

## Veteranrekord Södra Svealand

### Utomhus M35

100 m	11.10	Tommy Björnquist	Garphyttans IF	Vretstorp	29.6 1994
200 m	22.91	Tommy Björnquist	Garphyttans IF	Stockholm	7.8 1994
400 m	50.18	Björn Albing	Nyköpings BIS	Sollentuna	7.9 1980
800 m	1:56.18	Björn Albing	Nyköpings BIS	Stockholm	14.8 1979
1500 m	3:57.27	Bjarne Thysell	Ärla IF	Linköping	26.7 2000
3000 m	8:01.48	Erik Sjöqvist	Enhörna IF	Stockholm	7.8 2007
5000 m	13:25.37	Erik Sjöqvist	Enhörna IF	HeusdenZolder, BEL	28.7 2007
10000 m	29:09.65	Erik Sjöqvist	Enhörna IF	Västerås	1.8 2008
Halvmarathon	1:03:42	Göran Högberg	Enhörna IF	Göteborg	16.5 1987
Marathon	2:13:59	Göran Högberg	Enhörna IF	Stockholm	30.5 1987
3000 m hinder	9:39.0m	Bo-Gunnar Bogges	KFUM Örebro	Stockholm	19.6 1976
110 m häck	16.65	Christer Roos	KFUM Örebro	Västerås	4.7 1981
400 m häck	55.66	Björn Albing	Nyköpings BIS	Stockholm	16.8 1980
Höjd	2.14	Stefan Holm	Kils AIK	Kil	14.7 2012
<b>Stav</b>	<b>4.95</b>	<b>Rasmus Carlsson</b>	<b>KFUM Örebro</b>	<b>Västerås</b>	<b>5.8 2023</b>
Längd	6.83	Håkan Gustavsson	Örebro SK	Örebro	30.6 1955
Tresteg	13.80	Arne Thörnblom	Fjugesta IF	Malmö	24.7 1983
Kula	16.22	Joel Eklund	Västerås IK	Västerås	19.6 1962
Diskus	58.22	Dag Solhaug	IF Göta	Spikkestad, NOR	30.7 1999
Slägga	71.60	Kjell Bystedt	Västerås FK	Västerås	21.6 1995
Spjut	82.81	Gabriel Wallin	Södertälje IF	Saarijärvi, FIN	26.6 2016
Vikt 15.88	17.22	Håkan Öberg	Nyköpings BIS	Nyköping	10.9 2000
Tiokamp	5453	Christer Roos	KFUM Örebro	Örebro	13.8 1978
		11,9m 5,55 11,61 1,66 54,6m 17,0m 36,94 3,21 41,20 4:59,4			

### Inomhus M35

60 m	7.05	Tommy Björnquist	Garphyttans IF	Örebro	11.2 1995
200 m	23.10	Tommy Björnquist	Garphyttans IF	Örebro	12.2 1995
400 m	53.51	Majid Al Jaderi	Råby-Rekarne FIF	Örebro	11.2 1995
800 m	2:02.8m	Torbjörn Wahlström	IF Göta	Eskilstuna	30.1 1999
1500 m	3:56.47	Erik Sjöqvist	Enhörna IF	Sätra	8.2 2009
3000 m	7:49.27	Erik Sjöqvist	Enhörna IF	Stockholm	20.2 2007
60 m häck	9.25	Rolf Öhman	Nyköpings BIS	Örebro	13.2 1994
Höjd	1.93	Peter Höglund	Filipstads IF	Göteborg	23.3 1996
Stav	----				
Längd	6.63	Håkan Setthammar	Västerås FK	Västerås	27.1 2008
Tresteg	13.10	Håkan Setthammar	Västerås FK	Västerås	4.3 2007
Kula	16.35	Manuel Brändeborn	Råby-Rekarne FIF	Sätra	22.1 2009
Vikt	15.49	Jörgen Viksell	Västerås FK	Västerås	19.1 2014

### Utomhus K35

100 m	12.06	Erica Jarder	IF Göta	Uppsala	21.6 2022
200 m	25.24	Rebecca Högberg	KFUM Örebro	Västerås	3.8 2019
400 m	54.76	Rebecca Högberg	KFUM Örebro	Göteborg	24.7 2020
800 m	2:05.63	Rebecca Högberg	KFUM Örebro	Hallsberg	1.8 2020
1500 m	4:23.98	Maria Ghizzoni	IF Göta	Malmö	13.8 2002
3000 m	9:39.97	Maria Ghizzoni	IF Göta	Uddevalla	31.7 2004
5000 m	16:17.82	Maria Ghizzoni	IF Göta	Palo Alto, CA	3.5 2002
10000 m	35:32.70	Eva Isaacs	Enhörna IF	Karlskrona	3.8 1986
Halvmarathon	1:16:43	Josefin Gerdevåg	KFUM Örebro	Den Haag, NED	6.3 2016
Marathon	2:36:58	Tuulikki Räisänen	Enhörna IF	Stockholm	4.6 1983
3000 m hinder	---				
100 m häck	16.33	Helena Pettersson	Nyköpings BIS	Köping	24.8 2019
<b>400 m häck</b>	<b>65.23</b>	<b>Rebecca Högberg</b>	<b>KFUM Örebro</b>	<b>Sollentuna</b>	<b>18.5 2023</b>
Höjd	1.65	Meike Traxler	Filipstads IF	Lillehammer, NOR	15.8 1997
Stav	-----				
Längd	6.44	Malin Otterling Malmbrandt	Västerås FK	Estepona, ESP	26.5 2021
<b>Tresteg</b>	<b>13.22</b>	<b>Malin Otterling Malmbrandt</b>	<b>Västerås FK</b>	<b>Stockholm</b>	<b>10.9 2023</b>

Kula	14.52	Karin Colberg	Västerås FK	Strömstad	17.7	1994
Diskus	48.44	Lena Ekblad	Råby-Rekarne Golf	Mellösa	6.8	1971
Slägga	56.68	Josefin Berg	IF Göta	Karlstad	25.7	2020
Spjut	47.11	Lena Åström	Västerås FK	Västerås	10.7	2003
Vikt 9.08	12.84	Camilla Mattsson	Kils AIK	Limesforsen	14.7	2012
Sjukamp	4244	Linda Holmström	Nyköpings BIS	Stendal, GER	28.5	2017
	17.03	1.44	9.24	28.48	4.98	29.32 2:29.28

### Inomhus K35

<b>60 m</b>	<b>7.77</b>	<b>Erica Jarder</b>	<b>IF Göta</b>	<b>Örebro</b>	<b>15.1</b>	<b>2023</b>
<b>200 m</b>	<b>26.37</b>	<b>Malin Otterling Malmbrandt</b>	<b>Västerås FK</b>	<b>Karlstad</b>	<b>4.2</b>	<b>2023</b>
400 m	55.43	Rebecca Högberg	KFUM Örebro	Göteborg	1.2	2020
800 m	2:08.65	Rebecca Högberg	KFUM Örebro	Helsinki, FIN	9.2	2020
1500 m	4:34.21	Pia Thomasson	IF Göta	Göteborg	3.2	2001
3000 m	9:53.51	Pia Thomasson	IF Göta	Göteborg	17.2	2001
60 m häck	9.51	Helena Pettersson	Nyköpings BIS	Nyköping	26.1	2019
Höjd	1.68	Meike Traxler	Filipstads IF	Göteborg	23.3	1997
Stav	2.50	Helena Pettersson	Nyköpings BIS	Nyköping	16.12	2018
Längd	6.39	Malin Otterling Malmbrandt	Västerås FK	Malmö	20.2	2021
Tresteg	13.11	Malin Otterling Malmbrandt	Västerås FK	Örebro	13.2	2021
Kula	11.11	Marie Björn	IF Göta	Karlstad	22.3	1998
Vikt	11.39	Caroline Serrander	Råby-Rekarne FIF	Nyköping	27.1	2007

