

TJALVISTEN

MEDLEMSBLAD FOR



IDRETTSKLUBBEN TJALVE

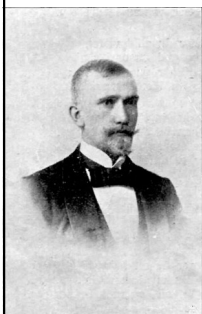
Nr. 4 Desember 2021

106. årgang

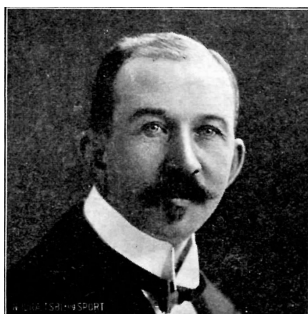
Tjalvisten ønsker alle medlemmer
God Jul og Godt Nytt År!



Idrettsklubben Tjalve



Asbjørn Bjerke



Gustav S. Thorp



Oscar Fredriksen

Idrettsklubben Tjalve ble stiftet tredje juledag 1890 av tre unge menn, Gustav S. Thorp, Oscar Fredriksen og Asbjørn Bjerke. Thorp med sine 24 år var den eldste, 19 år gamle Bjerke den yngste. Alle tre var utbrytere fra Kristiania Sportsforening, som var blitt dannet i 1887 og ble oppløst allerede i 1893. Etter en rekke opphissede diskusjoner i Sportsforeningen, blant annet om amatørspørsmålet, trakk de tre seg ut sent i 1890. Om kvelden tredje juledag møttes de i "den nye bodega i Prinsens gade", og der "beseglede" de dannelsen av den nye klubb med "et glass vin og et haandtrykk". I sin beretning om begivenheten 15 år senere konstaterte Gustav Thorp tørt at dette "var visstnok den mindste forening, baade her i landet og ellers, men vi var til gjengjeld enige og opfylt av iver for sagen"

Styret 2021

Leder: Egil Reidar Osnes 99040599
Nestleder: Svein Søndena 95232321
Styremedlem: Benedicte Hauge 95025033
Styremedlem: Andreas Høiby 90588223
Styremedlem: Grete Etholm 91550693
Styremedlem: Mai Watson 45914605
Utøverrepresentant: Malin Nyfors 91687149
Varamedlem: Heidi Maltun 97950065

Daglig leder: Matias Lavik 45204125 matias@tjalve.no
Sportslig leder: John Ertzgaard 92899929 ertzgaard@tjalve.no
Arrangementskoordinator: Eirik Røe 90632141 roe@tjalve.no

Tjalvisten

Redaksjonskomite: Matias Lavik 45204125
 John Ertzgaard 92899929
 Bjørn Henriksen 91793453 bjorn-he@online.no

I dette nummeret

Redaksjonens hjørne	3
Historiske bilder	4
Maratondebut	6
Norgesløpet	6
NM terreng lang løype	7
Frognerparken 1959	12
Hytteplanmila 2021	13
Fra OL historien	14
Prestasjonsprisen	15
Antidoping Norge	15
Sponsortreff 2021	16
Torskeaften	17
Torskeaften i bilder	23
Nye Riddere	27
Nye æresmedlemmer	29
Status æresmedlemmer	30
Status gullmerke	30
Klubbmestere 2021	31
Landslagene 2022	32
Utøverprofiler	33
Mestvinnende utøvere i NM	40
Per Sletholt 75 år	41
Lagserien 2021	42
Klubbrekorder U20	46
Klubbrekorder U23	47
Klubbrekorder senior	48
Kvalifiseringskrav VM 2022	49
Kvalifiseringskrav EM 2022	50
Historikk Lagserien	51
Historikk Hovedserien	52
Trenere 2022	54
Oppdatering norske rekorder	56
Stort og smått fra hele verden	57
1500 m menn: topp 10	59
Årets julegave	60
World event ranking	61
4x400 m München	61
Kretsrekorder Oslo	62
Da Sarpsborg var best	68
Europastatistikken	69
Verdensstatistikken	69
Norgesstatistikken	70
Tjalvetøy	71

IK Tjalve

Underhaugsveien 1
0354 Oslo

Telefon: 22 60 43 40
E-post: mail@tjalve.no

Web: www.tjalve.no



Trenger du ny pin-kode?



Dette er vårt forslag

Redaksjonens hjørne

Året 2021 nærmer seg slutten, et år som rent sportslig ble meget godt for IK Tjalve. Tre internasjonale medaljer er virkelig noe å slå i bordet med, i tillegg til strålende innsats både i junior og senior NM.

Sesongen er ikke helt over ennå da det arrangeres EM i terrengløp 12.desember. Karoline Bjerkeli Grøvdal er blant de som kan vinne medalje, men det får vi komme tilbake til senere.

Oppussingen i Underhaugsveien nærmer seg slutten og administrasjonen kan flytte inn i nye lokaler. I tillegg får klubben et flott treningssenter i kjelleren.

Hvis ikke pandemien skaper flere problemer vil det igjen bli arrangert Holmenkollstafett 14.mai. Neste år vil stafetten hete Kiwi Holmenkollstafetten. I 2023 er det 100 år siden den første stafetten ble arrangert. I den forbindelse planlegges det å gi ut bok om stafettens historie.

Klubben arrangerer forøvrig sitt første stevne allerede i januar når NM i mangekamp går av stabelen i Rudhallen 22-23.januar, tett fulgt av Bassen sprint 29.januar.

Neste år der det både VM i Eugene og EM i München. Her har flere av Tjalves utøvere mulighet til å kvalifisere seg. For den yngre garde er det U20 VM i Columbia.

I år har vi klart å gi ut fire nummer av Tjalvisten. Om vi klarer det i 2022 er nok tvilsomt. Det er mye arbeid med Tjalvisten. Vi får se hvordan arbeidssituasjonen til redaktøren er når vi nærmer oss april/mail neste år.

I dette nummeret blir det en del mer statistikk enn vanlig. Det siste året har alle kretsrekordstatistikker for Oslo blitt oppdatert. I dette nummeret introduserer vi også utøverprofiler som vi håper å kunne fortsette med i årene framover.

Hovedoppslagene i dette nummeret er terreng NM lang løype i Frognerparken og Torskeften på Scandic Solli.

I lagserien har det lenge vært klart at Tjalve vill vinne serien både for kvinner og menn. Begge forøvrig med nye rekorder. Selv om de beste lagene våre for kvinner og menn er suverene i Norge, må vi innse at våre to andre lag ikke gjorde det så bra. Både Tjalves 2.lag i i.1.divisjon herrer og kvinnelaget i 2.divisjon rykker ned en divisjon. Fra Tjalves side ble det i år ikke gjort noe på slutten av sesongen for å mobilisere, noe en del andre klubber gjorde.

Da gjenstår det bare å ønske alle en god jul og et godt nyttår!

Bjørn Henriksen

Redaksjonen



Matias Lavik



John Ertzgaard



Bjørn Henriksen

Redaksjonen avsluttet 08.12. 2021

Historiske bilder



Ridderseremonien i forbindelse med IK Tjalves 50-årsjubileum i 1940. 17 personer ble utnevnt til Ridder dette året, blant dem Erling Vinne (4.plass i tresteg i Stockholm OL 1912) og Holger Albrechtsen (bronse under EM i Torino på 110 m hekk i 1934). Seremonien ble ledet av Gustav S. Thorp (en av stifterne). Foto fra Jan Hemsviks private samling.

Historiske bilder



Bodil og Eirik Berge giftet seg i 1981. I år har de vært gift i 40 år. Det kalles Rubinbryllup. Det er nok stor sjanse for at dere har vært gift lenger en de fleste. Rubiner er den nest hardeste steintypen blant edelstener. Et ekteskap i 40 år må rett og slett være solid som rubiner. Vi gratulerer!

Strålende maratondebut av Maria Sagnes Wågan

Før 2021 sesongen bestemte Maria seg for å satse mer på gateløp; halvmaraton og maraton. Debuten på halvmaraton kom i Holmestrand maraton, som omtalt i forrige utgave av Tjølvesten.

Debuten på maraton fikk hun under Berlin maraton som ble arrangert søndag 26.september. Berlin maraton er en del av World Marathon majors.

Maria løp inn til tiden 2:35.34 og ble nr.14 totalt. Løpet ble vunnet av Gotytom Gebreslase fra Etiopia med tiden 2:20.09.

Maria løp første halvdel av løpet på 1:16.11 og andre halvdel på 1:19.23.

Underveis hadde hun følgende splittider:

Split	Time	Diff	Min/km	Km/h
5 km	17:46	17:46	03:34	16.89
10 km	35:44	17:58	03:36	16.69
15 km	53:56	18:12	03:39	16.50
20 km	1:12:11	18:15	03:39	16.43
Halb	1:16.11	04:00	03.39	16.48
25 km	1:30.49	14:38	03.46	16.00
30 km	1:49.32	18:43	03.45	16.03
35 km	2:08:28	18.56	03.48	15.84
40 km	2:27.35	19:07	03:50	15.69
Finish	2:35.34	07:59	03:39	16.52



Som vi ser av tabellen løp hun et meget jevnt løp. Hun var under 3:40 min/km helt til halve distansen var unnagjort, med en variasjon på 5 sekunder. Derfra og inn gikk tiden hun brukte pr.km noe opp, men aldri over 3:50. På den siste kilometeren presset hun faktisk tiden ned i 3:39 igjen. Etter hva vi kan se er det bare ti kvinner i Norge som har løpt fortere enn Maria.

Kravet til maraton i EM neste år er 2:32.00. Med litt flere løp og litt mer erfaring burde det kunne gå. Vi ønsker lykke til!

Bjørn Henriksen

Ferdinand Kvan Edman imponerte igjen i Norgesløpet

Ferdinand Kvan Edman var igjen sterkest på 10 km i Norgesløpet av vant en meget klar seier med tiden 28:56. Det er faktisk samme tid som han vant med i fjor. Løpet gikk av stabelen 2.oktober.

I år utklasset han gutta fra Ull/Kisa, som meldte overgang fra Tjølve før sesongen. Senay Fissehatsion ble nr.2 med tiden 29:39 og Awet Kibrab nr.4 med tiden 30:53. Det skal bli artig etter hvert å se hva Ferdinand kan klare på en 10 000 m på bane.

NM terreng kort løype ble arrangert i Bergen også 2.oktober. Tjølve stilte med tre utøvere i herrer senior. De løp 3 km. Gutta plasserte seg som følger: Emil Martin Ahlbäck ble nr. 14 med tiden 10:06, Iver Mathias Glomnes ble nr. 17 med 10:15 og Jonas Riseth nr. 21 med 10:32. Bjørnar Lillefosse fra Gular vant med tiden 9:19.

I veteranklassen ble Erling Hisdal nr. 7 med tiden 11:08. Han var 39 sek. bak vinneren Espen Kristiansen fra Gular.



Starten har gått i årets 10 km i Norgesløpet. Fra venstre ser vi: Senay Fissehatsion, Awet Kibrab, Ferdinand og Magnus Tuv Myhre. Foto: Sigmund Hov Moen

Årets NM i terrenngløp, lang løype, var i år lagt til Frognerparken med SK Vidar som arrangør. Sist de arrangerte på samme sted ble dette en enorm folkefest. Den gang løp både Henrik Ingebrigtsen og Therese Johaug. Dessuten var været slik at det ikke var så morsomt å tilbringe noen timer i Frognerparken.

Tjalves lag til mesterskapet var noe redusert da både Sigrid Jervell Våg og Maria Sagnes Wågan, som var påmeldt, ikke stilte til start i kvinneklassen. Karoline Bjerkeli Grøvdal var ikke påmeldt. Det er trist at våre beste utøvere prioriteter vekk et norsk mesterskap.

I kvinneklassen gjorde Kristine Eikrem Engeset en hederlig innsats og ble nr.4 på de 6 km som kvinnene løp. Etter første runde av i alt tre var Kristine ikke lenger med i tetfeltet, men klarte å holde fjerdeplassen gjennom resten av løpet. Hun fikk tiden 21:54, og var 41 sekunder bak årets mester som ble Mathilde Thesen fra OSI.

Marte Rise ble forøvrig nr.17 med tiden 26:33, mens Pernille Dørstad vant klasse K40-44 med tiden 29:01.

I herreklassen stilte Tjalve med fire mann i menn senior og en i veteranklassen.

