

Norge / Norway: 2009 - Utendørs / Outdoor**Kvinner / Women 70-74 år / years**

pr. 31.12.2009 (oppdatert / updated 02.03.2011)

60m (K70-74)

Manuelle tider / Handtiming:

13.8	(1)	Hild Opdøhl, Porsanger IL	(38)	Lakselv	04.08.2009
------	-----	---------------------------	------	---------	------------

800m (K70-74)

4:16.7	(1)	Signy Henden Rustlie, Lørenskog FIL	(38)	Lørenfallet	02.06.2009
--------	-----	-------------------------------------	------	-------------	------------

1500m (K70-74)

9:20.3	(1)	Gunvor Margit Svendsen, Frosta IL	(37)	Stjørdal	19.08.2009
--------	-----	-----------------------------------	------	----------	------------

3000m (K70-74)

15:53.0	(1)	Signy Henden Rustlie, Lørenskog FIL	(38)	Lørenfallet	08.09.2009
---------	-----	-------------------------------------	------	-------------	------------

Kule / Shot Put 3.0 kg (K70-74)

6.28	(1)	Brit Gran, Heggedal FIK	(36)	Heggedal/Torpv. 34	29.08.2009
------	-----	-------------------------	------	--------------------	------------

6.03	(2)	Marit Skramstad, Kongsberg IF	(38)	Heggedal/Torpv. 34	29.08.2009
------	-----	-------------------------------	------	--------------------	------------

5.85	(2)	Kirsten Kvammen, Tvedestrand T&IF	(37)	Moss	22.08.2009
------	-----	-----------------------------------	------	------	------------

4.79	(1)	Hild Opdøhl, Porsanger IL	(38)	Lakselv	04.08.2009
------	-----	---------------------------	------	---------	------------

Diskos / Discus Throw 1.0 kg (K70-74)

12.95	(1)	Brit Gran, Heggedal FIK	(36)	Heggedal/Ka	13.08.2009
-------	-----	-------------------------	------	-------------	------------

Vekt / Weight Throw 5.45 kg (K70-74)

7.26	(1)	Brit Gran, Heggedal FIK	(36)	Heggedal/Ka	13.08.2009
------	-----	-------------------------	------	-------------	------------