### Utomhus M40

100 m	11.33	Tommy Björnquist	Sköllersta IF	Rena, NOR	20.6	2000
200 m	23.11	Lennart Andersson	Råby-Rekarne Golf	Oskarshamn	4.7	1982
400 m	52.31	Tommy Björnquist	Sköllersta IF	Stockholm	23.7	1999
800 m	1:53.94	Birger Ohlsson	Råby-Rekarne FIF	Waltham, MA	7.6	2008
1500 m	3:58.77	Birger Ohlsson	Råby-Rekarne FIF	Princeton, NJ	4.4	2008
3000 m	8:45.09	Peter Janetzky	KFUM Örebro	Uppsala	26.6	1996
5000 m	14:16.44	Adhanom Abraha	Eskilstuna FI	Västerås	18.7	2020
10000 m	29:11.64	Adhanom Abraha	Eskilstuna FI	Västerås	25.7	2020
Halvmarathon	1:02.34	Adhanom Abraha	Eskilstuna FI	Sevilla, ESP	23.2	2020
Marathon	2:12:33	Kjell-Erik Ståhl	Enhörna IF	Stockholm	7.6	1986
3000 m hinder	9:42,2m	Björn-Erik Franzén	Åsbro Golf	Visby	17.8	1991
110 m häck 99.1	16.08	Nils-Gunnar Lindqvist	IFK Västerås	Västerås	4.7	1981
400 m häck	61.53	Ove Edlund	Nyköpings BIS	Stockholm	5.7	1980
Höjd	2.06	Stefan Holm	Kils AIK	Torremolinos, ESP	25.5	2016
Stav	4.00	Anders Tollstern	IF Start	Ljusdal	20.8	1988
Längd	6.57	Håkan Setthammar	Västerås FK	Huddinge	5.9	2015
Tresteg	12.85	Arne Törnblom	Fjugesta IF	Huddinge	24.8	1985
Kula	15.14	Kenneth Åkesson	IK VIK-Friidrott	Västerås	3.7	1987
Diskus	57.48	Kenneth Åkesson	IK VIK-Friidrott	Västerås	13.9	1987
Slägga	60.52	Per-Olow Pettersson	Nyköpings BIS	Nyköping	15.9	1976
Spjut	69.52	Risto Polvi	Västerås FK	Eskilstuna	4.6	1995
Vikt 15.88	16.19	Håkan Öberg	Nyköpings BIS	Nyköping	16.6	2001
Tiokamp	5629	Christer Roos	KFUM Örebro	Örebro	18.9	1983
	12.6m	5.21	11.20	1.54	59.33	17.27 35.04 3.05 40.60 5:12.27

### Inomhus M40

60 m	7.31	Tommy Björnquist	Sköllersta IF	Karlstad	22.3	1998
200 m	23.51	Tommy Björnquist	Sköllersta IF	Karlstad	21.3	1998
<b>400 m</b>	<b>56.27</b>	<b>Andreas Daun</b>	<b>Katrineholms SK</b>	<b>Västerås</b>	<b>22.1</b>	<b>2023</b>
800 m	2:03.29	Magnus Wallenius	Västerås FK	Västerås	24.1	2016
1500 m	4:11.16	Sören Persson	IF Göta	Huddinge	14.2	2009
3000 m	8:38.80	Bjarne Thysell	Ärla IF	Eskilstuna	6.1	2006
60 m häck 99.1	9.46	Christian Albing	Nyköpings BIS	Nyköping	17.12	2016
Höjd	2.03	Stefan Holm	Kils AIK	Karlstad	6.2	2016
Stav	3.60	Jan Lindgren	Gillberga-Lista IF	Eskilstuna	12.3	2005
Längd	6.46	Håkan Setthammar	Västerås FK	Västerås	15.1	2012
Tresteg	11.76	Daniel Berr	Västerås FK	Västerås	28.12	2019

Kula	13.51	Fredrik Boson	Västerås FK	Västerås	20.1 2019
Vikt	16.68	Håkan Öberg	Nyköpings BIS	Nyköping	7.2 2001

#### Utomhus K40

100 m	13.62	Jenny Rosén	Nyköpings BIS	Gävle	16.8 2013
200 m	28.17	Jenny Rosén	Nyköpings BIS	Lyon, FRA	9.8 2015
400 m	63.85	Jenny Rosén	Nyköpings BIS	Huddinge	27.7 2014
800 m	2:16.83	Erica Bergentz	KFUM Örebro	Göteborg	5.7 2015
1500 m	4:40.83	Erica Bergentz	KFUM Örebro	Göteborg	4.7 2015
3000 m	9:50.24	Jutta Pedersen	Enhörna IF	Stockholm	29.9 1990
5000 m	16:27.71	Jutta Pedersen	Enhörna IF	Stockholm	29.9 1990
10000 m	35:12.16	Mikaela Kemppi	Örebro AIK	Sollentuna	26.8 2016
Halvmarathon	1:14:16	Jutta Pedersen	Enhörna IF	Karlstad	16.9 1990
Marathon	2:39:29	Jutta Pedersen	Enhörna IF	London	20.4 1990
3000 m hinder	----				
80 m häck 76.2	12.40	Monika Karlsson	Åsbro Golf	Gävle	24.7 2011
400 m häck	70.82	Linda Holmström	Nyköpings BIS	Huddinge	16.8 2019
Höjd	1.48	Linda Holmström	Nyköpings BIS	Caorle, ITA	7.9 2019
Stav	2.92	Jenny Rosén	Nyköpings BIS	Söderhamn	22.7 2016
Längd	5.26	Linda Holmström	Nyköpings BIS	Huddinge	16.8 2019
Tresteg	11.17	Linda Holmström	Nyköpings BIS	Caorle, ITA	6.9 2019
Kula	10.57	Lena Ekblad	Råby-Rekarne Golf	Sollentuna	1.6 1975
Diskus	42.66	Lena Ekblad	Råby-Rekarne Golf	Sollentuna	1.6 1975
Slägga	44.57	Camilla Mattsson	Kils AIK	Kil	3.6 2017
Spjut	30.90	Jenny Jansson	Råby-Rekarne FIF	Eskilstuna	10.9 2021
Vikt 9.08	13.87	Camilla Mattsson	Kils AIK	Huddinge	25.7 2014
Femkamp	----				

#### Inomhus K40

60 m	8.42	Primrose Ulegård	Västerås FK	Örebro	10.1 2016
200 m	27.98	Anneli Seidl	Gillberga-Lista IF	Eskilstuna	11.3 2005
400 m	63.33	Marie Cederberg	Västerås FK	Västerås	7.2 2004
800 m	2:17.84	Erika Bergentz	KFUM Örebro	Eskilstuna	6.1 2015
1500 m	4:36.61	Erika Bergentz	KFUM Örebro	Torun, POL	27.3 2015
3000 m	9:57.63	Mikaela Kemppi	Örebro AIK	Örebro	16.2 2016
60 m häck	9.55	Monika Karlsson	Åsbro Golf	Örebro	27.3 2011
Höjd	1.48	Linda Holmström	Nyköpings BIS	Torun, POL	29.3 2019
Stav	2.82	Jenny Rosén	Nyköpings BIS	Sätra	14.2 2016
Längd	5.12	Linda Holmström	Nyköpings BIS	Torun, POL	29.3 2019
Tresteg	11.48	Linda Holmström	Nyköpings BIS	Torun, POL	27.3 2019
Kula	10.37	Primrose Ulegård	Västerås FK	Västerås	8.12 2018
Vikt 9.08	13.14	Camilla Mattsson	Kils AIK	Sätra	11.3 2017