Best av våre i herreklassen ble ikke uventet Iver Mathias Glomnes. Han løp inn til en flott 14.plass med tiden 32:43. Det var bare 2:15 bak vinneren Bjørnar Lillefosse fra Gular. Emil Ahlbäck ble nr.20 med 33:20, Timothee Jung nr.23 med 34:10, Jonas Riseth nr. 25 med 35:02 og Henrik Velle nr.28 med 35:53. Erling Hisdal vant klasse M35-39 med tiden 37:32.



Vår tidligere storløper Arne Kvalheim var tilstede for å heie fram vår tids håpefulle. Her er han avbildet sammen med tidligere skikonge Odd Martinsen. Foto: Bjørn Henriksen



Tjalve var på plass med teltet hvor de aktive kunne få noe ly for det dårligere været, pluss noe å spise og drikke. På bildet ser vi leder i klubben ER Osnes og trener Snorre Løken. Foto: Bjørn Henriksen



Kristine Eikrem Engeset ved rundning etter første runde. Foto: Eirik Førde

NM terreng lang løype forts.



Feltet i kvinneklassen rett etter start. Kristine Engeset Eikrem (26) ligger her i tet sammen med Ine bakken fra Gular (16). Foto: Eirik Førde



Marte Rise (4) på vei inn til første runding. Foto: Bjørn Henriksen



Pernille Dørstad ved samme passering. Foto: Bjørn Henriksen

NM terreng lang løype forts.



Løperne er her på det høyeste punktet i løypa. Kristine Eikrem Engeset kjemper en hard kamp om å beholde fjerdeplassen hun har hatt gjennom hele løpet. Foto: Bjørn Henriksen



Jan Jørgen Moe var som alltid tilstede. For anledningen kledd for å stå i stil med traktoren i bakgrunnen. Foto: Bjørn Henriksen



Feltet i herreklassen klar for start. Vi ser fra venstre: Senay Fissehatsion (83), Henrik Velle (93) og Marius Vedvik (99). Vi skimter så vist Timothee Jung bak nr.94. Av de nevnte ble Senay Fissehatsion nr.2 og Marius Vedvik nr.9. Foto: Bjørn Henriksen

NM terreng lang løype forts.



Iver Mathis Glomnes sliter seg opp siste bakken. Foto: Bjørn Henriksen



Emil Ahlbäck på vei inn mot første runding. Foto: Bjørn Henriksen



Timothee Jung fotografert i siste bakken. Foto: Bjørn Henriksen



Jonas Riseth på vei inn mot første runding. Foto: Bjørn Henriksen

NM terreng lang løype forts.



Henrik Velle i siste bakken. Foto: Bjørn Henriksen



Erling Hisdal ved første runding. Foto: Bjørn Henriksen

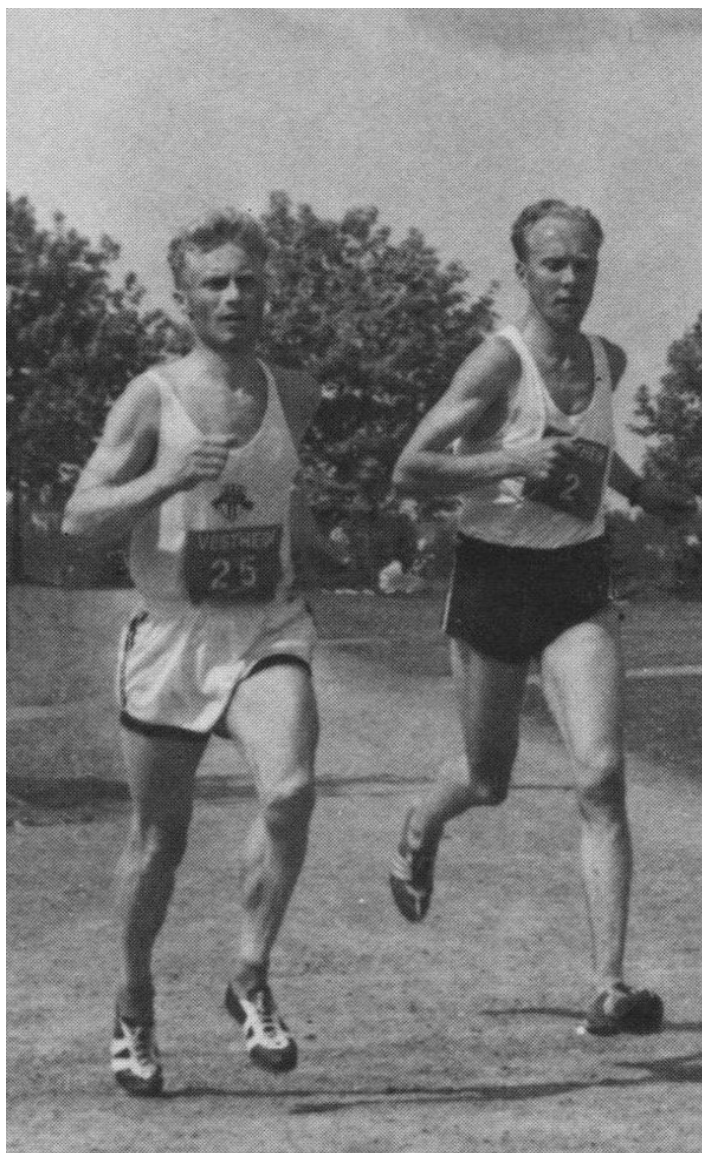


Pernille Dørstad vant klasse K40-44. Foto: Bjørn Henriksen



Erling Hisdal vant klasse M35-39. Foto: Bjørn Henriksen

Slik gikk det i Frognerparken i 1959



Tor Torgersen og Reidar Andreassen fulgte hverandre tett gjennom mesteparten av løpet. Først mot slutten fikk Torgersen en avgjørende luke. Foto: Sportsrevy 1959.

Frognerparken har blitt brukt som arrangementssted for NM terrengløp flere ganger, senest i 2019. Det man husker fra 2019 var et stort publikumoppmøte og at Henrik Ingebrigtsen vant 10 km for herrer.

NM ble også arrangert i Frognerparken i 1959. Den gang løp man 8 km. Løpet ble et oppgjør mellom Tor Torgersen fra Tjalve og Reidar Andreassen fra IL BUL. Torgersen trakk tilslutt det lengste strået da han vant med tiden 28:44. Andreassen fikk 28:55. En ikke ukjent langrennsløper og senere trener for Oddvar Brå, Magnar Lundemo, ble nr.3 med 29:07.

Tor Torgersen hadde forøvrig et meget godt år i 1959. Under NM på Hamar ble han dobbeltmester på 5000 m og 10 000 m. På 5000 m var det igjen en kamp mellom Torgersen og Reidar Andreassen. Mellom gull og sølv skilte det ca. 5 sekunder. På 10 000 m var Torgersen helt suveren og slå sølvmedaljevinneren med 32 sekunder.

Samme året satte også Torgersen norsk rekord på 10 000 m med tiden 29:30.8. Det skjedde under en landskamp mot Øst-Tyskland 16-17.juli. Rekorden ble stående inntil den ble slått av Thor Helland i 1964. Helland løp da på 29:27.6. Tiden til Torgersen på 10 000 m var klubbrekord



i Tjalve inntil Arne Kvalheim løp på 29:23.8 i 1972.



Tor Torgersen fotografert under landskampen mot Øst-Tyskland i 1959 da han satte norsk rekord på 10 000 m.

Solid løp av Karoline i Hytteplanmila



Karoline underveis i løpet. Foto: ukjent

Karoline Bjerkeli Grøvdal løp nok et solid løp under årets utgave av Hytteplanmila, selv om hun var langt bak tiden fra i fjor. Da løp hun på 30:32, nå ble det 31:23.

Karoline løp den første mila på 2:57 og passerte 3 km på 9:11. Halvveis passerte hun på 15:11, men med til dels sterk motvind på slutten av løpet, ble det tungt å slå

rekorden fra i fjor. Løpet ble også utsatt en halvtime da det var stor trafikk over Sollihøgda grunnet en bilberging.

Kristine Eikrem Engeset løp inn til en fin 4.plass, og viste med det at hun fortsatt er blant de beste i Norge på lengre løp. Tiden til Kristine ble 34:29. Maria Sagnes Wågan var påmeldt, men møtte ikke til start. Vår tidligere storløper, Lisbet Pedersen, kan fortsatt løpe selv om hun nå har rykket opp i klasse 45-49 år. Lisbeth kom i mål på 37:18. og ble nr. 25 totalt. I klasse 45-49 år ble det en klar seier.

Lene Heimdal stilte i klasse 20-22 år (eldre junior) og ble nr.5 med tiden 41:19. Totalt ble hun nr.106.

Pernille Dørstad ble norsk mester i klasse 40-44 år i Frognerparken uken før. I Hytteplanmila ble hun nr.30 i samme klasse med tiden 47:36.

Vi merker oss ellers at vårt tidligere medlem, Julie Marie Haabeth Brox, løp inn til tiden 35:20 og en fin 12.plass.

I herreklassen var det heller ikke mange Tjalvister på startstreken. Henrik Velle løp inn til den gode tiden 32:56. Det er ny personlig rekord, men det holdt bare til en 91.plass totalt. Klassen ble for øvrig vunnet av Narve Gilje Nordås fra Sandnes med tiden 28:55. Løyperekorden tilhører Jakob Ingebrigtsen og lyder på 27:54 fra 2019.

Bård Kvalheim var påmeldt, men møtte ikke til start. Vi var egentlig spente på hva han kunne klare på en 10 km i klasse 45-49 år.

Bjørn Henriksen

location	time	speed	o/a	sex	cat	split	speed	o/a	sex	cat	time of day
1 km	2:57	2:57 min/km	40	3	1	2:57	2:57 min/km	40	3	1	14:02:57
2 km	5:59	3:00 min/km	37	1	1	3:03	3:03 min/km	49	1	1	14:05:59
3 km	9:11	3:04 min/km	42	1	1	3:12	3:12 min/km	51	1	1	14:09:11
4 km	12:22	3:06 min/km	40	1	1	3:12	3:12 min/km	43	1	1	14:12:22
5 km	15:22	3:05 min/km	43	1	1	3:01	3:01 min/km	46	1	1	14:15:22
6 km	18:28	3:05 min/km	35	1	1	3:06	3:06 min/km	23	1	1	14:18:28
7 km	21:44	3:07 min/km	35	1	1	3:17	3:17 min/km	45	1	1	14:21:44
8 km	25:01	3:08 min/km	37	1	1	3:17	3:17 min/km	30	2	1	14:25:01
9 km	28:10	3:08 min/km	32	1	1	3:10	3:10 min/km	27	2	2	14:28:10
10 km	31:23	3:09 min/km	33	1	1	3:13	3:13 min/km	21	1	1	14:31:23

Passeringstidene til Karoline underveis i løpet.

Fra OL-historien

En av de aller største

Peter Snell fra New Zealand er en av de aller største mellomdistanseløperne gjennom tidene. Under OL i Roma 1960 vant han gull på 800 meter. Fire år senere, under OL i Tokyo 1964, vant han gull både på 800m og 1500m.

Peter Snell satte flere verdensrekorder. Best huskes hans 1:44.3 på 800 meter fra 1962. Han slo da Roger Moens sin verdensrekord på 1:45.7 fra Bislett i 1955.

Rekorden på 1:44.3 ble tangert i OL-finalen i 1968 av Ralph Doubell og i 1972 av David Wottle, men ble ikke slått før Marcello Fiasconaro løp på 1:43.7 i 1973. Snell døde i 2019, 80 år gammel.



Peter Snell vinner 800m under OL i Roma i 1960.

Brøt drømmegrensene

Når jeg sier Jim Hines, Tommy Smith og Lee Evans går selvsagt tankene tilbake til OL i Mexico City i 1968.

De amerikanske løperne var i kalasform og brøt den ene drømmegrensen etter den andre i tynnlufta i Mexico.

På 100 meter ble Jim Hines første løper under 10.0 på 100 meter da han vant OL-finalen på 9.95. Rekorden sto i 15 år, til Calvin Smith løp på 9.93 i 1983.

På 200 meter var det Tommy Smith sin tur. Han vant OL-finalen på 200 meter på 19.83 og ble første løper under 20.0. Denne rekorden sto frem til Pietro Mennea løp på 19.72 i 1979.



Tommy Smith vinner 200 m under OL i Mexico 1968.

På 400 meter vant Lee Evans på 43.86 og ble første løper under 44.0. Rekorden sto i hele 20 år, til Butch Reynolds løp på 43.29 i 1988.

