Ivan Schmidt Thorsnes, GTI	(37)	Sandnes	25.09.2010
8.80		(1)	Roald Bergstøl, IK Våg	(39)	Vågsbygd	13.06.2010
8.77		(m)	Aksel Rosland, Orre IL	(39)	Lyngdal	03.07.2010
8.63		(m)	Gunnar Olav Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Tønsberg	24.04.2010
8.06		(1)	Ivar Brunvand, Sømna IL	(37)	Vik i Helgeland	09.09.2010
7.66		(1)	Steinar Johannes Solli, Sømna IL	(38)	Vik i Helgeland	30.09.2010
7.54		(m)	Helge Ellingsen, Stavanger IF	(37)	Lyngdal	03.07.2010
7.12		(m)	Johannes Baardsen, GTI	(37)	Lyngdal	03.07.2010
(20)						

Utenfor NFIF / Club outside NAA:

8.00		(1)	Jan Ove Larsson, PIL Drammen	(39)	Kristiansand	11.09.2010
------	--	-----	------------------------------	------	--------------	------------

Kule / Shot Put 5.0 kg (M70-74)

9.03		(m)	Reidar Thomassen, IL Tyrving	(36)	Oslo/Bi	25.09.2010
------	--	-----	------------------------------	------	---------	------------

Kule / Shot Put 6.0 kg (M70-74)

8.32		(m)	Reidar Thomassen, IL Tyrving	(36)	Oslo/Bi	25.09.2010
------	--	-----	------------------------------	------	---------	------------

Kule / Shot Put 7.26 kg (M70-74)

8.31		(1)	Kjell Fossen, IL Fri	(39)	Knarvik	27.03.2010
8.08		(4)MS	Reidar Thomassen, IL Tyrving	(36)	Nadderud	17.10.2010

Diskos / Discus Throw 1.0 kg (M70-74)

43.14		(1)	Svein Hytten, Tønsberg FIK	(40)	Tønsberg	15.09.2010
38.27		(m)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Heggedal/Ka	28.08.2010
37.67		(1)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Egersund	02.10.2010
35.81		(4)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Florø	14.08.2010
35.34		(m)	Bjørn Heggelund, FIK Stein	(38)	Heggedal/Ka	28.08.2010
35.20		(m)	Reidar Thomassen, IL Tyrving	(36)	Jessheim	03.06.2010
34.60		(1)	Gunnar Bolset, Førde IL	(39)	Hyen	13.07.2010
32.10		(2)	Aksel Rosland, Orre IL	(39)	Egersund	02.10.2010
31.43		(1)	Johannes Baardsen, GTI	(37)	Leirvik	30.06.2010
31.12		(1)	Gunnar Olav Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Tønsberg	15.09.2010
(10)						
28.81		(1)	Gunnar Helland, IL Trio	(38)	Husnes	01.09.2010
28.58		(1)	Kjell Fossen, IL Fri	(39)	Knarvik	27.03.2010
28.06		(2)	Erik Gran, Heggedal FIK	(36)	Jessheim	20.09.2010
25.63		(3)	John Arve Johansen, Ullensaker/Kisa IL	(36)	Jessheim	03.06.2010
24.97		(1)	Kolbjørn Jordfald, Ski IL	(37)	Ski	27.04.2010
19.95		(2)	Jens Mjeldheim, IL Fri	(40)	Indre Arna	02.10.2010
17.98		(m)	Helge Ellingsen, Stavanger IF	(37)	Lyngdal	03.07.2010

Utenfor NFIF / Club outside NAA:

22.30	(1)	Jan Ove Larsson, PIL Drammen	(39)	Kristiansand	10.09.2010
-------	-----	------------------------------	------	--------------	------------

Diskos / Discus Throw 2.0 kg (M70-74)

23.01	(4)MS	Reidar Thomassen, IL Tyrving	(36)	Nadderud	17.10.2010
16.05	(1)	Kolbjørn Jordfald, Ski IL	(37)	Ski	02.10.2010

Slegge / Hammer Throw 4.0 kg (M70-74)