#### Utomhus M45

100 m	11.86	Lennart Andersson	Råby-Rekarne Golf	Nyköping	22.8 1987
200 m	24.18	Lennart Andersson	Råby-Rekarne Golf	Pori, FIN	31.7 1987
400 m	54.27	Sören Persson	IF Göta	Kil	5.8 2012
800 m	1:59.61	Sören Persson	IF Göta	Karlstad	19.7 2012
1500 m	4:16.52	Sören Persson	IF Göta	Sollentuna	22.6 2011
3000 m	----				
5000 m	15:30.89	Anders Österlund	Västerås SOK	Västerås	18.7 2020
10000 m	30:11.74	Adhanom Abraha	Eskilstuna FI	Norrköping	5.8 2022
Halvmarathon	1:05:49	Kjell-Erik Ståhl	Enhörna IF	Den Haag, NED	23.3 1991
Marathon	2:15:51	Kjell-Erik Ståhl	Enhörna IF	Berlin, GER	29.9 1991
3000 m hinder	10:39.02	Bror-Rickard Gustavsson	Nyköpings BIS	Södertälje	21.6 1982
110 m häck 99.1	16.58	Lars Lindhe	Vretstorps IF	Västerås	4.6 1981
400 m häck	62.15	Lars Lindhe	Vretstorps IF	Oskarshamn	4.7 1982
Höjd	1.85	Peter Höglund	IFK Kristinehamn	Kalmar	22.9 2007
Stav	3.80	Anders Tollstern	KFUM Örebro	Miyasaki, JPN	11.10 1993
Längd	6.27	Daniel Berr	Västerås FK	Eskilstuna	27.6 2020
Tresteg	12.56	Arne Törnblom	Fjugesta IF	Göteborg	19.8 1990

Kula	13.47	Christer Berg	Nyköpings BIS	Nyköping	8.7 2007
Diskus	45.86	Anders Lindholm	IF Göta	Kil	7.6 1974
Slägga	60.34	Per-Olow Pettersson	Nyköpings BIS	Huddinge	7.10 1978
Spjut	56.43	Rolf Prim	KFUM Örebro	Vretstorp	21.6 2000
Vikt	14.98	Håkan Öberg	Nyköpings BIS	Nyköping	30.9 2007
Tiokamp	5127	Christer Roos	KFUM Örebro	Örebro	28.6 1989

#### Inomhus M45

60 m	7.46	Christian Albing	Nyköpings BIS	Linköping	2.4 2017
200 m	25.31	Daniel Berr	Västerås FK	Västerås	26.11 2022
400 m	56.46	Anders Elfstrand	IF Göta	Sätra	19.3 2000
800 m	2:02.24	Sören Persson	IF Göta	Huddinge	17.1 2010
1500 m	4:10.15	Sören Persson	IF Göta	Karlstad	24.1 2010
3000 m	8:59.4m	Sören Persson	IF Göta	Karlstad	21.1 2010
60 m häck 99.1	9.22	Christian Albing	Nyköpings BIS	Huddinge	12.3 2017
Höjd	1.85	Peter Höglund	IFK Kristinehamn	Karlstad	23.2 2008
Stav	3.60	Anders Tollstern	KFUM Örebro	Örebro	16.1 1994
Längd	6.40	Håkan Setthammar	Västerås FK	Västerås	2.3 2018
Tresteg	12.07	Daniel Berr	Västerås FK	Malmö	1.3 2020
Kula	13.50	Christer Hagberg	IF Göta	Torun, POL	26.3 2019
Vikt	14.26	Håkan Öberg	Nyköpings BIS	Huddinge	10.2 2008

#### Utomhus K45

100 m	13.31	Elizabeth Helger	Nyköpings BIS	Huddinge	26.6 2009
200 m	26.91	Elizabeth Helger	Nyköpings BIS	Ljubljana, SLO	1.8 2008
400 m	59.38	Elizabeth Helger	Nyköpings BIS	Ljubljana, SLO	30.7 2008
800 m	2:22.18	Jutta Pedersen	Enhörna IF	Gävle	20.7 1991
1500 m	4:34.93	Jutta Pedersen	Enhörna IF	Gävle	17.7 1991
3000 m	9:32.87	Jutta Pedersen	Enhörna IF	Stockholm	3.8 1991
5000 m	16:54.44	Jutta Pedersen	Enhörna IF	Stockholm	9.6 1992
10000 m	34:35.70	Jutta Pedersen	Enhörna IF	Helsingborg	28.7 1991
Halvmarathon	1:13:52	Jutta Pedersen	Enhörna IF	Beograd, YUG	5.5 1991
Marathon	2:39:00	Jutta Pedersen	Enhörna IF	Stockholm	1.6 1991
3000 m hinder	11:56.33	Linda Take	IF Göta	Helsingborg	6.7 2018
80 m häck 76.2	13.21	Monika Karlsson	Åsbro GoIF	Huddinge	27.7 2014
400 m häck	----				
Höjd	1.48	Anneli Bråmsgård	Fjugesta IF	Huddinge	20.8 2004
Stav	3.20	Jenny Rosén	Nyköpings BIS	Högby	11.8 2018
Längd	5.13	Inga Stenbrink	Åsbro GoIF	Hallsberg	22.5 1984
Tresteg	9.09	Camilla Isgren Porsby	Västerås FK	Uddevalla	25.7 2015
Kula	11.54	Britt Malm	IF Göta	Karlstad	10.8 1996
Diskus	33.78	Camilla Mattsson	Kils AIK	Kil	8.9 2019
Slägga	44.01	Camilla Mattsson	Kils AIK	Huddinge	16.8 2019
Spjut	29.00	Soile Östin	Karlskoga FI	Karlskoga	18.6 2018
Vikt	13.46	Camilla Mattsson	Kils AIK	Borås	6.7 2018
Sjukamp	4628	Jenny Rosén	Nyköpings BIS	Malaga, ESP	6.9 2018

#### Inomhus K45

60 m	8.50	Jenny Rosén	Nyköpings BIS	Nyköping	16.12 2017
200 m	27.35	Elizabeth Helger	Nyköpings BIS	Ancona, ITA	28.3 2009
400 m	60.76	Elizabeth Helger	Nyköpings BIS	Ancona, ITA	26.3 2009
800 m	2:30.65	Linda Take	IF Göta	Malmö	3.3 2019
1500 m	5:07.50	Linda Take	IF Göta	Karlstad	26.1 2020
3000 m	10:45.57	Linda Take	IF Göta	Torun, POL	24.3 2019
60 m häck 76.2	10.00	Jenny Rosén	Nyköpings BIS	Uppsala	28.1 2018
Höjd	1.46	Camilla Isgren Porsby	Västerås FK	Borås	8.3 2015
Stav	3.23	Jenny Rosén	Nyköpings BIS	Nyköping	2.2 2019
Längd	4.76	Jenny Rosén	Nyköpings BIS	Nyköping	3.2 2018
Tresteg	8.92	Camilla Isgren Porsby	Västerås FK	Borås	6.3 2015
Kula	10.95	Britt Malm	IF Göta	Karlstad	22.3 1998
Vikt 9.08	13.40	Camilla Mattsson	Kils AIK	Västerås	14.11 2021