800 m finalen i München 1972

800 meter-finalen i OL i München i 1972 var spesiell på den måten at vinneren David Wottle la seg langt bak nest siste mann på den første runden. Ved passering etter en runde lå han også klart sist. Han begynte å røre på seg på siste borte langside. Ut på oppløpssiden hadde han fortsatt 4-5 løpere foran deg. Russeren Jevgenij Arzjanov ledet og så ut til å ta gullet, men på de siste 20 meterne kom Wottle voldsomt. På selve målstreken henviste amerikaneren sin russiske rival til sølvplass. Begge fikk tiden 1:45.9, men Wottle var klart først i mål. De elektroniske tidene viste 1:45.86 på Wottle og 1:45.89 på Arzjanov. Mike Boit fikk bronse på 1:46.01.

OL-gull både på 1500 og 3000 meter hinder

Kipchoge Keino huskes best for OL-finalen på 1500 meter i Mexico City i 1968. Da stakk kenyaneren fra verdensrekordholder Jim Ryan og resten av feltet og vant på den knallsterke tiden 3:34.9.

Ryan hadde verdensrekorden på 3:33.1, men ble grundig slått og måtte nøye seg med sølvet på 3:37.8. Keinos vinnertid sto som olympisk rekord frem til Sebastian Coe løp på 3:32.5 i Los Angeles-OL i 1984.

På 5000 meter ble det i 1968 sølv til Keino, som tapte en voldsom tett gullkamp mot Mohammed Gammoudi fra Tunis. Tidene var 14:05.0 og 14:05.2.

I OL i München i 1972 ble Keino overraskende slått av finske Pekka Vasala i finalen på 1500 meter. Tidene var 3:36.3 og 3:36.8. I finalen på 3.000 meter hinder var Kipchoge Keino klart best i spurten og sikret seg et nytt OL-gull. Han løp på 8:23.6 og vant foran landsmannen Ben Jipcho og finske Tapio Kantanen. Keino er den eneste i den olympiske historien som har vunnet OL-gull på både 1500 meter og 3000 meter hinder.

Kipchoge Keino var med i OL for første gang i Tokyo i 1964. Da ble han nummer fem på 5000 meter.

I 1965 satte Keino to verdensrekorder; 7:39.6 på 3000 meter og 13:24.22 på 5.000 meter. Kipchoge Keino er i dag 80 år gammel.



Kipchoge Keino vinner 3000 m hinder under OL i München 1972.

Prestasjonsprisen til Eivind Henriksen



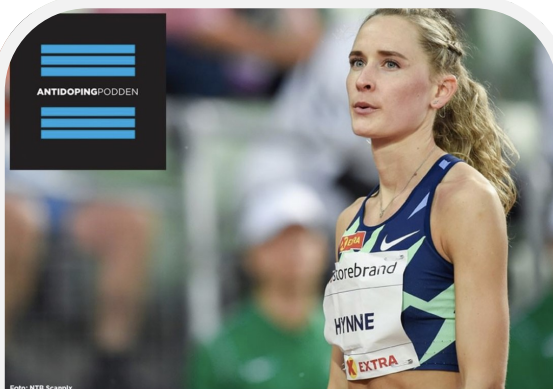
Friidretts Venner har hatt sin årlige utdeling av priser. Eivind Henriksen ble tildelt Prestasjonsprisen for 2021. Den deler han med Jakob Ingebrigtsen og Salum Kashafali. Karsten Warholm ble kåret til årets navn. Foto: Bjørn Henriksen

Antidoping Norge

Hvordan er det å konkurrere i en idrett der verdensrekorden du blir målt opp mot virker helt uopnåelig? Som er satt på en tid der vi vet at dopingtestprogrammet var langt fra så godt som nå og dopingmidler var spesielt utbredt i friidrett? Hedda Hynne har sett løpere hun har hatt en mistanke mot stikke av med medaljer for senere å bli avslørt som juksemerkere.

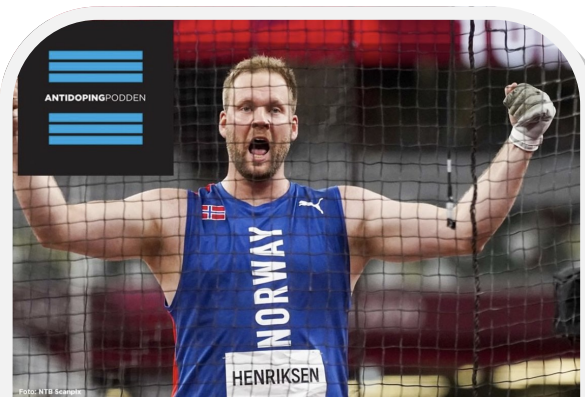
Sleggekaster Eivind Henriksen møter stadig tidligere doping utstengte utøvere når han konkurrerer. "Bare jeg slår dem så slipper jeg å få medalje i postkassa".

Sjekk ut "#antidopingpodden på Apple podkast eller Spotify.



HEDDA HYNNE:

«Hvis du er så dum at du doper deg, så er du kanskje dum nok til å bli slått av min taktikk også.»



EIVIND HENRIKSEN:

«Hva jeg blir motivert av? Å slå konkurrentene mine som er tatt for doping. Jeg vil vise at talent er bedre enn doping.»

Sponsortreff 2021



Representanter for våre sponsorer fotografert ute på Bislett.

IK Tjalve er i full gang med arbeidet mot Holmenkollstafetten 14. mai 2022. I den forbindelse ble stafettens sponsorer samlet til treff på Bislett stadion i starten av november. Flere av våre samarbeidspartnere har vært med gjennom flere år, mens flere nye er blitt med på laget. I 2022 har vi følgende samarbeidspartnere på arrangementet:

Generalsponsor: NorgesGruppen, som i år har valgt tittelsponsor KIWI.

Hovedsponsorer: Mizuno, Jobzone og Hyundai

Sponsorer: Kjellmann, Backegruppen, Entelios, Copy-Cat, Ragn-Sells, Vitamin Well, Shades of Norway, Daikai, Aunt Mable's & Wallmans.

Veldedige samarbeidspartnere: Kreftforeningen og Right to Play.

På sponsortreffet gikk klubben gjennom en oppsummering fra de to avlyste årene for Holmenkollstafetten og informerte om status for det kommende løpet. NorgesGruppen holdt et faglig innlegg om hvordan de ser på fysisk aktivitet, ernæring og mental helse overfor sine ansatte, for å skape trivsel, motivasjon og produktivitet. Stafetten er for vår hovedsponsor det viktigste tiltaket for fysisk aktivitet, illustrert med at de stiller med over 1500 ansatte på vårens vakreste eventyr. I år har de også hatt 5000 deltakere på vår virtuelle utgave av stafetten. Bedriftens administrerende direktør og Holmenkollstafetten-entusiast, Runar Hollevik, inviterte også våre sponsorer til å bli med på en kampanje, hvor vi sammen skal utfordre andre bedrifter til å delta med flest mulig lag 14. mai. Samtlige blir med på utfordringen.

Hyundai fortalte videre om hvordan de benytter seg av sponsorer for å promotere sin nullutslippssatsning, hvor de er en viktig støttespiller for stafettens forbedringer innen miljøtiltak. Tjalvist og nullutslippsambassadør for bilmerket, Amalie Iuel, ble intervjuet av Hydunais administrerende direktør, Thomas Rosvold. Tema var markedsføring, og Amalie kom med flere gode innspill til både Tjalve og sponsorer.

Deretter fortalte sponsorene om hva de planlegger å gjøre av aktiviteter og promotering før og under stafetten. Dette ga tips til forsamlingen, og flere ble enige om å samarbeide om diverse tiltak. Sponsortreffet ble avsluttet med lunsj og hyggelige samtaler.



Matias Lavik

Torskeaften og jubileum

Torskeaften ble avholdt på Scandic Solli fredag 12. november. Samtidig feiret vi at klubben fylte 130 år i desember 2020. I følge Arne Kvalheim ble første Torskeaften arrangert i 1920. Dvs. at denne institusjonen fylte 100 år i fjor. Da kunne vi ikke arrangere grunnet pandemien.

Arrangementet startet med at tidligere utnevnte riddere møttes en time før selve festen. Her var både Bjørn Bogerud (94) og Hans Hotvedt (91) tilstede. Ingen tvil om at de gutta holder seg godt. Over 25 riddere stilte til start. Under dette møte fikk Torbjørn Briseid overrakt det diplommet han skulle hatt for 50 år siden av Haavard Nordlie. Vi mintes også Odd Nielsen som hadde gått bort siden sist vi hadde et riddermøte (2019).



Torbjørn Briseid med diplommet han skulle hatt for noen år siden. Ellers på bildet ser vi Carl Fredrik Bunæs og Bjørn Berglund. Foto: Bjørn Henriksen



Stormester Haavard Nordlie talte til forsamlingen. I forgrunnen: Per O. Nicolaysen. Foto: Bjørn Henriksen

Ingen tvil om at alle synes det var hyggelig og møtes igjen etter en lang pandemi; en pandemi som fortsatt ikke er over i skrivende stund.



Arne Kvalheim koste seg med sin alkoholfrie grønne, som dessverre ikke kom med på bildet. Foto: Bjørn Henriksen



Mot veggen ser vi: Bjørn Bogerud, Gunnar Husby, Torbjørn Briseid, Bjørn Berglund og Haavard Nordlie. Foran til høyre skimter vi Knut Kvalheim. Foto: Bjørn Henriksen



Fra venstre mot veggen og rundt bordet: Per Sletholt, Ole-Petter Sandvig, Omar Ragnvald Hansen, Morten Mørck, Knut Alme, Kjetil Myrtun, Eivind Henriksen og Kolbjørn Engebretsen. Foto: Bjørn Henriksen



Hans Hotvedt er fortsatt sprek, selv om han har nådd den respektable alder av 91 år. Til høyre Knut Kvalheim.



Eivind Henriksen stakk innom for å kjenne litt på miljøet, før han selv ble slått til ridder senere på kvelden. Her i samtale med Odd Bergh. Foto: Bjørn Henriksen



Bjørn Berglund i samtale med Odd Bergh. Odd har aldri konkurrert for Tjalve, men var leder i klubben 1997 og 1998.



Inger Myrtun var også på plass. Her sammen med Per Sletholt, Ole Petter Sandvig og Omar Ragnvald Hansen. Foto: Bjørn Henriksen



John Ertzgaard var også innom og sjekket sitt nye miljø før også han ble slått til ridder senere på kvelden. Foto: Bjørn Henriksen



Tilslutt et lite oversiktsbilde over forsamlingen. Samtidig fikk vi med den grønne til Arne. Foto: Bjørn Henriksen



Gjestene er i ferd med å ankomme. Her Hedda Hynne. Foto: Bjørn Henriksen



Asta Busingye Lydersen var også tilstede (gift med John Ertzgaard). Foto: Bjørn Henriksen

Etter at Egil Reidar Osnes hadde ønsket velkommen på vegne av styret, ble det vist en video av finalen i slegge under OL i Tokyo. Deretter var det klar for forretten, som var en meget god blomkålsuppe.

Da NRK var tilstede for å filme utnevnelsen av riddere, ble denne seremonien avholdt før man fikk servert hovedretten. Åtte Tjølvest, inkludert en fra IL Koll ble slått til riddere av Stormester Haavard Nordlie. Disse var: Leif Olav Alnes, Susanne Wigene, Andreas Høiby, Margrethe Renstrøm, Thor Gjesdal, John Ertzgaard, Eivind Henriksen og Egil Reidar Osnes. Leif Olav Alnes og Susanne Wigene hadde ikke mulighet til å være tilstede.



Kristine Helle-Andresen og Grete Etholm var der. Foto: Bjørn Henriksen



Kjente utøvere fra 1970-tallet. Knut Kvalheim, Leif Roar Falkum og Kåre Dyrseth. Foto: Bjørn Henriksen



Sigrid Borge, Joachim Sandberg, Eirik Røe, Kenny Emi Tijani-Ajaya og Egil Reidar Osnes på vei inn i spisesalen. Foto: Bjørn Henriksen



De nye ridderne samlet på ett brett. Fra venstre: Seremonimester Torbjørn Briseid, Egil Reidar Osnes, Thor Gjesdal, Eivind Henriksen, Margrethe Renstrøm, John Ertzgaard og Andreas Høiby. Leif Olav Alnes og Susanne Wigene var ikke tilstede. Til høyre, fotografen fra NRK. Foto: Bjørn Henriksen

Etter hvert var det tid for hovedretten. Som alle vet er torsk hovedretten, men det var også mulig å spise kjøtt eller en vegetarrett. Det som ble feil denne gang var at torsken ble servert først, deretter vegetarretten og så kjøtt retten. Det endte med at de som satt ved samme bord spiste til forskjellige tider avhengig av hva de hadde bestilt. Mange av oss husker den tiden hvor Torskeaften ble arrangert i lokalene til Sjømannsforeningen i Victoria terrasse. Da ble det servert tosk to ganger og i tillegg var det solide porsjoner med både eggsmør og bacon.