44.62	(m)	Svein Hytten, Tønsberg FIK	(40)	Heggedal/Ka	28.08.2010
42.72	(1)	Arne Lothe, IL Gular	(38)	Indre Arna	02.10.2010
42.30	(4)	Alf Alsaker, IL Fri	(39)	Nyiregyhaza, HUN	19.07.2010
37.19	(2)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Sem	03.06.2010
34.84	(2)	Gunnar Bolset, Førde IL	(39)	Hyen	13.07.2010
34.56	(3)	Audun Holme, Førde IL	(36)	Hyen	13.07.2010
33.32	(1)	Reidar Thomassen, IL Tyrving	(36)	Jessheim	03.06.2010
32.26	(1)	Aksel Rosland, Orre IL	(39)	Sandnes	25.05.2010
31.67	(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Heggedal/Ka	28.08.2010
30.78	(1)	Gunnar Helland, IL Trio	(38)	Husnes	01.09.2010
		(10)			
30.61	(1)	Kjell Fossen, IL Fri	(39)	Knarvik	27.03.2010
28.85	(m)	Bjørn Heggelund, FIK Stein	(38)	Nyiregyhaza, HUN	23.07.2010
24.88	(3)	Gunnar Olav Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Sem	03.06.2010
24.53	(m)	John Arve Johansen, Ullensaker/Kisa IL	(36)	Jessheim	03.06.2010
21.05	(m)	Johannes Baardsen, GTI	(37)	Lyngdal	03.07.2010
17.34	(2)	Willy Åge Haugen, IK Våg	(37)	Vågsbygd	13.06.2010
16.03	(1)	Gar Garåsen, IL Dalebrand	(39)	Tønsåsen	27.07.2010

Spyd / Javelin Throw 500 g (M70-74)

39.53	(1)	Svein Hytten, Tønsberg FIK	(40)	Florø	15.08.2010
37.41	(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Tønsberg	10.07.2010
35.23	(1)	Kolbjørn Jordfald, Ski IL	(37)	Nittedal	18.09.2010
31.94	(m)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Tønsberg	10.07.2010
31.04	(1)	Reidar Thomassen, IL Tyrving	(36)	Heggedal/Ka	10.06.2010
29.36	(1)	Gunnar Helland, IL Trio	(38)	Husnes	01.09.2010
29.21	(2)	John Arve Johansen, Ullensaker/Kisa IL	(36)	Jessheim	03.06.2010
27.36	(3)	Kjell Fossen, IL Fri	(39)	Florø	15.08.2010
26.35	(1)	Kåre Holmen, IL Valder	(39)	Elnesvågen	27.06.2010
23.62	(1)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Stavanger/St	26.10.2010
		(10)			
23.09	(1)	Aksel Rosland, Orre IL	(39)	Sandnes	08.07.2010
22.62	(m)	Gunnar Olav Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Tønsberg	24.04.2010
20.98	(m)	Johannes Baardsen, GTI	(37)	Lyngdal	03.07.2010
20.85	(2)	Arnfinn Skadsen, Sandnes IL	(36)	Sandnes	08.07.2010
20.24	(m)	Bjørn Heggelund, FIK Stein	(38)	Heggedal/Ka	28.08.2010

Feil resultat / Incorrect performance:

39.36	(1)	Gunnar Helland, IL Trio	(38)	Husnes	01.09.2010
-------	-----	-------------------------	------	--------	------------

Alternativt resultat / Alternative result:

27.82	(1)	Gunnar Helland, IL Trio	(38)	Husnes	28.06.2010
-------	-----	-------------------------	------	--------	------------

Utenfor NFIF / Club outside NAA:

24.86	(1)	Jan Ove Larsson, PIL Drammen	(39)	Kristiansand	11.09.2010
-------	-----	------------------------------	------	--------------	------------

Spyd / Javelin Throw 600 g (M70-74)

33.51	(1)	Kolbjørn Jordfald, Ski IL	(37)	Ski	02.10.2010
25.90	(1)	Aksel Rosland, Orre IL	(39)	Egersund	10.06.2010
18.88	(1)	Herman Henriksen, Odda IL	(37)	Stavanger/St	19.10.2010
18.42	(2)	Johannes Baardsen, GTI	(37)	Stavanger/St	19.10.2010

Spyd / Javelin Throw 800 g (M70-74)

30.31	(1)	Kolbjørn Jordfald, Ski IL	(37)	Ski	02.10.2010
26.71	(4)MS	Reidar Thomassen, IL Tyrving	(36)	Nadderud	17.10.2010