## Utomhus M50

100 m	11.80	Dennis Reece	IFK Västerås	Västerås	4.7 1981
200 m	24.72	Dennis Reece	IFK Västerås	Västerås	5.7 1981
400 m	56.87	Lennart Andersson	Råby-Rekarne FIF	Huddinge	4.7 1993
800 m	2:09.52	Patrik Johansson	Östansjö SK	Hallsberg	6.6 2015
1500 m	4:27.2m	Jan-Olof Schagerström	KFUM Örebro	Köbenhavn, DEN	31.7 1983
<b>3000 m</b>	<b>9:19.71</b>	<b>Anders Österlund</b>	<b>Västerås SOK</b>	<b>Uppsala</b>	<b>16.8 2023</b>
<b>5000 m</b>	<b>15:28.47</b>	<b>Anders Österlund</b>	<b>Västerås SOK</b>	<b>Uppsala</b>	<b>16.8 2023</b>
10000 m	31.42.61	Kjell-Erik Ståhl	Enhörna IF	Karlskrona	9.8 1996
Halvmarathon	1:11:29	Kjell-Erik Ståhl	Enhörna IF	Malmö	12.6 2000
OBS! Godkänt som svenskt rekord men statistikmässigt ej korrekt tid då den är på en "point-to-point-course" med start i Kastrup Danmark.					
Marathon	2:24:26	Kjell-Erik Ståhl	Enhörna IF	Stockholm	1.6 1996
3000 m hinder	11:59.23	Bror-Rickard Gustavsson	Nyköpings BIS	Sollentuna	19.5 1990
100 m häck 91.4	15.95	Lars Lindhe	Vretstorps IF	Göteborg	18.8 1990
400 m häck 83.8	61.86	Hans Stickler	Västerås IK	Brighton, GBR	25.8 1984
Höjd	1.78	Peter Höglund	IFK Kristinehamn	Kil	4.8 2012
Stav	3.60	Anders Tollstern	KFUM Örebro	Högby	8.8 1998
Längd	6.03	Anders Olsson	KFUM Örebro	Ljubljana, SLO	27.7 2008
Tresteg	11.58	Stig Pettersson	Vretstorps IF	Ljusdal	21.8 1988
Kula 6.0	13.66	Mattias Borrman	Västerås FK	Boulder, CO	14.8 2022
Diskus 1.5	55.79	Mattias Borrman	Västerås FK	Tampere, FIN	6.7 2022
Slägga 6.0	59.48	Mattias Borrman	Västerås FK	Tampere, FIN	8.7 2022
Spjut 700	52.18	Mattias Borrman	Västerås FK	Tampere, FIN	8.7 2022
Vikt 11.34	20.54	Mattias Borrman	Västerås FK	Tampere, FIN	2.7 2022
Tiokamp	5063	Ove Edlund	Nyköpings BIS	Lund	29.7 1990

## Inomhus M50

60 m	7.83	Kole Lleshi	IFK Nora	Örebro	30.3 2019
200 m	25.32	Lennart Andersson	Råby-Rekarne FIF	Göteborg	5.3 1994
400 m	58.50	Rodney Hundermark	IFK Nora	Örebro	13.1 2019
800 m	2:08.23	Sören Persson	IF Göta	Bollnäs	6.3 2016
1500 m	4:36.22	Pertti Anterow	IF Göta	Karlstad	22.3 1998
3000 m	9:38.45	Stellan Rydin	Ärla IF	Västerås	25.3 2022
<b>60 m häck 91.4</b>	<b>9.21</b>	<b>Christian Albing Gröndin</b>	<b>Nyköpings BIS</b>	<b>Nyköping</b>	<b>11.2 2023</b>
Höjd	1.79	Peter Höglund	IFK Kristinehamn	Örebro	26.3 2011
Stav	3.55	Anders Tollstern	KFUM Örebro	Göteborg	7.3 1998
Längd	5.96	Anders Olsson	KFUM Örebro	Clermont, FRA	21.3 2008
<b>Tresteg</b>	<b>11.26</b>	<b>Christian Albing Gröndin</b>	<b>Nyköpings BIS</b>	<b>Uppsala</b>	<b>12.3 2023</b>
Kula 6.0	14.87	Mattias Borrman	Västerås FK	Västerås	26.3 2022
Vikt 11.34	20.18	Håkan Fridhäll	Nyköpings BIS	Huddinge	12.2 2012

## Utomhus K50

100 m	13.91	Elizabeth Helger	Nyköpings BIS	Kil	3.8 2012
200 m	27.95	Elizabeth Helger	Nyköpings BIS	Stockholm	7.6 2011
400 m	62.66	Elizabeth Helger	Nyköpings BIS	Townsville, AUS	13.6 2010
800 m	2:21.84	Jutta Pedersen	Enhörna IF	Krokom	29.6 1997
1500 m	4:38.53	Jutta Pedersen	Enhörna IF	Malmö	19.7 1996
3000 m	9:56.81	Jutta Pedersen	Enhörna IF	Hässleholm	28.7 1996
5000 m	17:17.02	Jutta Pedersen	Enhörna IF	Enskede	27.5 1997
10000 m	35:55.11	Jutta Pedersen	Enhörna IF	Malmö	21.7 1996
Halvmarathon	1:18:45	Jutta Pedersen	Enhörna IF	Kungsbacka	8.5 1997
OBS! Godkänt som svenskt rekord men statistikmässigt ej korrekt tid då den är på en "point-to-point-course" med start i Mölndal.					
Marathon	2:58:04	Marie Dasler	IF Start	London, GBR	3.10 2021
80 m häck 76.2	14.10	Jenny Rosén	Nyköpings BIS	Tumba	17.5 2022
300 m häck 76.2	57.28	Marianne Stenholm	IFK Arboga	Budapest, HUN	30.6 1990
Höjd	1.40	Inga Stenbrink	Åsbro Golf	Larvik, NOR	2.7 1989
Stav	2.95	Jenny Rosén	Nyköpings BIS	Kalmar	27.8 2022
Längd	4.91	Inga Stenbrink	Åsbro Golf	Budapest, HUN	2.7 1990

Tresteg	9.17	Marianne Stenholm	IFK Arboga	Larvik, NOR	1.7 1989
<b>Kula 3.0</b>	<b>10.53</b>	<b>Camilla Mattsson</b>	<b>Kils AIK</b>	<b>Göteborg</b>	<b>6.8 2023</b>
<b>Diskus 1.0</b>	<b>31.28</b>	<b>Camilla Mattsson</b>	<b>Kils AIK</b>	<b>Timrå</b>	<b>20.5 2023</b>
<b>Slägga 3.0</b>	<b>44.14</b>	<b>Camilla Mattsson</b>	<b>Kils AIK</b>	<b>Arvika</b>	<b>23.7 2023</b>
Spjut 500	28.24	Solie Östin	Karlskoga FI	Lidköping	20.6 2021
<b>Vikt 7.26</b>	<b>13.06</b>	<b>Camilla Mattsson</b>	<b>Kils AIK</b>	<b>Huddinge</b>	<b>26.8 2023</b>

#### Inomhus K50

60 m	8.55	Elizabeth Helger	Nyköpings BIS	Eskilstuna	17.1 2010
200 m	28.40	Elizabeth Helger	Nyköpings BIS	Norrköping	5.1 2013
400 m	62.97	Marie Cederberg	Västerås FK	Örebro	11.1 2014
800 m	2:29.81	Marie Cederberg	Västerås FK	Sätra	26.1 2014
<b>1500 m</b>	<b>5.13.41</b>	<b>Linda Take</b>	<b>IF Göta</b>	<b>Uppsala</b>	<b>11.3 2023</b>
3000 m	11:06.62	Marie Dasler	IF Start	Västerås	12.11 2021
<b>60 m häck 76.2</b>	<b>10.17</b>	<b>Jenny Rosén</b>	<b>Nyköpings BIS</b>	<b>Sollentuna</b>	<b>31.1 2023</b>
Höjd	1.40	Inga Stenbrink	Åsbro GoIF	Örebro	22.3 1992
Stav	2.87	Jenny Rosén	Nyköpings BIS	Sätra	12.3 2022
Längd	4.65	Inga Stenbrink	Åsbro GoIF	Örebro	22.3 1992
<b>Tresteg</b>	<b>9.46</b>	<b>Jenny Rosén</b>	<b>Nyköpings BIS</b>	<b>Sätra</b>	<b>15.1 2023</b>
<b>Kula 3.0</b>	<b>11.11</b>	<b>Camilla Mattsson</b>	<b>Kils AIK</b>	<b>Karlstad</b>	<b>4.2 2023</b>
<b>Vikt 7.26</b>	<b>14.05</b>	<b>Camilla Mattsson</b>	<b>Kils AIK</b>	<b>Uppsala</b>	<b>12.3 2023</b>
<b>Femkamp</b>	<b>3495</b>	<b>Jenny Rosén</b>	<b>Nyköpings BIS</b>	<b>Torun, POL</b>	<b>31.3 2023</b>
		<b>10.22 4.43 8.69 1.36 2:52.33</b>			