I år var porsjonen med torsk stusselig. I tillegg var torsken lunken da den kom til bordet. Kanskje ikke så lett å skulle servere mat til nærmere 100 personer, men litt mer kan vi forlange. I følge andre jeg har snakket med var heller ikke kjøttet noe å skryte av.

Etter hovedretten var det tid for å hedre de som i år har vært de flinkeste når det gjelder dugnad. Mange har gjort en kjempejobb. Alle fikk en fin T-skjorte med emblemet for nye Eivinds gym.



Dugnadsgjengen. Fra venstre Isabella Indrebø, Kenny Emi Tajani-Ajaya, Vilde Aasmo, Håkon Skaftun, Leonard Nesheim, Erling Hisdal, Rune Vegard Godtland, Line Maltun Helland, Selma Løchen Engdahl og Lakeri Ertzgaard. Foto: Bjørn Henriksen



Daglig leder Matias Lavik og arrangementsansvarlig Eirik Røe stod for utdelingen av prisene til dugnadsgjengen.

Så var tiden kommet for John Ertzgaard til en gjennomgang av sesongen som har gått. I 2021 kapret Tjalve tre internasjonale medaljer. Det er sjelden vare. Av disse var det en olympiske medalje, noe vi ikke har opplevd siden 1956. Tjalve er nå blant de beste klubbene i Europa. Da er det kanskje på tide igjen at vi stiller i neste års Europacup for lag. Vi må ut å konkurrere hvis vi skal bli enda bedre.



John Ertzgaard talte til folket i ulastelig skinndress. Foto: Bjørn Henriksen

John hadde også gleden av å kunne kåre årets klubbmestere. Der var det ikke mange overraskelser (spesielt når man visste om alle på forhånd).

Ingen overraskelse at Eivind Henriksen ble klubbmester i kast. John hadde tydeligvis bedt Eivind om å ta med sølvmedaljen slik at alle kunne få se den.



Eivind med medaljen. Foto: Bjørn Henriksen

Arne Kvalheim hadde tatt på seg jobben å lede oss gjennom klubbens 130-årige historie. Å komme gjennom 130 år på 15 minutter er ikke enkelt, men Arne klarte dette med glans.



Arne Kvalheim på talerstolen. Foto: Bjørn Henriksen



Årets klubbmestere på rekke og rad. Fra venstre: Markus Rooth (mangekamp), Eivind Henriksen (kast), Sander Aae Skotheim (hopp), Hedda Kronstrand Kvalvåg (hopp), Hedda Hynne (mellomdistanse), Tobias Grønstad (mellomdistanse), Kenny Emi Tijani-Ajayi (sprint) og Amalie Iuel (sprint). Karoline Bjerkeli Grøvdal (langdistanse), Ferdinand Kvan Edman (langdistanse) og Marie-Therese Obst var ikke tilstede. Foto: Bjørn Henriksen

Hvert år blir det tildelt midler fra Sverre Gundersens fond til våre unge fremadstormende utøvere. Dette fondet styres nå av Eirik Berge, som kunne fortelle at avkastningen siste år var 11.7 %. Klubben hadde derfor bestemt å øke utbetalingen fra 10 00 kr. til 20 00 kroner. Det var hele fem utøvere som ble belønnet, slik at det ble betalt ut 100 000 kr. De heldige vinnerne var: Markus Rooth, Sander Aae Skotheim, Tobias Grønstad, Abraham Sandvin Vogelsang og Hedda Kronstrand Kvalvåg. Vi skal ikke se bort fra at flere av disse kan kvalifisere seg til EM i München neste år.

Siste post på programmet var utnevnelsen av æresmedlemmer. I år var det bare en og han heter Eirik Berge. Eirik kom til Tjalve i 1974 og hadde en lang karriere på

banen før han gikk over i mer administrativt arbeid. Eirik ble valgt inn i styret i Tjalve i 1983. Her satt han fram til 1984. Eirik har vært aktiv med i Ridderstyret og andre utvalg. Han har de seneste årene også vært med å hjelpe til ved forskjellige arrangementer på Bislett. Vi gratulerer med utnevnelsen.

Noe tidligere på kvelden overrakte Kolbjørn Engebretsen en gave til Tjalve. Kolbjørn hadde tatt vare på en løypeprofil av Holmenkollstafetten fra tidligere tider, som han nå hadde fått rammet inn.



De heldige vinnerne av bidrag fra Sverre Gundersens fond. Fra venstre: Markus Rooth, Sander Aae Skotheim, Tobias Grønstad, Abraham Sandvin Vogelsang og Hedda Kronstrand Kvalvåg. Foto: Bjørn Henriksen



Torskeaften i bilder

Det ble tatt mange bilder på Torskeaften. Vi presenterer flere av dem her, og lar bildene tale for seg.



Torskeften i bilder forts.





Torskeften i bilder forts.



Nye Riddere av Tjalves Orden 2021



Margrethe Renstrøm

Født 21.03.1985 i Søgne. Kom til Tjalve i 2005

Norsk mester i lengde 2002, 2003, 2005, 2006, 2007, 2008 og 2009. Norsk mester i tresteg 2006 og 2007

Vant gullmedalje i ungdoms-OL i 2001. Vant bronsemedalje under EM i Helsingfors 2012 .

Har den norske rekord i lengde med 6.68 m fra EM i Barcelona 2010. Har totalt satt to norske rekorder i lengde



Susanne Wigene

Født 12.02.1978 i Haugesund. Kom til Tjalve i 2004

Norsk mester på 1500 m i 1999, 5000 m i 1998, 2004, 2005, 3000 m hinder i 2000 og 2001, 6 km terrengløp 2004, og halvmaraton 2003.

Vant sølvmedalje på 10 000 m under EM i Göteborg 2006.

Susanne var ikke tilstede under seremonien.



Eivind Henriksen

Født 14.09.1990 i Oslo. Kom til Tjalve i 2006.

Norsk mester i slegge 2010-2021. Norsk mester i kule 2021.

Vant sølvmedalje i slegge under OL i Tokyo 2020(21).

OL deltaker i London 2012.

Har den norske rekorden i slegge med 81.58 m fra OL i Tokyo 2020. Har totalt satt 11 norske rekorder i slegge.



Andreas Høiby

Født 10.02.1980 i Ski. Kom til Tjalve i 2001. Aktiv i Tjalve fram til 2014 (400 m til 800 m og 400 m hekk.).

Har løpt på Tjalves vinnerlag i Holmenkollstafetten.

Styremedlem i Tjalve 2007-2014 og 2018-.

Nye Riddere av Tjalves Orden 2021



John Ertzgaard

Født 18.06.1977 i Nairobi. Var aktiv i Tjalve 1996-1998. Norsk mester på 100 m i 2000 og 2001, 200 m 2000, 2001, 2003 og 2005, 60 m innendørs 2006, 2007 og 2008. Vant gullmedalje på 200 m under U23 EM i Göteborg i 1999. OL deltaker i Sydney 2000. Sportslig leder i Tjalve 2011-



Leif Olav Alnes

Født 29.01.1957 i Møre og Romsdal. Kom til Tjalve i 1980. Norsk mester for Tjalve på 4x100m stafett i 1980 og 1983, og 1000m stafett i 1980 og 1982. Mest kjent som trener for Einar Sagli, Geir Moen, John Ertzgaard, Karsten Warholm og Amalie Iuel. Leif Olav var ikke tilstede under seremonien.



Egil Reidar Osnes

Født 11.10.1978 i Oslo. Kom til Tjalve i 2004. Tidligere mellomdistanseløper. Styremedlem i Tjalve 2008-2018. Leder i klubben 2019-.



Thor Gjesdal

Født 17.04.62 i Bergen. Representerte Gneist og BFG Fana i sin aktive periode. Sølvmedalje i NM på 400 m hekk i 1983, 1984, 1987 og 1992. Bronsemedalje i 1988. Representerer nå IL Koll.

Eirik Berge utnevnt til æresmedlem



I forbindelse med Torskeaften/130 årsjubileet ble Eirik Berge utnevnt til nytt æresmedlem i IK Tjalve. Eirik kom til Tjalve i 1974 og har vært aktiv utøver i klubben og senere jobbet administrativt. For tiden er han ansvarlig for Sverre Gundersens fond. Foto: Bjørn Henriksen

Status æresmedlemmer pr.15.november 2021

Etternavn	Fornavn	Status	Utnevnt
Angell	Henrik A.	død	1907
Baastad	Wilhelm	død	1907
Bjerke	Asbjørn	død	1915
Gundersen	Sverre Georg	død	1925
Thorp	Gustav S.	død	1926
Brodersen	P. Bredo	død	1935
Blystad	Wilhelm	død	1938
Bagge	Fredrik Printz	død	1946
Bjerke	Hallstein	død	1946
Falchenberg	John	død	1946
Stamsø	Knut K.	død	1946
Norgren	Henning Karl	død	1950
Andersen	Peder Christian	død	1954
Vinne	Erling	død	1956
Albrechtsen	Holger	død	1965
Aukner	Odmar	død	1965
Nordlie	Otto	død	1965
Rasmussen	Eivind	død	1965
Strømme	Fridtjov	død	1965
Tandberg	Reidar	død	1965
Boysen	Audun	død	1970
Faafeng	Andreas	død	1970
Gulliksen	Petter	død	1970
Helstad	Gunnar	død	1970
Hemsvik	Jan	død	1970
Henriksen	Johan	død	1970
Ruud	Thoralf	død	1970
Sandvig	Oskar	død	1970
Bech	Anton	død	1980
Gustavson	Egil	død	1980

Riung	Olav	død	1980
Sæves	Kolbjørn	død	1980
Vade	Bjørn	død	1980
Adler	Roar	død	1990
Briseid	Torbjørn	lever	1990
Bunæs	Carl Fredrik	lever	1990
Falch	Reidar	lever	1990
Nytrø	Arne	død	1990
Sandvig	Ole Petter	lever	1990
Enoksen	Eystein	lever	2005
Johnsen	Ole Kristian	lever	2005
Kaurin	Willy Spencer	død	2005
Kvalheim	Arne	lever	2005
Moe	Jan Jørgen	lever	2005
Nilsen	Odd	lever	2005
Nordlie	Haavard	lever	2005
Sletholt	Per	lever	2005
Berglund	Bjørn	lever	2010
Kvalheim	Knut	lever	2010
Myrtun	Kjetil	lever	2010
Lilleberg	Svein	lever	2015
Hole	Iver	lever	2015
Søndenå	Svein	lever	2015
Holmen	Ada	død	2015
Hansen	Omar Ragnvald	lever	2015
Johnson	Tor	lever	2015
Berge	Eirik	lever	2020/21

Status gullmerke pr.15.november 2021

1950 Holger Albrechtsen
 Per Chr. Andersen
 Andreas Faafeng
 Sverre Gundersen
 Johan Hellum
 Gunnar Helstad
 Johan Henriksen
 Trygve Høgberg
 Otto Nordlie
 Henning Norgren
 Eivind Rasmussen
 Thoralf Ruud
 Oscar Sandvig
 Arne Skonhoft
 Erling Vinne
 Petter Gulliksen
 1951 Erling Kaas
 1952 Odmar Aukner
 1953 Bjørn Vade
 Roar Adler
 Arthur Høglund
 1954 Erling A. Nordlie
 1955 Bjarne Mellbye
 1956 Fridtjov Strømme
 1957 Audun Boysen
 1958 Reidar Tandberg
 1959 Nils Schaug

1960 Jan Hemsvik
 1961 Kolbjørn Sæves
 1962 Erling P. Berger
 1963 Carl Fr. Bunæs
 1964 Anton Bech
 1965 Roar Berthelsen
 Reidar Olafsen
 Olav B. Riung
 1966 Per Haugs
 1967 Willy Rasmussen
 1968 Egil Gustavsen
 1969 Bjørn Bogerud
 1970 Reidar Falch
 1971 Arne Kvalheim
 Terje S.-Nielsen
 Harald Lorentzen
 1972 Ole Petter Sandvig
 1973 Iver Hole
 1974 Torbjørn Briseid
 1975 Ragnar Skautvedt
 1976 Knut Kvalheim
 Leif Roar Falkum
 Arne Nytrø
 1977 Ole Kr. Johnsen
 1978 Åge Galgerud
 1979 Harald Ødegaard

1980 Leif Arne Ekeheien
 Bjørn Berglund
 Willy Kaurin
 1981 Eystein Enoksen
 1982 Reidar Lorentzen
 1983 Eirik Berge
 1984 Arild Kelm
 1985 Jan Jørgen Moe
 1986 Jan Christoffersen
 1987 Odd Nilsen
 1988 Haavard Nordlie
 1989 Einar Sagli
 1990 Anne Thidemann
 Helge Pharo
 Per Sletholt
 1991 Svein Søndenå
 1992 Svein Lilleberg
 1993 Kjetil Myrtun
 1994 Steinar Hoen
 1995 Tore Teigen
 1996 Tor Johnsen
 1997 Bodil Lis Larsen

Gullmerket er lagt ned som utmerkelse fra 2018. Det er heller ikke delt ut noe merke de siste 20 årene.