Vekt / Weight Throw 7.26 kg (M70-74)

17.81	(1)	Svein Hytten, Tønsberg FIK	(40)	Tønsberg	15.09.2010
17.16	(1)	Arne Lothe, IL Gular	(38)	Hyen	13.07.2010
16.53	(1)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Tønsberg	09.06.2010
16.23	(1)	Alf Alsaker, IL Fri	(39)	Bergen/Sk	15.06.2010
14.75	(1)	Gunnar Helland, IL Trio	(38)	Husnes	01.09.2010
13.30	(m)	Reidar Thomassen, IL Tyrving	(36)	Heggedal/Ka	28.08.2010
13.02	(1)	Audun Holme, Førde IL	(36)	Hyen	30.06.2010
12.96	(m)	Bjørn Heggelund, FIK Stein	(38)	Heggedal/Ka	28.08.2010
12.75	(m)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Heggedal/Ka	28.08.2010
12.24	(1)	Aksel Rosland, Orre IL	(39)	Vågsbygd	12.09.2010
(10)					
11.65	(3)	Gunnar Bolset, Førde IL	(39)	Hyen	13.07.2010
11.36	(m)	Kjell Fossen, IL Fri	(39)	Bergen/Sk	16.10.2010
11.25	(2)	John Arve Johansen, Ullensaker/Kisa IL	(36)	Jessheim	03.06.2010
11.24	(2)	Gunnar Olav Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Tønsberg	15.09.2010
6.20	(m)	Johannes Baardsen, GTI	(37)	Lyngdal	03.07.2010
5.64	(m)	Helge Ellingsen, Stavanger IF	(37)	Lyngdal	03.07.2010

Ikke en permanent eller godkjent arena / Irregular conditions, not a permanent facility:

18.22	(1)	Svein Hytten, Tønsberg FIK	(40)	Kristiansand	24.01.2010
-------	-----	----------------------------	------	--------------	------------

Feil i resultatlisten / Incorrect performancelist:

18.22	(m)	Svein Hytten, Tønsberg FIK (15.98)	(40)	Oslo/La	08.05.2010
-------	-----	------------------------------------	------	---------	------------

5-kamp / Pentathlon (M70-74)

3442	(1)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Tønsberg	10.07.2010
		$\Sigma W=3,3$ (4.20-37.41-32.12w-31.52-7:05.93) / +0,0 / +3,3			
3199	(5)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Nyiregyhaza, HUN	15.07.2010
		$\Sigma W=-1,5$ (3.93-30.83-32.62-33.27-7:02.53) / -0,5 / -1,0			

Alternativt resultat / Alternative result:

3390	(4)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Nyiregyhaza, HUN	15.07.2010
		$\Sigma W=-0,9$ (4.12-35.29-32.97-33.54-6:57.10) / +0,2 / -1,1			
2792	(2)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Tønsberg	10.07.2010
		$\Sigma W=3,9$ (4.19-31.94-32.47w-34.12-nm) / +0,6 / +3,3			

10-kamp / Decathlon (M70-74)

6696	(1)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Trondheim/St	11-12.09.2010
		$\Sigma W=3,1$ (15.36w-4.04-12.34-1.33-77.66/15.65-35.70-2.20-31.58-7:27.99) / +2,3 / +0,7 / +0,1			
3546	(2)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Trondheim/St	11-12.09.2010
		$\Sigma W=2,4$ (15.55w-3.79-11.46-1.30-nm/nm-nm-nm-35.46-nm) / +2,3 / +0,0 / +0,1			

Kast-5-kamp / Weight Pentathlon (M70-74)