#### Utomhus M55

100 m	12.01	Dennis Reece	IFK Västerås	Västerås	15.5 1983
200 m	25.45	Dennis Reece	IFK Västerås	Malmö	24.7 1983
<b>400 m</b>	<b>58.71</b>	<b>Sören Persson</b>	<b>IF Göta</b>	<b>Göteborg</b>	<b>6.8 2023</b>
800 m	2:08.95	Sören Persson	IF Göta	Karlstad	21.8 2022
1500 m	4:27.72	Bo Engdahl	KFUM Örebro	Jessheim, NOR	31.5 2018
3000 m	9:32.86	Tore Axelsson	SK Bore	Oslo, NOR	25.7 2013
5000 m	16:36.12	Tore Axelsson	SK Bore	Moss, NOR	28.6 2013
10000 m	33:53.68	Tore Axelsson	SK Bore	Stockholm	22.9 2012
Halvmarathon	----				
Marathon	----				
3000 m hinder	----				
100 m häck 91.4	15.98	Lars Lindhe	Vretstorps IF	Turku, FIN	21.7 1991
400 m häck 83.8	47.83	Hans Stickler	Västerås FK	San Diego, CA	21.7 1989
Höjd	1.68	Peter Höglund	IFK Kristinehamn	Huddinge	27.7 2014
Stav	3.45	Anders Tollstern	KFUM Örebro	Stockholm	8.8 2002
Längd	5.53	Börje Nordin	Åsbro GoIF	Poznan, POL	23.7 2006
Tresteg	10.42	Raimo Palokangas	IF Göta	Karlstad	11.8 1996
Kula 6.0	12.88	Rolf Strandli	Kils AIK	San Juan, PUR	27.9 1983
Diskus 1.5	48.16	Rolf Strandli	Kils AIK	Arvika	14.7 1984
Slägga 6.0	50.56	Fred Schumacher	Västerås FK	Huddinge	17.8 2019
Spjut 700	51.78	Jan-Olov Johansson	Råby-Rekarne FIF	Eskilstuna	12.8 2018
Vikt 11.34	15.08	Carl Johan Lind	IF Göta	Karlstad	2.10 1938
Tiokamp	5284	Ove Edlund	Nyköpings BIS	Björkelangen, NOR	28.8 1994

#### Inomhus M55

60 m	7.93	Lennart Andersson	Råby-Rekarne FIF	Malmö	5.3 1999
200 m	26.03	Lennart Andersson	Råby-Rekarne FIF	Eskilstuna	25.1 1997
<b>400 m</b>	<b>58.82</b>	<b>Sören Persson</b>	<b>IF Göta</b>	<b>Uppsala</b>	<b>11.3 2023</b>
<b>800 m</b>	<b>2:10.02</b>	<b>Sören Persson</b>	<b>IF Göta</b>	<b>Torun</b>	<b>29.3 2023</b>
<b>1500 m</b>	<b>4:27.91</b>	<b>Sören Persson</b>	<b>IF Göta</b>	<b>Torun</b>	<b>1.4 2023</b>
3000 m	9:30.99	Tore Axelsson	SK Bore	San Sebastian, ESP	19.3 2013
60 m häck 91.4	9.69	Ove Edlund	Nyköpings BIS	Lidingö	5.2 1994
Höjd	1.74	Peter Höglund	IFK Kristinehamn	Örebro	22.3 2014
Stav	3.40	Anders Tollstern	KFUM Örebro	Karlstad	19.2 2002
Längd	5.63	Börje Nordin	Åsbro GoIF	Helsinki, FIN	23.3 2007
Tresteg	10.54	Raimo Palokangas	Säffle FIK	Karlstad	21.3 1998

Kula 6.0	11.91	Ulf Olsson	IFK Södertälje	Huddinge	11.2 2012
Vikt 11.34	17.27	Håkan Fridhällér	Trosa Atletik IF	Västerås	4.3 2018

### Utomhus K55

100 m	14.65	Ann-Britt Eriksson	IF Start	Huddinge	20.8 2004
200 m	29.99	Elizabeth Helger	Nyköpings BIS	Karlskrona	19.8 2017
400 m	66.87	Elizabeth Helger	Nyköpings BIS	Århus, DEN	2.8 2017
800 m	2:33.85	Jutta Pedersen	Enhörna IF	Huddinge	5.8 2001
1500 m	5:04.31	Jutta Pedersen	Enhörna IF	Kvarnsveden	16.6 2001
3000 m	10:26.42	Jutta Pedersen	Enhörna IF	Sollentuna	2.6 2001
5000 m	18:26.14	Jutta Pedersen	Enhörna IF	Huddinge	3.8 2001
<b>10000 m</b>	<b>38:34.80</b>	<b>Marie Dasler</b>	<b>IF Start</b>	<b>Helsingborg</b>	<b>4.11 2023</b>
<b>Halvmarathon</b>	<b>1:28:11</b>	<b>Marie Dasler</b>	<b>IF Start</b>	<b>Stockholm</b>	<b>13.5 2023</b>
<b>Marathon</b>	<b>2:57.01</b>	<b>Marie Dasler</b>	<b>IF Start</b>	<b>Amsterdam, NED</b>	<b>15.10 2023</b>
80 m häck 76.2	16.05	Marianne Stenholm	IFK Arboga	Huddinge	2.7 1993
300 m häck 76.2	61.75	Marianne Stenholm	IFK Arboga	Miyasaki, JPN	13.10 1993
Höjd	----				
Stav	1.62	Marianne Stenholm	IFK Arboga	Miyasaki, JPN	10.10 1993
Längd	4.22	Marianne Stenholm	IFK Arboga	Miyasaki, JPN	9.10 1993
Tresteg	8.60	Marianne Stenholm	IFK Arboga	Miyasaki, JPN	13.10 1993
Kula 3.0	----				
Diskus 1.0	23.82	Laila Hellström	Götlunda IF	Krokom	29.6 1997
Slägga 3.0	----				
Spjut 500	----				
Vikt 7.26	----				

### Inomhus K55

60 m	9.14	Ann-Britt Eriksson	IF Start	Sätra	27.2 2005
200 m	30.32	Ann-Britt Eriksson	IF Start	Eskilstuna	12.3 2005
400 m	67.48	Ann-Britt Eriksson	IF Start	Västerås	7.2 2004
800 m	2:38.38	Ing-Marie Johansson	Örebro AIK	Malmö	3.3 2019
<b>1500 m</b>	<b>5:22.92</b>	<b>Marie Dasler</b>	<b>IF Start</b>	<b>Uppsala</b>	<b>11.3 2023</b>
<b>3000 m</b>	<b>11:02.01</b>	<b>Marie Dasler</b>	<b>IF Start</b>	<b>Örebro</b>	<b>18.11 2023</b>
60 m häck 76.2	----				
Höjd	----				
Stav	----				
Längd	3.94	Marianne Stenholm	IFK Arboga	Örebro	20.3 1993
Tresteg	----				
Kula 3.0	8.55	Kristina Drageryd	KFUM Örebro	Örebro	11.2 2006
Vikt 7.26	----				