Årets klubbmestere

Kvinner

Sprint/hekk:

Mellomdistanse:

Langdistanse:

Hopp:

Kast:

Amalie Iuel

Hedda Hynne

Karoline Bjerkeli Grøvdal

Hedda Kronstrand Kvalvåg

Marie-Therese Obst

Menn

Sprint:

Mellomdistanse:

Langdistanse:

Hopp:

Kast:

Mangekamp:

Kenny Emi Tijani-Ajayi

Tobias Grønstad

Ferdinand Kvan Edman

Sander Aae Skotheim

Eivind Henriksen

Markus Rooth

Utarbeidet av Kjetil Myrtun og Jan Jørgen Moe

Landslagene 2022

Strategiplanen for Norsk Friidrett 2021-2025 har som et av tre hovedmål følgende: Norsk Friidrett skal utvikle utøvere som tar medaljer i internasjonale seniormesterskap. Det er kun 18- og 19-åringer som er tatt ut på juniorlandslaget. Dette er for å følge det strategiske målet 2021-2025 (vedtatt på Tinget i mai 2021).

Forbundet ønsker at utøvere som ligger tett opp under krav og ønsker å bli med på samlingene for å lære, kan få mulighet til å hospitere på samlingene. Det gjelder spesielt de unge utøverne som er født i 2005.

Følgende utøvere fra Tjalve/IL Koll er tatt ut på laget for 2022 (Trenere i parentes).

U20 Sprint og hekk

Kenny Emi Tijani-Ajayi (03), IL Koll (Eirik Røe)

U20 Mangekamp

Abraham Sandvin Vogelsang (03), IL Koll (Eirik Røe)

Et viktig ledd i denne prosessen er å ha et U23 landslag for yngre lovende seniorer. På dette laget har følgende utøvere fra Tjalve fått plass (trenere i parentes).

U23 landslaget mellom og langdistanse

Luca Thompson (00), (John Ertzgaard)

Selma Løchen Engdahl (01), (Eirik Førde)

Tobias Grønstad (02), (Pål Grønstad)

U23 landslaget sprint og hekk

Kaitesi Ertzgaard (00), (John Ertzgaard)

Lakeri Ertzgaard (02), (John Ertzgaard)

U23 landslaget mangekamp

Markus Rooth (01), (Espen Rooth)

Sander Aae Skotheim (02), IL Koll (Eirik Røe)

U23 landslaget hopp

Hedda Kronstrand Kvalvåg (02), IL Koll (Dan Simion)



Kenny Emi Tijani-Ajayi



Abraham Sandvin Vogelsang

Mellom/langdistanse:

Karoline Bjerkeli Grøvdal

Hedda Hynne

Den store overraskelsen er at Marcus Thomsen har meldt overgang til Norna-Salhus fra 01.01.2022. Han er derfor ikke tatt med i denne oversikten. Marcus har flyttet til Bergen sammen med sine foreldre og velger derfor en lokal klubb. Da han har sin trener i Sverige kunne han like godt blitt værende i Tjalve etter undertegnendes mening.

Ellers har hekk blitt en teknisk øvelse og legges inn sammen med hopp og kast.

Vår spydkaster Sigrid Borge er borte fra landslaget og det er heller ikke funnet plass til Marie-Therese Obst. Etter det hun har prestert i år burde det hvert en selvfølge. Begge disse har store muligheter til å kvalifisere seg til EM i München (62.50 m). Sigrid har hatt skadeproblemer i hele 2021, men er i framgang.

Etter min mening er det flere andre på dette laget som ikke har noe der å gjøre, uten å komme inn på navn. Det virker som om Forbundet ønsker å la flere utøvere få sjansen på et høyere nivå. Da burde også våre spydkastere vært med.

Bjørn Henriksen

SENIORLANDSLAGET 2022



ETT LAG

TRE GRUPPERINGER

- TEKNISK
- MELLOM- OG LANGDISTANSE
- PARAFRIIDRETT

Som man kan se av plakaten er seniorlandslaget for 2022 delt i tre grupperinger.

I de **tekniske øvelsene** har følgende Tjalveutøvere fått plass:

Eivind Henriksen

Amalie Iuel

Utøverprofiler sprint

Da har vi tenkt å prøve oss på noe nytt. Vi har laget noe vi kaller utøverprofiler på en del utøvere. Profilen følger utøveren fra den spede begynnelse fram til siste sesong vedkommende var aktiv. Her får man tider oppnådd hvert år, plasseringer på Norgesstatistikken og medaljer vunnet i norske mesterskap.

Vi har startet med noen av sprinterne som var aktive på 50, 60 og 70-tallet, og vil utvide etter hvert med utøvere i yngre generasjoner. Det finnes også profiler på utøvere i mellom/langdistanse, hopp og kast. Vi håper dette vil være av interesse.

	1955	1956	1957	1958	1959	1960	1961	1962	1963	1964	1965	1966	1967
100 m	11.0	10.7	10.4	10.6	10.4	10.4	10.4	10.5	10.5	10.6	10.5		
Statistikk	7	3	2	2	1	1	1	1	1	2	1		
Medalje NM													
200m	21.8	21.3	21.6	21.0	20.9	21.0	21.0	21.2	21.2	21.1	21.0	21.4	
Statistikk	3	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
Medalje NM													
400 m				49.1	48.5	47.3	47.6	47.5	46.6	46.7	46.9	47.4	
Statistikk				6	5	1	1	1	1	1	1	1	
Medalje NM													
4x100 m	42.6	42.9			41.7		40.9	42.3	42.2	41.8	42.4	42.4	42.3
Statistikk	1	1			1		1	1	1	1	1	1	2
Medalje NM													
4x400 m					3:17.8	3:18.8	3:18.6	3:16.4	3:19.1	3:16.6	3:15.8	3:17.2	
Statistikk					1	1	1	1	1	1	1	1	
Medalje NM													
1000 m	1:57.8	1:56.4			1:56.2	1:56.5	1:55.2	1:56.0	1:56.7	1:56.8	1:56.4	1:56.2	
Statistikk	1	1			1	1	1	1	1	2	1	1	
Medalje NM													

Carl Fredrik Bunæs: Født 16.10.1939 i Drammen. Vant 18 individuelle NM-medaljer på 100 m, 200 m og 400 m. I tillegg har han vunnet 27 gullmedaljer i stafett for Tjalve. Vant kongepokalen i 1960. Tildelt Forbundets gullmedalje i 1964. OL deltaker i Roma 1960. Løp på laget som i 1961 satte norsk rekord på 4x100 m med tiden 40.9.

	1954	1955	1956	1957	1958	1959	1960	1961	1962	1963
100m	11.0	10.9	10.9	10.9		10.9	10.8	10.8	11.0	11.0
Statistikk	10	4	6	6		8	3	4	15	19
Medalje NM										
200m				23.1		22.1	22.1	22.0	22.3	22.3
Statistikk				43		7	6	4	12	13
Medalje NM										
400m				50.4		49.7	50.5		50.2	50.2
Statistikk				17		14	24		19	28
4x100 m			42.6			41.7	43.3	40.9	42.3	
Statistikk			1			1	1	1	1	
Medalje NM										
4x400 m						3:17.9	3:18.8		3:16.4	
Statistikk						1	1		1	
Medalje NM										
1000 m			1:57.8	1:56.4		1:56.2	1:56.5	1:55.2	1:56.0	1:56.7
Statistikk			1	1		1	1	1	1	1
Medalje NM										

Ivar Saunes: Født 09.12.1937 i Oslo. Tre individuelle medaljer på 100 m i NM, to på 200m. 14 gullmedaljer i stafetter for Tjalve. Løp på 4x100 m laget som i 1961 satte norsk rekord med tiden 40.9.

Utøverprofiler sprint forts.

	1955	1956	1957	1958	1959	1960	1961	1962	1963
100m	11.5	11.0	11.0	10.8	10.9 (10.4)	11.0	10.8	10.9	
Statistikk		19	13	5	8 (1)	18	4	5	
200m			22.0	22.1	21.8	22.1	21.9	22.0	
Statistikk			4	5	3	6	2	3	
400m				50.3	49.4	48.7	48.9		
Statistikk				15	12	4	7		
Medalje NM									
400m hekk				57.9		56.7	53.7		
Statistikk				29		18	3		
Medalje NM									
Lengde	6.24	6.52	7.04	7.00	7.21	6.92	7.04	6.75	
Statistikk		46	4	5	2	11	9	35	
Medalje NM									
4x100 m		42.6	42.9	43.2	41.5		40.9	42.3	42.2
Statistikk		1	1	1	1		1	1	1
Medalje NM									
4x400 m					3:21.7		3:18.6	3:16.4	
Statistikk							1	1	
Medalje NM									
1000 m		1:58.8		1:57.9	1:56.2	1:56.5	1:55.2	1:56.0	
Statistikk				1	1	1	1	1	
Medalje NM									

Bjørn Berglund: Født 22.04.1938 i Oslo. To individuelle medaljer i NM, en på 400 m og en i lengde. 14 gullmedaljer i diverse stafetter for Tjalve. Løp på laget som i 1961 satte norsk rekord på 4x100 m med tiden 40.9.

Utøverprofiler mellom/langdistanse

	1947	1948	1949	1950	1951	1952	1953	1954	1955	1956	1957	1958
400m	50.4	50.8	50.2	49.2	49.7	49.3	48.8	49.3	47.4	48.4	49.8	50.4
Statistikk	8	6	4	1	1	1	1	6	1	1	8	17
Medalje NM												
800m	2:03.7	1:53.3	1:54.8	1:48.7	1:50.4	1:48.2	1:48.9	1:47.4	1:45.9	1:46.4	1:47.3	1:47.6
Statistikk	98	2	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Medalje NM												
1500m			4:03.4		3:50.2	3:48.6	3:48.2	3:44.2	3:48.0	3:46.6	3:45.1	3:55.2
Statistikk			14		1	1	1	1	1	2	2	10
Medalje NM												
4x100m				44.3	43.5				43.0	43.4		
Statistikk												
Medalje NM												
4x400m				3:25.8				3:22.8	3:19.8	3:21.2	3:20.4	
Statistikk				1				1	1	1	1	
Medalje NM												
1000m				2:00.7				1:57.0		1:57.8	1:56.4	
Statistikk				1				1		1	1	
Medalje NM												
4x1500m			16:25.4					16:32.4	16:26.4	15:57.2	16:13.0	
Statistikk			1					1		1	1	
Medalje NM												

Audun Boysen: Født 10.05.1929 i Bjarkøy. Død 02.03.2000 i Oslo. 14 individuelle gullmedaljer i norske mesterskap. Tildelt kongepokalen i 1955. Tildelt Forbundets gullmedalje samme år. Vant bronsemedalje i OL 1956 i Melbourne (800 m). Vant sølvmedalje under EM i Stockholm 1958 og bronsemedalje under EM i Bern 1954 også på 800m. Satte i 1955 norsk rekord på 800m med tiden 1:45.9. Rekorden stod fram til Atle Douglas løp på 1:45.15 i 1992.

Utøverprofiler mellom/langdistanse forts.