4515	(1)	Svein Hytten, Tønsberg FIK	(40)	Heggedal/Ka	28.08.2010
		(44.62-12.67-39.56-37.67-16.60)			
3771	(2)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF	(36)	Sandefjord	09.08.2010
		(35.25-11.61-35.92-29.36-14.88)			
3589	(2)	Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	(37)	Heggedal/Ka	28.08.2010
		(31.67-11.27-34.92-33.36-12.75)			
3397	(1)	Reidar Thomassen, IL Tyrving	(36)	Jessheim	03.06.2010
		(31.53-10.06-35.20-28.70-13.07)			
2942	(5)	Bjørn Heggelund, FIK Stein	(38)	Heggedal/Ka	28.08.2010
		(22.52-9.78-35.34-20.24-12.96)			
2837	(1)	Kjell Fossen, IL Fri	(39)	Bergen/Sk	16.10.2010
		(25.31-10.46-24.85-26.25-11.36)			
2803	(2)	John Arve Johansen, Ullensaker/Kisa IL	(36)	Jessheim	03.06.2010
		(24.53-9.72-25.62-27.93-11.12)			
2796	(1)	Aksel Rosland, Orre IL	(39)	Lyngdal	03.07.2010
		(31.88-8.77-28.51-22.25-10.43)			
2703	(4)	Gunnar Olav Hansen, Tønsberg FIK	(38)	Tønsberg	24.04.2010
		(24.02-8.63-30.88-22.62-11.08)			
2114	(2)	Johannes Baardsen, GTI	(37)	Lyngdal	03.07.2010
		(21.05-7.12-29.16-20.98-6.20)			
(10)					
1300	(3)	Helge Ellingsen, Stavanger IF	(37)	Lyngdal	03.07.2010
		(8.08-7.54-17.98-11.36-5.64)			

Alternativt resultat / Alternative result:

4492	(1)	Svein Hytten, Tønsberg FIK (43.05-12.46-40.22-36.66-17.22)	(40)	Sandefjord	09.08.2010
4328	(1)	Svein Hytten, Tønsberg FIK (43.97-12.38-37.75-33.75-16.59)	(40)	Sem	03.06.2010
4300	(1)	Svein Hytten, Tønsberg FIK (41.63-12.05-37.66-34.54-17.23)	(40)	Tønsberg	24.04.2010
3552	(2)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF (35.88-11.44-32.65-28.21-13.23)	(36)	Sem	03.06.2010
3380	(2)	Reidar Thomassen, IL Tyrving (30.96-10.14-35.03-30.11-12.46)	(36)	Tønsberg	24.04.2010
3344	(3)	Reidar Thomassen, IL Tyrving (30.83-10.57-31.77-28.58-13.30)	(36)	Heggedal/Ka	28.08.2010
3310	(1)	Reidar Thomassen, IL Tyrving (31.60-10.29-32.26-28.78-12.55)	(36)	Jessheim	20.09.2010
3224	(3)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF (32.99-11.21-33.38-30.21-8.48)	(36)	Tønsberg	24.04.2010
3121	(4)	Kjartan Sølvberg, Sandefjord T&IF (36.50-12.32-38.27-31.09-nm)	(36)	Heggedal/Ka	28.08.2010

4x100m stafett / Relay (M70-79)

69.95	(1)	IL Norodd (Harald Søbstad(32)-Emil Rødsand(27)-Henry Opland(36)-Arvid Fjærli(32))	Steinkjer	23.05.2010
-------	-----	--	-----------	------------

4x400m stafett / Relay (M70-79)

6:52.30	(1)	IL Norodd (Harald Søbstad(32)-Emil Rødsand(27)-Arvid Fjærli(32)-Henry Opland(36))	Steinkjer	22.05.2010
---------	-----	--	-----------	------------

1000m stafett / Swedish Relay (M70-79)

3:15.75	(1)	IL Gular I (Harry Tvedt(33)-Kjell Sælensminde(37)-Håkon Tvedt(33)-Leif Osa(39))	Indre Arna	03.10.2010
3:22.58	(1)	IL Norodd (Harald Søbstad(32)-Gunnar Arne Eckhoff(33)-Arvid Fjærli(32)-Henry Opland(36))	Florø	14.08.2010

Alternativt resultat / Alternative result:

3:29.90	(1)	IL Norodd (Emil Rødsand(27)-Arvid Fjærli(32)-Gunnar Arne Eckhoff(33)-Henry Opland(36))	Elnesvågen	26.06.2010
3:39.06	(2)	IL Gular (Magne Limevåg(29)-Jakob Aga(38)-Kjell Sælensminde(37)-Rolf Mjøs(38))	Florø	14.08.2010
3:44.99	(2)	IL Gular II (Magne Limevåg(29)-Per Einar Sønnesyn(32)-Arne Nymark(33)-Rolf Mjøs(38))	Indre Arna	03.10.2010