### Utomhus M60

100 m	13.47	Börje Nordin	Åsbro GoIF	Högby	6.8 2010
200 m	27.75	Börje Nordin	Åsbro GoIF	Nyiregyhaza, HUN	22.7 2010
400 m	63.04	Lennart Lindblom	Västerås IK	Västerås	4.7 1981
800 m	----				
1500 m	4:40.50	Tore Axelsson	SK Bore	Borås	8.7 2018
3000 m	9:56.07	Tore Axelsson	SK Bore	Torsby	19.5 2018
5000 m	17:08.46	Tore Axelsson	Torsby LK	Glanshammar	19.6 2019
10000 m	35:49.3m	Gösta Johansson	IFK Gnesta	Karlstad	1.7 1979
Halvmarathon	----				
Marathon	----				
2000 m hinder 76.2	----				
100 m häck 83.8	----				
300 m häck 76.2	46.76	Hans Stickler	Västerås FK	Turku, FIN	23.7 1991
Höjd	1,58	Mats Nagle	KFUM Örebro	Högby	20.8 2021
Stav	3.30	Anders Tollstern	KFUM Örebro	Riccione, ITA	14.9 2007
Längd	5.32	Börje Nordin	Åsbro GoIF	Nyiregyhaza, HUN	21.7 2010
Tresteg	9,77	Mats Nagle	KFUM Örebro	Kalmar	28.8 2022
Kula 5.0	11,67	Börje Nordin	Åsbro GoIF	Högby	6.8 2010
Diskus 1.0	53.52	Rolf Strandli	Kils AIK	Malmö	20.9 1986

Slägga 5.0	50.90	Fred Schumacher	Västerås FK	Västerås	16.6 2022
Spjut 600	43.60	Anders Borgström	IF Göta	Ystad	29.6 2008
Vikt 9.08	18.58	Fred Schumacher	Västerås FK	Kalmar	27.8 2022

#### Inomhus M60

60 m	8.43	Lennart Andersson	Råby-Rekarne FIF	Malmö	9.2 2002
200 m	27.98	Lennart Andersson	Råby-Rekarne FIF	Malmö	10.2 2002
<b>400 m</b>	<b>67.89</b>	<b>Mikael Hansson</b>	<b>IF Start</b>	<b>Örebro</b>	<b>24.1 2023</b>
800 m	2:29.56	Nils-Rune Andersson	Kopparbergs IF	Bollnäs	16.1 1999
1500 m	5:03.11	Nils-Rune Andersson	Kopparbergs IF	Eskilstuna	31.1 1999
3000 m	10:00.47	Tore Axelsson	SK Bore	Madrid, ESP	19.3 2018
60 m häck 83.8	----				
Höjd	1.56	Mats Nagle	KFUM Örebro	Västerås	26.3 2022
Stav	3.30	Anders Tollstern	KFUM Örebro	Reykjavik, ISL	1.3 2008
Längd	5.29	Börje Nordin	Åsbro GoIF	Karlskrona	5.3 2011
Tresteg	10.09	Mats Nagle	KFUM Örebro	Västerås	27.3 2022
Kula 5.0	12.36	Ulf Olsson	Trosa Atletik IF	Borås	4.2 2017
Vikt 9.08	18.96	Fred Schumacher	Västerås FK	Västerås	25.3 2022

#### Utomhus K60

100 m	16.38	Aino Holm	Eskilstuna FI	Högby	8.8 1998
200 m	31.40	Elizabeth Helger	Nyköpings BIS	Högby	21.8 2021
400 m	74.66	Aino Holm	Eskilstuna FI	Cesenatico, ITA	16.9 1998
800 m	3:00.95	Britta Tibbling	IFK Västerås	Christchurch, NZL	12.1 1981
1500 m	6:01.37	Britta Tibbling	IFK Västerås	Helsinki, FIN	10.8 1980
3000 m	12:51.31	Britta Tibbling	IFK Västerås	Västerås	5.7 1981
5000 m	21:37,82	Rose-Marie Enmalm	IF Start	Hallsberg	18.6 2014
10000 m	44:12,83	Rose-Marie Enmalm	IF Start	Glanshammar	16.8 2014
Halvmarathon	1:37:52	Rose-Marie Enmalm	IF Start	Örebro	10.10 2015
Marathon	----				
80 m häck 68.6	----				
300 m häck 68.6	----				
Höjd	----				
Stav	----				
Längd	----				
Tresteg	----				
Kula 3.0	7.89	Laila Hellström	Götlunda IF	Norrtälje	22.8 1999
Diskus 1.0	22.84	Laila Hellström	Götlunda IF	Göteborg	13.8 2000
Slägga 3.0	----				
Spjut 500	----				
Vikt 5.45	----				

#### Inomhus K60

60 m	10.31	Aino Holm	Eskilstuna FI	Eskilstuna	8.2 1998
200 m	33.13	Aino Holm	Torshälla FF	Eskilstuna	30.1 1999
400 m	73.43	Aino Holm	Torshälla FF	Malmö	7.3 1999
800 m	----				
1500 m	6:12.45	Rose-Marie Enmalm	IF Start	Örebro	26.1 2017
3000 m	12:48.58	Rose-Marie Enmalm	IF Start	Sätra	11.1 2014
60 m häck 68.6	----				
Höjd	----				
Stav	----				
Längd	----				
Tresteg	----				
Kula 3.0	----				
Vikt 5.45	----				

#### Utomhus M65

100 m	14.92	Folke Persson	IFK Lindesberg	Oskarshamn	3.7 1982
200 m	30.85	Hans Erixon	Karlskoga FI	Kalmar	27.8 2022
400 m	----				



800 m	2:35.42	Gösta Johansson	IFK Gnesta	Kil	12.7 1986
1500 m	5:03.99	Gösta Johansson	IFK Gnesta	Huddinge	24.8 1985
3000 m	----				
5000 m	17:50.98	Gösta Johansson	IFK Gnesta	Kvarnsveden	3.8 1984
10000 m	37:39.6m	Gösta Johansson	IFK Gnesta	Kvarnsveden	5.8 1984
Halvmarathon	----				
Marathon	----				
2000 m hinder 76.2	----				
100 m häck 83.8	----				
300 m häck 76.2	----				
Höjd	1.36	Anders Tollstern	KFUM Örebro	Kil	4.8 2012
Stav	3.10	Anders Tollstern	KFUM Örebro	Uddevalla	28.7 2012
Längd	4.56	Börje Nordin	Åsbro GoIF	Nice, FRA	4.10 2015
Tresteg	9.32	Hans Erixon	Karlskoga FIF	Huddinge	18.8 2019
Kula 5.0	12.99	Rolf Strandli	IF Göta	Helsingborg	13.6 1990
Diskus 1.0	49.26	Rolf Strandli	IF Göta	Karlstad	29.8 1991
Slägga 5.0	42.55	Kjell Larnesjö	Nyköpings BIS	Nyköping	4.6 2015
Spjut 600	----				
Vikt 9.08	17.03	Kjell Larnesjö	Nyköpings BIS	Nyköping	28.5 2015

#### Inomhus M65

60 m	9.30	Tomas Eriksson	KFUM Örebro	Bollnäs	5.3 2016
200 m	30.01	Lennart Nyberg	Västerås FK	Västerås	4.3 2018
400 m	----				
800 m	2:38.56	Sture Bodare	Glanshammars IF	Huddinge	15.2 2009
1500 m	5:00.89	Nils-Rune Andersson	Kopparbergs IF	Eskilstuna	15.2 2003
3000 m	10:38.42	Nils-Rune Andersson	Kopparbergs IF	Örebro	8.3 2003
60 m häck 83.8	----				
Höjd	1.38	Reijo Oksman	Torshälla FF	Malmö	9.2 2002
	1.38	Anders Tollstern	KFUM Örebro	Karlskrona	9.2 2013
Stav	3.13	Anders Tollstern	KFUM Örebro	Norrköping	28.1 2012
Längd	4.38	Börje Nordin	Åsbro GoIF	Borås	3.2 2017
Tresteg	9.54	Reijo Oksman	Torshälla FF	Malmö	10.2 2002
Kula 5.0	12.13	Reijo Oksman	Torshälla FF	Malmö	9.2 2002
Vikt 9.08	16.40	Kjell Larnesjö	Nyköpings BIS	Nyköping	7.3 2015