	1939	1940	1941-1944	1945	1946	1947	1948	1949	1950	1951
100 m	11.2	10.8	11.0		11.1	11.0	11.1		10.9	11.1
Statistikk	38	2	6		10	6	22		4	9
200 m		22.9		22.8	22.6			22.6	22.4	
Statistikk		4		1	3			5	3	
400 m			49.2	49.3	48.9	49.0	48.6	49.6	50.9	51.1
Statistikk			1	1	1	1	1	2	11	11
Medalje NM										
800 m					1:52.2	1:52.2	1:51.2	1:53.0	1:56.6	
Statistikk					1	1	1	2	13	
Medalje NM										

Bjørn Vade: Født 02.05 1922 i Oslo. Død 30.05.2006 samme sted.

Seks individuelle gullmedaljer i norske mesterskap. Tildelt Forbundets gullmedalje 1950. OL deltaker i London 1948. Fikk mye av karrieren ødelagt grunnet 2.verdenskrig.

	1962	1963	1964	1965	1966	1967	1968	1969	1970
800m	1:57.6	1:53.6	1:53.2	1:49.5	1:49.0	1:48.7	1:50.1		1:50.7
Statistikk		15	15	1	1	1	6		3
Medalje NM									
1500m	4:04.8	3:56.1	3:49.0	3:45.9	3:42.1	3:40.4	3:38.5	3:40.4	3:39.6
Statistikk		24	7	3	2	1	1	1	1
Medalje NM									
5000m						14:04.4	13:46.4	13:46.4	13:42.4
Statistikk						2	1	1	2
Medalje NM									
10 000m								29:37.6	
Statistikk								3	
4x400m				3:15.8	3:17.2	3:17.1			
Statistikk				1	1	2			
Medalje NM									
4x1500m		16:05.0		15:28.4		15:18.8		15:24.8	15:40.6
Statistikk		2		1		1		1	1
Medalje NM									

	1971	1972	1973	1974	1975	1976	1977	1978	1979	1980
800m		1:52.8								
Statistikk		17								
Medalje NM										
1500m	3:40.5	3:42.3	3:40.3	3:40.4	3:45.9					
Statistikk	1	2	2	1	3					
Medalje NM										
5000m	13:52.0	13:58.8	13:30.4	13:26.4		13:59.0	13:40.1	13:53.5	13:52.6	
Statistikk	3	4	1	3		4	2	5	6	
Medalje NM										
10 000m		29:23.8		28:47.0						30:06.9
Statistikk		5		4						24
4x1500m		15:38.0			15:34.4			15:23.8		
Statistikk		2			1			2		
Medalje NM										

Arne Kvalheim: Født 25.04.1945 i Hønefoss.

Ti individuelle gullmedaljer i norske mesterskap på bane og i terreng. Tildelt kongepokalen i 1969. Tildelt Forbundets gullmedalje i 1971. Deltok i OL 1968 i Mexico city på 1500 m, hvor han kom til semifinale. 6.plass på 5000 m under EM i Roma i 1974. Boikottet EM i Athen i 1969.



NorgesGruppen



VI TAR STAFETTPINNEN!

NorgesGruppen er ny hovedsponsor av Holmenkollstafetten. Vi er opptatt av mangfold og at alle skal med. I fjor var vi største bedrift med over 100 deltakende lag.

Det er to ting som er viktig for folkehelsen vår:
Fysisk aktivitet og et sunt kosthold.

Sammen med Holmenkollstafetten skal vi gjøre en felles innsats for en sunnere og mer aktiv hverdag.



IONIQ 5.



HYUNDAI

Utøverprofiler hopp

	1951	1952	1953	1954	1955	1956	1957	1958	1959	1960	1961	1962
Lengde	6.45	6.89	7.03	7.32	7.24	7.46	7.32	7.44	7.62	7.58	7.47	7.12
Statistikk	50	6	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2
Medalje NM												
4x100m							42.9	43.2				
Statistikk							1	1				
Medalje NM												
1000m							1:58.7		1:59.5			
Statistikk							2		2			
Medalje NM												

Roar Berthelsen. Født 03.11.1934 i Mandal. Død 01.08.1990 i Bergen.

Fire gullmedaljer i NM i lengde. OL deltaker i Roma 1960. Tildelt Forbundets gullmedalje i 1962.

Norsk rekord i lengde med 7.62 m i 1959. Rekorden stod fram til 1968 da Terje Haugland hoppet 7.78 m.

	1966	1967	1968	1969	1970	1971	1972	1973	1974	1975	1976	1977	1978	1979	1980	1981
Høyde	1.83	1.87	1.90	1.96	2.01	2.10	2.12	2.17	2.19	2.14	2.20	2.13	2.16	2.00	2.05	1.95
Statistikk	48	26	19	9	4	1	1	1	11	3	1	2	2	17	9	47
Medalje NM																
Tresteg		14.04	14.13	14.25	13.61	14.00		14.58	14.94	14.58	13.63		13.85			
Statistikk		25	29	14	52	33		10	11	15	41		26			

Leif Roar Falkum: Født 23.06.1949 i Sunndal.

Fem gullmedaljer i NM i høyde. Har vunnet kongepokalen tre ganger. Tildelt Forbundets gullmedalje i 1980. 6.plass i EM i Roma 1974. 14.plass i OL i Montreal 1976.

	1986	1987	1988	1989	1990	1991	1992	1993	1994	1995	1996	1997	1998	1999	2000
Høyde	1.91	1.96	1.07	2.17	2.17	2.27	2.30	2.32	2.35	2.35	2.32	2.36	2.30	2.25	2.21
Statistikk	60	33	10	3	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Medalje NM															
Lengde				6.46	6.63	6.94	6.92	7.35				6.96			
Statistikk				70	39	9	15	3				15			
Tresteg				14.46	14.15					15.70			15.06	15.12	
Statistikk				14	17					3			4	4	

Steinar Hoen: Født 08.02.1971 i Oslo.

Syv gullmedaljer i NM i høyde. Har vunnet kongepokalen to ganger. Tildelt Forbundets gullmedalje i 1995. Første Tjallvist til å vinne et internasjonalt mesterskap da han ble Europamester i høyde i 1994. Vant bronsemedalje innendørs i 1996 i Stockholm. 5.plass i OL 1996 i Atlanta. Deltok også i OL i Barcelona 1992.

Gjeldende norsk rekordholder i øvelsen med 2.36 m fra 1997.

	1998	1999	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007
Lengde	5.21	5.38	5.74	6.15	6.08	6.10	6.06	6.11	6.32	6.33
Statistikk	35	21	10	12	1	2	3	1	1	2
Medalje NM										
Tresteg	10.48	11.45	11.91	12.39	11.75	12.88	12.03	13.03	13.25	12.99
Statistikk	55	13	11	6	13	4	6	4	1	1
Medalje NM										

	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017
Lengde	6.33	6.64	6.68	6.53	6.67		5.94	6.35	6.42	5.77
Statistikk	1	1	1	1	1		5	2	2	9
Medalje NM										
Tresteg	12.62									
Statistikk	4									
Medalje NM										

Margrethe Renstrøm: Født 21.03.1985 i Søgne.

Ni gullmedaljer i NM i øvelsene lengde og tresteg. Vant bronsemedalje i lengde under EM i Helsingfors 2012. OL deltaker i London 2012, men ble skadet under oppvarmingen.

Utøverprofiler kast

	1973	1974	1975	1976	1977	1978	1979	1980	1981	1982	1983	1984	1985
Kule		14.59	15.21	16.48	17.17	17.68	18.12	16.94		16.21			15.67
Statistikk		26	14	6	6	3	3	6		8			20
Medalje NM													
Diskos	46.70	50.38	55.18	57.54	60.74	62.42	64.42	66.34	60.84	68.00	55.72	63.82	67.36
Statistikk	17	9	4	2	2	2	2	2	2	1	5	3	2
Medalje NM													

	1986	1987	1988	1989	1990	1991	1992	1993	1994	1995	1996	1997	1998
Kule	15.01	16.13	17.51	15.99	15.41								
Statistikk	25	11	6	17	21								
Medalje NM													
Diskos	66.48	67.70	64.30	63.88	62.00	63.62	63.54	61.38	63.66	63.50	64.22	60.82	60.36
Statistikk	2	1	3	3	2	1	2	1	1	1	1	4	4
Medalje NM													

	1999	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009
Kule											
Statistikk											
Medalje NM											
Diskos	62.57	61.57		55.40	56.12	55.11	55.75	53.88	51.77	51.49	54.40
Statistikk	3	4		4	6	5	2	2	4	6	4
Medalje NM											

Svein Inge Valvik: Født 20.09.1956 i Bærum.

Ni individuelle gullmedaljer i NM i diskos. Tildelt Forbundets gullmedalje i 1994. OL deltaker i 1988 og 1996. VM deltaker i Roma 1987, Tokyo 1991 og Göteborg 1994. 7.plass i EM 1994 i Helsingfors. Aktiv over 37 sesonger og er Norges nest beste diskoskaster gjennom alle tider.

	1990	1991	1992	1993	1994	1995	1996	1997	1998	1999	2000	2001	2002	2003
Kule	9.93	10.97	12.37	12.51	12.95	12.40	12.34	12.68	12.40	12.98	13.27	13.11	13.35	13.24
Statistikk	88	43	15	10	7	8	9	6	6	7	4	3	4	4
Medalje NM														
Diskos	36.12	38.82	41.48	46.12	51.46	50.54	48.50	51.46	53.08	56.76	54.26	55.15	54.55	59.48
Statistikk	29	22	10	4	2	3	4	3	2	2	2	1	1	1
Medalje NM														

	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018
Kule	13.40	13.21	13.01	12.42	12.52	12.56	12.70	11.87	12.50	11.91	12.13	11.44		10.70	
Statistikk	4	4	4	7	6	7	5	9	10	14	10	15		28	
Medalje NM															
Diskos	58.70	58.23	57.21	55.48	57.19	57.45	56.15	56.58	55.67	52.63	56.10	52.21	52.20	49.81	50.29
Statistikk	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2
Medalje NM															

Grete Etholm: Født 25.01.1976 i Notodden.

17 gullmedaljer i NM i diskos. Tildelt Forbundets gullmedalje i 2010. Tildelt kongepokalen i 2004. EM deltaker i Göteborg 2006, Barcelona 2010 og Zürich 2014.

	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
Slegge	44.30	51.96	60.51	62.69	69.07	72.86	74.59	75.57	73.27	71.70	71.84	74.97	74.27	76.86	78.25	76.40	81.58
Statistikk	21	7	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Medalje NM																	
Diskos	39.35	41.25	45.50	49.35	50.49	53.16	50.63	50.15	47.41	46.41	51.46	46.36	52.46			52.83	53.41
Statistikk	27	21	18	12	7	4	5	4	9	12	7	8	6			4	4
Medalje NM																	
Kule		11.07			12.97	14.00	14.58	14.64	13.89					15.09			15.47
Statistikk		85			23	17	8	12	12					5			3
Medalje NM																	

Eivind Henriksen: Født 14.09.1990 i Oslo.

13 ganger norske mester i slegge (12) og kule (1). Tildelt Forbundets gullmedalje i 2020. Vant sølvmedalje under OL i Tokyo 2020. OL deltaker i London 2012. 5.plass i EM 2019 i Berlin. 6.plass i VM i Doha 2019. Innehaver av gjeldene norsk rekord i slegge.

Mestvinnende utøvere i NM friidrett kvinner og menn

Utøver	Klubber	Gull	Sølv	Bronse	Totalt	Øvelser
Jorun Nygaard	IL BUL	39	12	11	62	Sprint, 100m hekk, lengde, mangekamp, kule
Grete Waitz	SK Vidar	33	4	0	37	800m, 1500m, 3000m, 4km terreng, 10km terreng
Berit Berthelsen	Hakadal IL, IL Tyrving	30	4	4	38	100m, 200m, 400m, 100m hekk, lengde
Ingrid Kristiansen	IL BUL, IL Skjalg, SK Freidig	24	15	3	42	1500m, 3000m, 5000m, halvmaraton, 2/4/6km terreng
Mona Evjen	IL BUL, Bodø og Omegn IF	21	3	1	25	100m, 200m, 400m
Sølvi Olsen Meinseth	IL Gular, Lia IL, Sørild FIK, SK Vidar	20	6	0	26	100m, 200m, 400m
Mette Bergmann	SK Vidar, Fredrikstad IF	18	2	3	23	Diskos, slegge
Grete Etholm	SK Snøgg, IK Tjalve	17	5	6	28	Kule, diskos
Hanne Haugland	IL BUL, SK Vidar, Minerva, Haugesund	16	3	3	22	Høyde, lengde, tresteg
Hilde Fredriksen	Grorud IL, IK Tjalve, Oslo IL	16	2	3	21	100m hekk, 400m hekk, lengde
Karoline Bjerkeli Grøvdal	Isfjorden IL, SK Vidar, IK Tjalve	15	0	0	15	1500m, 5000m, 3000m hinder, 2km terreng, 6km terreng
Kirsti Jordet	IL Follogutane, Røros IL, IL BUL	14	9	6	29	Kule, diskos, slengball, høyde, høyde u/t, lengde u/t, spyd, 3-kamp
Trine Hattestad	Minerva, Ski IL	14	2	0	16	Spyd
Ezinne Okparaebbo	IL BUL	14	1	0	15	100m
Grete Bjørdalsbakke	Ørsta IL	12	3	5	20	Høyde, høyde u/t, lengde u/t
Lene Espegren	IK Tjalve, SK Vidar, Lillesand IL	12	3	2	17	Lengde, tresteg
Mari Bjøne	IL BUL, Lillehammer IF	11	3	4	18	400m, 400m hekk
Anne Brit Skjæveland	Sandnes IL, Minerva	10	11	6	27	100m hekk, lengde, 7-kamp
Reidun Buer	IL BUL	10	4	0	14	100m, 200m
Susanne Wigene	SK Vidar, Haugesund IL, IL Runar, IK Tjalve	10	3	1	14	1500m, 5000m, 3000m hinder, halvmaraton, 2km terreng, 6km terreng
Cathrine Larsåsen	IL BUL	10	1	0	11	Stav

Fire av våre kvinnelige utøvere er å finne på topp 20 lista over mestvinnende utøvere i NM gjennom tidene. Grete Etholm er best av våre kvinner med 17 gull.

Ti av våre mannlige utøvere er å finne på topp 30 lista over mestvinnende utøvere i NM gjennom alle tider. Carl Fredrik Bunæs er best av de mannlige med 18 gull.

Utøver	Klubber	Gull	Sølv	Bronse	Totalt	Øvelser
Knut Hjeltnes	IL Gular, Bergen FIK	20	3	1	24	Kule, diskos, spyd
Geir Moen	Moss IL	18	5	4	27	100m, 200m
Carl Fredrik Bunæs	IK Tjalve	18	1	2	21	100m, 200m, 400m
Johan Chr. Evandt	Bergens Turn, Oslo Turn	17	1	0	18	Høyde u/t, lengde u/t
Oscar Guttormsen	IF Ørnulf	16	7	10	33	100m, 400m, 110m hekk, høyde, lengde, tresteg, stav, kule
Kristen Fløgstad	IF Søgne, IL BUL	16	7	5	28	Lengde, tresteg
Knut Kvalheim	IK Tjalve	16	3	2	21	1500m, 5000m, 10 000m, 3000m hinder, 10km terrengløp
Audun Boysen	IK Tjalve, Torodd IF	15	0	1	16	400m, 800m, 1500m
Jim Svenøy	Fræna FIK, SK Vidar	14	4	0	18	1500m, 3000m hinder
Martin Stokken	Selsbakk IF, TIF Viking	14	3	0	17	5000m, 10 000m, 3000m hinder
Karsten Warholm	Dimna IL	14	2	0	16	400m, 100m hekk, 400m hekk, lengde
Eivind Henriksen	IK Tjalve	13	3	4	20	Kule, diskos, slegge
Konrad Hauge	Torodd IF, IL Norrøna, OPIL	13	3	4	20	110m hekk, 400m hekk
Johan Hellum	IK Tjalve	13	2	9	24	Kule, diskos, slegge, spyd, 10-kamp
Bjørn Bang Andersen	IL BUL	12	10	1	23	Kule
Øistein Saksvik	Ranheim IL	12	7	0	19	5000m, 10 000m, 3 km terreng
Jan Gulbrandsen	SK Vidar	12	6	0	18	110m hekk, 400m hekk, 10-kamp
Ernst Larsen	Ranheim IL, SK Wing	12	4	1	17	5000m, 10 000m, 3000m hinder, 3km terreng
Sverre Strandli	Sarpsborg IL, Brandval IL, Torshaug IF, Froland IL	12	4	1	17	Kule, slegge
Stein Haugen	Vinstra IL, IL BUL	11	8	6	25	Kule, diskos, 5-kamp
Atle Douglas	SK Vidar, Bergen FIK, BFG Fana, IL Gular, IL Norna-Salhus	11	3	1	15	400m, 800m
Hjalmar Johannsen	SK Freidig, Oslo Turn	11	3	0	14	400m, 800m
Trond Barthel	Gjøvik FIK	11	3	0	14	Stav
Urige Buta	Haugesund IL	11	1	1	13	10 000m, halvmaraton, 10 km terreng
Karl J. Rasmussen	Haugesund IL	11	0	1	12	10 000m, halvmaraton, 10km terreng
Arne Kvalheim	IK Tjalve	10	5	2	17	800m, 1500m, 5000m, 3km terreng
Thor Helland	IL BUL	10	5	1	16	1500m, 5000m, 10 000m, 3km terreng
Charles Hoff	Torshaug IF	10	4	1	15	200m, 400m, tresteg, stav
Aham Okeke	IL BUL, IK Tjalve	10	3	6	19	100m, 200m
Gjørn Sørli	IK Tjalve, Egersunds IK	10	3	2	15	Kule, diskos
Arild Bredholt	Rakkestad IF	10	2	2	14	10-kamp
Einar Sagli	IK Tjalve	10	1	1	12	100m, 200m, lengde
Svein Inge Valvik	SK Vidar, IF Kamp-Vestheim, IK Tjalve, Urædd IL	9	8	7	24	Kule, diskos

Per Sletholt 75 år



Per Sletholt fylte 75 år 11. november. Vi gratulerer!

Per Sletholt meldte seg inn i IK Tjalve 2. mars 1970. Han hadde tidligere representert IK Grand og Romerikslaget og hadde allerede solide perser i sprint.

Per var en svært allsidig idrettsmann med både fotball og ishockey på «programmet», men det var i friidrett han leverte de beste prestasjonene. I 1967 løp han 200 m på 22.1 og var nr. 5 på norskestatistikken det året. I 1976, som medlem av Tjalve, løp han 100 m på 10.9 og 200 m på 22.7. I 1996 i Stanghallen, kort før han fylte 50 år, løp Per 60 m på 7.68. Dette er en rekord som flere har forsøkt å slå – ikke minst Johnny Brenna som har beskrevet dette i boken «60-meteren – kampen mot klokka». Det er en imponerende prestasjon – egentlig helt uavhengig av alder, men i en alder av 50, da gitt!

Per ble ganske tidlig engasjert i Holmenkollstafetten – først og fremst i arbeidet med innbydelsen til stafetten og stafettens program. I denne sammenhengen jobbet Per med annonseakvisisjon og arbeidet med å skaffe klubben og stafetten sponsorer.

Per spilte en stadig viktigere rolle i utviklingen av stafetten og var også engasjert i driften av klubben. Det var derfor en naturlig konsekvens av dette omfattende engasjementet at Per Sletholt i 1999 ble spurt om å bli Tjalves nye formann da Odd Bergh takket for seg. Per var ingen novise når det gjaldt klubbdrift; han hadde i mange år på ulike måter vært involvert i Bekkelaget Sportsklubb.

Da Per overtok som formann, hadde deltakelsen i Holmenkollstafetten sunket noen år – på linje med mange andre av datidens løpsarrangement. Den store løpsbølgen så ut til å være over. For IK Tjalve med Holmenkollstafetten som den største inntektskilden, kunne denne nedgangen føre til store omveltninger i drift og i idrettslig satsing.

Fra det foreløpige toppåret i 1993 med 2456 påmeldte lag hadde deltakelsen sunket til 1523 lag i 2000 – og flere og flere lag «forsvant» også de neste årene. Det tok tid – og

ikke minst mye arbeid og gode idedugnader – å snu trenden. Bunnen ble nådd i 2005 med bare 788 lag! Per og de som var sterkest involvert, begynte å merke at arbeidet bar frukter.

Denne statistikken taler vel for seg:

2007:	1066 lag
2010:	1868 lag
2012:	2752 lag
2015:	3291 lag
2016:	2867 lag
2017:	3107 lag
2018:	3131 lag

Per er en mann med mange ideer og med betydelig innsikt i markedsføring. Hans første viktige oppgave og satsingsmål var derfor helt naturlig: Stanse nedgangen i stafettens deltakelse – og få stafetten tilbake til nye høyder.

Det tok riktignok noen år å få snudd trenden, men Per, i samarbeid med klubbens kontor, lyktes virkelig med å få stafetten opp i nye høyder, slik oversikten over viser, og selv om også andre arrangement opplevde økt deltakelse er det ingen tvil om at Pers ideer og innsats gjorde at stafetten vår vokste langt raskere og sterkere enn andre liknende arrangement.

Den økte deltakelsen – og ikke minst det store antall lag de siste årene – har styrket klubbens økonomi i betydelig grad og dessuten muliggjort en økt profesjonalisering og modernisering av stafetten – med storskjerm på stadion og i løypa, live streaming etc.

Parallelt med utviklingen av Holmenkollstafetten ble selv sagt også driften av klubben videreutviklet. Vi fikk en økonomisk ryggrad som gjorde det mulig å styrke bemanningen på kontoret, tilsette en idrettslig leder og nylig også en arrangementskoordinator i tillegg til den daglige lederen. Tjalves sterke stilling i spissen for norsk friidrett gjennom nær sagt alle år skyldes i høy grad den gode og stabile ledelsen klubben har hatt – ikke minst representert med Pers 18 år som klubbens formann – i tillegg til den betydningen en solid klubbøkonomi har. I 2018 overlot han styreleder jobben til Svein Søndena.

Selv om Per ikke lenger sitter i styret i klubben er han fortsatt meget aktiv i arbeidet rundt Holmenkollstafetten.

Per ble slått til Ridder av Tjalves Orden i 1981. Han ble tildelt klubbens gullmerke i 1990 og utnevnt til æresmedlem i 2005.

Som sikkert mange allerede vet er Per innehaver av PS sport på Ensjo. Her kan man kjøpe Mizuno produkter til sterkt reduserte priser.

Vi ønsker Per lykke til videre.

Svein Lilleberg/Bjørn Henriksen

Lagserien 2021: IK Tjalve vant klassen for menn

1	IK Tjalve	(30/16)	27 738	(1)	Oslo
2	Sandnes IL	(30/14)	24 677	(2)	Rogaland
3	IL Gneist	(30/13)	24 422	(3)	Hordaland
4	IL Tyrving	(30/17)	22 823	(8)	Akershus
5	Tønsberg FIK	(30/15)	21 960	(6)	Vestfold
6	IL Norna-Salhus	(28/16)	21 701	(4)	Hordaland
7	IL i BUL	(27/16)	20 845	(3/2d)	Oslo
8	Ullensaker/Kisa IL	(30/15)	20 255	(4/2d)	Akershus
9	Stord IL	(30/15)	20 212	(2/2d)	Hordaland
10	Nittedal IL	(30/14)	19 931	(9)	Akershus
11	IK Tjalve 2. lag	(29/15)	19 782	(10)	Oslo
12	Dimna IL	(28/11)	19 113	(5)	Møre og Romsdal
13	Fana IL	(26/17)	19 028	(7)	Hordaland
14	SK Vidar	(22/14)	18 214	(1/2d)	Oslo

OBLIGATORISKE ØVELSER

ØVELSE	NAVN	FØDT ÅR	RESULTAT	POENG	STED DATO	
100m	Kenny Emi Tijani-Ajayi	2003	10.73	913	Trondheim/St.	03.09
200m	Kenny Emi Tijani-Ajayi	2003	21.73	937	Lillehammer	31.08
400m	Luca Thompson	2000	48.18	881	Lillehammer	26.06
800m	Tobias Grønstad	2002	1:46.46	1018	xxx/FRA	01.09
1500m	Ferdinand Kvan Edman	1993	3:37.98	1014	Oslo/Bi	01.07
5000m	Ferdinand Kvan Edman	1993	13:39.23	980	Tønsberg	22.05
10000m	Kristian Pytten	2000	30:00.00	866	Kristiansand	26.06
110m hekk	Markus Rooth	2001	14.61	872	Tallinn/EST	11.07
Høyde	Sander Aae Skotheim	2002	2.10	903	Oslo/Bi	29.05
Stav	Sander Aae Skotheim	2002	5.01	910	Oslo/So	29.06
Lengde	Sander Aae Skotheim	2002	7.55	942	Tallinn/EST	17.07
Tresteg	Elias Sanden Søvik	2000	14.97	876	Kristiansand	11.09
Kule	Marcus Thomsen	1998	20.96	1109	Helsingborg/SWE	22.05
Diskos	Eivind Henriksen	1990	53.41	912	Kristiansand	10.09
Slegge	Eivind Henriksen	1990	81.58	1135	Tokyo/JAP	04.08