#### Utomhus K65

100 m	16.29	Aino Holm	Torshälla FF	Eksjö	9.8 2003
200 m	34.01	Aino Holm	Torshälla FF	Lahti, FIN	13.6 2003
400 m	77.48	Aino Holm	Eskilstuna FI	Århus, DEN	28.7 2004
800 m	3:06.82	Britta Tibbling	IFK Västerås	Kvarnsveden	5.8 1984
1500 m	6:10.17	Britta Tibbling	IFK Västerås	Brighton, GBR	25.8 1984
3000 m	13:25.68	Ruth Svensson	IFK Nora	Huddinge	26.8 2000
5000 m	22:09.37	Ruth Svensson	IFK Nora	Sundsvall	26.7 2002
10000 m	45:17.02	Ruth Svensson	IFK Nora	Garphyttan	7.8 2002
Halvmarathon	1:42:46	Rose-Marie Enmalm	IF Start	Skövde	13.4 2019
Marathon	----				
80 m häck 68.6	----				
300 m häck 68.6	----				
Höjd	----				
Stav	----				
Längd	2.86	Britta Tibbling	IFK Västerås	Helsingborg	3.8 1985
Tresteg	----				
Kula 3.0	8.00	Laila Hellström	Götlunda IF	Huddinge	20.8 2004
Diskus 1.0	22.27	Laila Hellström	Götlunda IF	Huddinge	22.8 2004
Slägga 3.0	21.11	Berit Nilsson	IF Göta	Karlstad	25.9 2009
Spjut 500	16.88	Eva Rysén	Brevens IF	Kalmar	26.8 2022
Vikt 5.45	----				

#### Inomhus K65

60 m	10.22	Aino Holm	Torshälla FF	Örebro	8.3 2003
------	-------	-----------	--------------	--------	----------

200 m	33.95	Aino Holm	Torshälla FF	Eskilstuna	16.2 2003
400 m	80.01	Aino Holm	Torshälla FF	Eskilstuna	15.2 2003
800 m	3:08.27	Ann-Britt Eriksson	IF Start	Huddinge	9.2 2014
1500 m	6:57.44	Rose-Marie Enmalm	IF Start	Örebro	31.1 2019
3000 m	13:44.69	Rose-Marie Enmalm	IF Start	Örebro	13.3 2019
60 m häck 68.6	----				
Höjd	----				
Stav	----				
Längd	----				
Tresteg	----				
Kula 3.0	7.59	Laila Hellström	Götlunda IF	Eskilstuna	11.3 2005
Vikt 5.45	----				

#### Utomhus M70

100 m	14.58	Olle Borg	KFUM Arvika	Lerum	23.6 2021
<b>200 m</b>	<b>31.22</b>	<b>Hans Erixon</b>	<b>Karlskoga FIF</b>	<b>Göteborg</b>	<b>5.8 2023</b>
400 m	75.36	Jan Myrtorp	Brohyttans IF	Gävle	18.8 2013
800 m	2:46.27	Tommy Ericsson	LK NyköpingRunners	Karlskrona	18.8 2017
1500 m	5:42.63	Bo Persson	Almby IK	Kalmar	27.8 2022
5000 m	19:43.25	Anders Hansson	Vilsta IK	Uddevalla	24.7 2015
3000 m	----				
10000 m	39:38.21	Anders Hansson	Vilsta IK	Södertälje	2.7 2014
Halvmarathon	1:31:48	Bo Persson	Almby IK	Nora	11.9 2021
Marathon	----				
2000 m hinder 76.2	----				
80 m häck 76.2	15.69	Olle Borg	KFUM Arvika	Högby	22.8 2021
300 m häck 68.6	----				
Höjd	----				
Stav	----				
Längd	4.80	Olle Borg	KFUM Arvika	Arvika	8.9 2020
Tresteg	9.65	Olle Borg	KFUM Arvika	Huddinge	17.8 2019
<b>Kula 4.0</b>	<b>10.76</b>	<b>Börje Nordin</b>	<b>Åsbro Golf</b>	<b>Göteborg</b>	<b>5.8 2023</b>
Diskus 1.0	32.79	Börje Nordin	Åsbro Golf	Askersund	6.9 2022
Slägg 4.0	32.25	Kenneth Thorstensson	KFUM Örebro	Kalmar	28.8 2022
Spjut 500	29.24	Kenneth Thorstensson	KFUM Örebro	Huddinge	17.8 2019
Vikt 7.26	14.92	Kjell Larnesjö	Nyköpings BIS	Tingstäde	28.9 2019

#### Inomhus M70

60 m	9.37	Olle Borg	KFUM Arvika	Västerås	13.11 2021
200 m	31.76	Olle Borg	KFUM Arvika	Västerås	14.11 2021
400 m	----				
800 m	2:44.25	Anders Hansson	Vilsta IK	Borås	8.3 2015
1500 m	5:30.70	Anders Hansson	Vilsta IK	Bollnäs	5.3 2016
3000 m	11:17.92	Anders Hansson	Vilsta IK	Eskilstuna	21.11 2014
60 m häck 76.2	11.13	Olle Borg	KFUM Arvika	Nyköping	25.1 2020
Höjd	1.26	Anders Tollstern	KFUM Örebro	Malmö	29.2 2020
Stav	2.76	Anders Tollstern	KFUM Örebro	Uppsala	29.1 2017
Längd	4.57	Olle Borg	KFUM Arvika	Västerås	12.11 2021
Tresteg	9.72	Olle Borg	KFUM Arvika	Västerås	14.11 2021
Kula 4.0	10.84	Kenneth Thorstensson	KFUM Örebro	Malmö	28.2 2020
Vikt 7.26	14.03	Kenneth Thorstensson	KFUM Örebro	Malmö	29.2 2020
Femkamp	3.757	Olle Borg	KFUM Arvika	Nyköping	25.1 2020
	11.13	4.51	9.15	1.29	4:09.72

#### Utomhus K70

100 m	----				
200 m	----				
400 m	1:31.75	Britta Tibbling	IFK Västerås	Simrishamn	17.8 1991
800 m	3:14.90	Britta Tibbling	IFK Västerås	Eugene, OR	1.8 1989
1500 m	6:34.48	Britta Tibbling	IFK Västerås	Verona, ITA	29.6 1988
5000 m	24:12.48	Ruth Svensson	IFK Nora	Karlskoga	17.6 2009

10000 m	50:13.1m	Birgitta Jansson	Storådalens SK	Hallsberg	12.6 2012
Kula 3.0	6.48	Laila Hellström	Götlunda IF	Gävle	18.8 2013
Diskus 1.0	15.74	Laila Hellström	Götlunda IF	Gävle	17.8 2013
Slägga 3.0	----				
Spjut 500	----				
Vikt 5.45	----				

#### Inomhus K70

60 m	----				
<b>200 m</b>	<b>38.92</b>	<b>Ann-Britt Eriksson</b>	<b>IF Start</b>	<b>Örebro</b>	<b>25.3 2023</b>
<b>400 m</b>	<b>1:28.22</b>	<b>Ann-Britt Eriksson</b>	<b>IF Start</b>	<b>Örebro</b>	<b>24.1 2023</b>
800 m	3:17.5m	Britta Tibbling	IFK Västerås	Lidingö	27.2 1988
<b>1500 m</b>	<b>7:30.03</b>	<b>Susanne Malmqvist</b>	<b>IF Start</b>	<b>Örebro</b>	<b>24.1 2023</b>
3000 m	17:03.06	Catharina Wahlstedt	IF Start	Örebro	17.3 2017

#### Utomhus M75

100 m	14.70	Olle Borg	KFUM Arvika	Arvika	23.7 2022
200 m	31.01	Olle Borg	KFUM Arvika	Kalmar	27.8 2022
400 m	77.18	Tord Johansson	Filipstads IF	Norrtälje	7.8 2011
800 m	2:52.64	Tord Johansson	Filipstads IF	Lappeenranta, FIN	2.7 2011
1500 m	5:49.08	Anders Hansson	Vilsta IK	Huddinge	17.8 2019
3000 m	11:56.11	Anders Hansson	Vilsta IK	Huddinge	28.8 2019
5000 m	19:56.2m	Anders Hansson	Vilsta IK	Eskilstuna	19.9 2019
<b>10000 m</b>	<b>41:46.53</b>	<b>Bo Persson</b>	<b>Alby IK</b>	<b>Göteborg</b>	<b>6.8 2023</b>
Halvmarathon	1:34:13	Anders Hansson	Vilsta IK	Stockholm	7.9 2019
Marathon	3:28:12	Anders Hansson	Vilsta IK	Växjö	19.10 2019
80 m häck 76.2	15.34	Olle Borg	KFUM Arvika	Kalmar	28.8 2022
Höjd	1.31	Leif Gödecke	Nyköpings BIS	Kalmar	27.8 2022
<b>Stav</b>	<b>2.62</b>	<b>Leif Gödecke</b>	<b>Nyköpings BIS</b>	<b>Göteborg</b>	<b>5.8 2023</b>
<b>Längd</b>	<b>4.80</b>	<b>Olle Borg</b>	<b>KFUM Arvika</b>	<b>Arvika</b>	<b>22.7 2023</b>
Tresteg	10.06	Olle Borg	KFUM Arvika	Kalmar	28.8 2022
<b>Kula 4.0</b>	<b>9.73</b>	<b>Leif Gödecke</b>	<b>Nyköpings BIS</b>	<b>Göteborg</b>	<b>5.8 2023</b>
<b>Diskus 1.0</b>	<b>28.70</b>	<b>Leif Gödecke</b>	<b>Nyköpings BIS</b>	<b>Arvika</b>	<b>22.7 2023</b>
Slägga 4.0	----				
Spjut 500	----				
Vikt 7.26	----				

#### Inomhus M75

60 m	9.38	Olle Borg	KFUM Arvika	Västerås	26.3 2022
200 m	35.23	Jan Myrtorp	Östansjö SK	Bollnäs	6.3 2016
400 m	81.97	Tord Johansson	Filipstads IF	Huddinge	11.2 2012
800 m	2:59.89	Tord Johansson	Filipstads IF	Karlskrona	6.3 2011
1500 m	6:00.88	Anders Hansson	Vilsta IK	Västerås	26.3 2022
3000 m	11:48.60	Anders Hansson	Vilsta IK	Örebro	31.3 2019
60 m häck 76.2	11.02	Olle Borg	KFUM Arvika	Braga, POR	26.2 2022
<b>Höjd</b>	<b>1.35</b>	<b>Leif Gödecke</b>	<b>Nyköpings BIS</b>	<b>Nyköping</b>	<b>11.2 2023</b>
<b>Stav</b>	<b>2.45</b>	<b>Leif Gödecke</b>	<b>Nyköpings BIS</b>	<b>Uppsala</b>	<b>12.3 2023</b>
Längd	4.73	Olle Borg	KFUM Arvika	Braga, POR	26.2 2022
Tresteg	10.11	Olle Borg	KFUM Arvika	Braga, POR	24.2 2022
Kula 4.0	9.68	Olle Borg	KFUM Arvika	Braga, POR	26.2 2022
Femkamp	4.416	Olle Borg	KFUM Arvika	Braga, POR	26.2 2022
		11.02 4.73 9.68 1.30 4:29.22			

#### Utomhus K75

400 m	1:35.45	Britta Tibbling	IFK Västerås	Miyasaki, JPN	16.10 1993
800 m	3:38.83	Viveka Rüffel	LK NyköpingRunners	Söderhamn	22.7 2016
1500 m	7:30.76	Britta Tibbling	IFK Västerås	Miyasaki, JPN	16.10 1993
5000 m	26:42.83	Birgitta Jansson	Storådalens SK	Glanshammar	21.6 2017
10000 m	54:47.32	Birgitta Jansson	Storådalens SK	Hallsberg	6.8 2017
Kula 2.0	7.42	Laila Hellström	Götlunda IF	Uddevalla	24.7 2015
Diskus 0.75	18.03	Laila Hellström	Götlunda IF	Uddevalla	25.7 2015

**Inomhus K75**

800 m	3:38.63	Viveka Rüffel	LK NyköpingRunners	Huddinge	9.2 2014
1500 m	7:26.10	Viveka Rüffel	LK NyköpingRunners	Huddinge	8.2 2014
3000 m	15:53.35	Viveka Rüffel	LK NyköpingRunners	Borås	6.3 2015
Kula 2.0	6.64	Kerstin Blidstam	KFUM Arvika	Nyköping	12.2 2022

**Utomhus M80**

100 m	19.25	Jan Myrtorp	Östansjö SK	Kalmar	26.8 2022
200 m	42.32	Jan Myrtorp	Östansjö SK	Kalmar	27.8 2022
400 m	1:36.81	Jan Myrtorp	Östansjö SK	Kalmar	28.8 2022
800 m	3:45.00	Bengt-Olov Andersson	LK NyköpingRunners	Högby	10.8 2018
1500 m	8:26.53	Bengt Olov Andersson	LK NyköpingRunners	Huddinge	17.8 2019
5000 m	24:29.87	Gösta Johansson	IFK Gnesta	Norrtälje	20.8 1999

**Inomhus M80**

60 m	11.66	Jan Myrtorp	Östansjö SK	Västerås	26.3 2022
200 m	40.61	Jan Myrtorp	Östansjö SK	Västerås	27.3 2022
400 m	1:35.70	Jan Myrtorp	Östansjö SK	Västerås	26.3 2022
800 m	3:35.49	Erling Håkansson	Råby-Rekarne FIF	Eskilstuna	30.1 1999
1500 m	8:04.29	Bengt-Olov Andersson	LK NyköpingRunners	Västerås	3.3 2018
3000 m	16:54.33	Bengt-Olov Andersson	LK NyköpingRunners	Västerås	2.3 2018
Längd	2.90	Erling Håkansson	Råby-Rekarne FIF	Eskilstuna	31.1 1999

**Utomhus K80**

400 m	1:44.74	Viveka Rüffel	LK NyköpingRunners	Huddinge	18.8 2019
800 m	4:04.03	Viveka Rüffel	LK NyköpingRunners	Huddinge	16.8 2019
1500 m	8:00.05	Viveka Rüffel	LK NyköpingRunners	Huddinge	17.8 2019
5000 m	29:31.01	Birgitta Jansson	Storådalens SK	Hallsberg	28.6 2022
10000 m	65:18.7m	Viveka Rüffel	LK NyköpingRunners	Nyköping	31.8 2019
<b>Halvmarathon</b>	<b>2:24:50</b>	<b>Birgitta Jansson</b>	<b>Storådalens SK</b>	<b>Nora</b>	<b>9.9 2023</b>
<b>Längd</b>	<b>2.23</b>	<b>Viveka Rüffel</b>	<b>LK NyköpingRunners</b>	<b>Sollentuna</b>	<b>27.8 2023</b>
<b>Kula 2.0</b>	<b>6.63</b>	<b>Viveka Rüffel</b>	<b>LK NyköpingRunners</b>	<b>Sollentuna</b>	<b>27.8 2023</b>

**Inomhus K80**

400 m	1:42.91	Viveka Rüffel	LK NyköpingRunners	Malmö	29.2 2020
800 m	4:01.46	Viveka Rüffel	LK NyköpingRunners	Västerås	27.3 2022
1500 m	8:06.05	Viveka Rüffel	LK NyköpingRunners	Malmö	2.3 2020
3000 m	16:50.55	Viveka Rüffel	LK NyköpingRunners	Malmö	1.3 2020