Antall noteringer: 15 Sum: 14 268

VALGFRIE ØVELSER

ØVELSE	NAVN	FØDT ÅR	RESULTAT	POENG	STED DATO	
3000m	Ferdinand Kvan Edman	1993	7.45.52	1030	Jessheim	06.08
800m	Luca Thompson	2000	1:49.05	943	Oslo/Bi	30.07
Lengde	Markus Rooth	2001	7.43	917	Ravnanger	03.09
3000m	Ibrahim Buras	2001	8:08.62	913	Jessheim	06.08
Lengde	Abraham Sandvin Vogelsang	2003	7.37	905	Trondheim/St	03.09
Stav	Markus Rooth	2001	4.90	888	Tallinn/EST	10.07
Stav	Abraham Sandvin Vogelsang	2003	4.90	888	Tallinn/EST	18.07
Høyde	Abraham Sandvin Vogelsang	2003	2.08	886	Kristiansand	12.09
5000m	Petter Mekvik Rypdal	1993	14:13.07	885	Tønsberg	22.05
1500m	Ibrahim Buras	2001	3:48.49	881	Oslo/Bi	14.07
400m	Tobias Grønstad	2002	48.18	881	Oslo/Bi	25.08
110m hekk	Joachim Sandberg	1995	14.62	870	Lillehammer	27.06
5000m	Ibrahim Buras	2001	14.20.24	867	Kristiansand	10.09
Diskos	Thor Olav Rosvold	1996	50.44	865	Heggedal	14.08
Stav	Andreas Gjerdal	1996	4.70	851	Kristiansand	11.09

Antall noteringer: 15 Sum: 13 470

Noteringer totalt: 30 Total sum: 27 738

Lagserien 2021: IK Tjalve vant klassen for kvinner

1	IK Tjalve	(30/17)	26 533	(1)	Oslo
2	IL Tyrving	(30/16)	23 878	(2)	Akershus
3	IL Skjalg	(30/14)	22 214	(10)	Rogaland
4	IL i BUL	(29/16)	21 660	(7)	Oslo
5	IL Norna-Salhus	(27/15)	21 134	(4)	Hordaland
6	Stjørdal FIK	(29/11)	20 437	(6)	Nord Trøndelag
7	Fredrikstad IF	(29/13)	19 960	(5)	Østfold
8	Ranheim IL	(27/14)	19 157	(3)	Sør-Trøndelag
9	Nittedal IL	(29/12)	19 132	(3/2d)	Akershus
10	Dimna IL	(30/11)	19 107	(8)	Møre og Romsdal
11	Sørild FIK	(29/13)	18 722	(4/2d)	Aust-Agder
12	SK Vidar	(23/12)	18 695	(1/2d)	Oslo
13	IL Gneist	(28/11)	18 359	(9)	Hordaland
14	Bergens TF	(27/11)	16 561	(2/2d)	Hordaland

OBLIGATORISKE ØVELSER

ØVELSE	NAVN	FØDT ÅR	RESULTAT	POENG	STED DATO
100m	Kaitesi Ertzgaard	2000	11.89	876	Lillehammer 31.08
200m	Kaitesi Ertzgaard	2000	24.01	883	Lillehammer 31.08
400m	Amalie Iuel	1994	51.64	990	Zürich/SUI 09.09
800m	Hedda Hynne	1990	1:59.82	991	Stockholm/SWE 27.08
1500m	Karoline Bjerkeli Grøvdal	1990	4:03.07	1019	Stockholm/SWE 04.07
5000m	Karoline Bjerkeli Grøvdal	1990	14.:43.26	1073	Brüssel/BEL 03.09
10000m	Karoline Bjerkeli Grøvdal	1990	30:50.84	1072	Oslo/Bi 08.05
100m hekk	Kajsa Rooth	2003	14.04	867	Oslo/Bi 29.05
400m hekk	Amalie Iuel	1994	55.04	1017	Oslo/Bi 01.07
3000m hinder	Ingeborg Løvnes	1992	10.15.34	863	Kristiansand 11.09
Høyde	Telma Rostoft Kristjansson	2005	1.6	740	Trondheim/St 03.09
Lengde	Hedda K. Kvalvåg	2002	5.76	787	Ravnanger 30.07
Tresteg	Hedda K. Kvalvåg	2002	13.33	909	Mannheim/GER 03.07
Kule	Hedda K. Kvalvåg	2002	10.45	623	Trondheim/St 04.09
Spyd	Maria-Therese Obst	1996	61.37	1027	Athens/USA 09.04

Antall noteringer: 15 Sum: 13 747

VALGFRIE ØVELSER

ØVELSE	NAVN	FØDT ÅR	RESULTAT	POENG	STED DATO
3000m	Karoline Bjerkeli Grøvdal	1990	8.:33.47	1059	Oslo/Bi 25.08
Spyd	Sigrid Borge	1995	53.08	902	Lillestrøm 28.08
5000m	Sigrid Jervell Våg	1992	15:57.45	897	Oslo/Bi 25.09
3000m	Sigrid Jervell Våg	1992	9:12.52	893	Oslo/Bi 25.08
400m	Lakeri Ertzgaard	2002	54.24	885	Mannheim/GER 03.07
400m	Kaitesi Ertzgaard	2000	54.33	881	Kristiansand 10.09
1500m	Sigrid Jervell Våg	1992	4:19.06	871	Oslo/Bi 14.07
10000m	Maria Sagnes Wågan	1992	34:02.66	871	Kristiansand 12.09
3000m	Ingeborg Løvnes	1992	9:19.89	867	Tønsberg 22.05
800m	Solveig Hernandez Vråle	1999	2:06.51	858	Watford/GBR 11.08
3000m	Kristine Eikrem Engeset	1988	9:22.62	857	Tønsberg 22.05
Tresteg	Elise Sanden Søvik	1997	12.45	815	Fana 28.05
Lengde	Kajsa Rooth	2003	5.48	724	Oslo/St 25.09
Lengde	Elise Sanden Søvik	1997	5.44	715	Haukås 28.08
Høyde	Ingrid Hamsund	2004	1.60	691	Oslo/So 29.05

Antall noteringer: 15 Sum: 12 786

Noteringer totalt: 30 Total sum: 26 533

Lagserien 2021: IK Tjalves 2.lag i 1.div menn ble nr. 11

1	IK Tjalve	(30/16)	27 738	(1)	Oslo
2	Sandnes IL	(30/14)	24 677	(2)	Rogaland
3	IL Gneist	(30/13)	24 422	(3)	Hordaland
4	IL Tyrving	(30/17)	22 823	(8)	Akershus
5	Tønsberg FIK	(30/15)	21 960	(6)	Vestfold
6	IL Norna-Salhus	(28/16)	21 701	(4)	Hordaland
7	IL i BUL	(27/16)	20 845	(3/2d)	Oslo
8	Ullensaker/Kisa IL	(30/15)	20 255	(4/2d)	Akershus
9	Stord IL	(30/15)	20 212	(2/2d)	Hordaland
10	Nittedal IL	(30/14)	19 931	(9)	Akershus
11	IK Tjalve 2. lag	(29/15)	19 782	(10)	Oslo
12	Dimna IL	(28/11)	19 113	(5)	Møre og Romsdal
13	Fana IL	(26/17)	19 028	(7)	Hordaland
14	SK Vidar	(22/14)	18 214	(1/2d)	Oslo

OBLIGATORISKE ØVELSER

ØVELSE	NAVN	FØDT ÅR	RESULTAT	POENG	STED DATO	
100m	Sander Steen Myrvang	2000	11.16	801	Oslo/Bi	29.05
200m	Sander Steen Myrvang	2000	23.09	739	Kristiansand	11.09
400m	Håkon Skaftun	1997	53.08	641	Oslo/Bi	12.06
800m	Bendik Lillemoen Skaalerud	1998	1:58.82	711	Oslo/Bi	07.07
1500m	Mikkel Bakken	2005	4:04.49	719	Oslo/Bi	09.06
5000m	Iver Mathias Linge Glomnes	1996	14:50.02	795	Kristiansand	10.09
10000m	Jonas Riseth	1994	32.14.73	724	Oslo/Bi	07.07
Høyde	Jørgen Bergh	2003	1.83	678	Tønsberg	19.07
Stav	Lucas Gjesdal	2005	3.10	523	Trondheim/St	03.09
Lengde	Jørgen Bergh	2003	5.31	446	Jessheim	07.08
Tresteg	Per Eilif Aalerud	2000	13.18	689	Oslo/Bi	07.07
Kule	Erik Johannes Rosvold	1998	13.88	726	Kristiansand	12.09
Diskos	Erik Johannes Rosvold	1998	49.30	846	Kristiansand	10.09
Slegge	Erik Johannes Rosvold	1998	33.66	519	Heggedal	26.09
Spyd	Erik Johannes Rosvold	1998	36.21	420	Asker	26.09

Antall noteringer: 15 Sum: 9 987

VALGFRIE ØVELSER

ØVELSE	NAVN	FØDT ÅR	RESULTAT	POENG	STED DATO	
3000m	Mikkel Bakken	2005	8.33.75	796	Oslo/Bi	29.05
100m	Per Eilif Aalerud	2000	11.27	774	Ravnanger	30.07
3000m	Iver Mathias Linge Glomnes	1996	8.41.93	761	Oslo/Bi	25.08
100m	Sindre Olsvik	1998	11.35	755	Oslo/Bi	29.05
5000m	Emil Martin Ahlbäck	1993	15.10.77	748	Oslo/Bi	12.06
100m	Albin Lydersen Botez	2004	11.40	743	Trondheim/St	03.09
3000m	Emil Martin Ahlbäck	1993	8.46.55	742	Oslo/Bi	25.08
100m	Håkon Skaftun	1997	11.42	739	Lillehammer	31.08
200m	Håkon Skaftun	1997	23.19	729	Nittedal	22.08
5000m	Jonas Riseth	1994	15:24.86	718	Oslo/Bi	15.06
Diskos	Rune Vegard Godtland	1982	37.76	643	Førde	26.06
Lengde u.t	Jørgen Bergh	2003	2.86	594	Tønsberg	19.07
Lengde u.t.	Sander Steen Myrvang	2000	2.82	572	Lillehammer	31.08
Høyde	Andreas Wiesener Haga	2005	1.62	481	Oslo/So	29.06

Antall noteringer: 14 Sum: 9 795

Noteringer totalt: 29 Total sum: 19 782

Lagserien 2021: IK Tjalves 2.lag i 2.div kvinner ble nr. 11

1	Sandnes IL	(25/13)	18 764	(11/1d)	Rogaland
2	Haugesund IL	(25/13)	17 083	(12/1d)	Rogaland
3	Tønsberg FIK	(25/11)	16 447	(4/3d)	Vestfold
4	Fana IL	(24/13)	16 058	(13/1d)	Hordaland
5	Ullensaker/Kisa IL	(24/12)	15 875	(9)	Akershus
6	IL Tyrving 2. lag	(25/13)	15 711	(7)	Akershus
7	Laksevåg T&IL	(24/9)	14 776	(6)	Hordaland
8	Moss IL	(25/10)	14 611	(8)	Østfold
9	IL Runar	(20/8)	14 418	(3/3d)	Vestfold
10	Larvik T&IF	(24/15)	14 144	(2/3d)	Vestfold
11	IK Tjalve 2. lag	(20/12)	13 193	(5)	Oslo
12	Steinkjer FIK	(19/12)	10 480	(1/3d)	Nord Trøndelag
13	Bækkelagets SK	(16/13)	9 763	(10)	Oslo
14	Selsbakk IF	(13/5)	5 611	(14/1d)	Sør-Trøndelag

OBLIGATORISKE ØVELSER

ØVELSE	NAVN	FØDT ÅR	RESULTAT	POENG	STED DATO
100m	Vilde Aasmo	1998	12.06	842	Kristiansand 10.09
200m	Isabella Alida Indrebø	2004	26.19	711	Trondheim/St 05.09
400m	Malin Nyfors	1997	55.61	832	Oslo/Bi 22.06
800m	Malin Nyfors	1997	2:07.90	834	Nittedal 22.08
1500m	Selma Løchen Engdahl	2001	4:22.01	848	Tallinn/EST 09.07
5000m	Lisbeth Pedersen	1975	18:39.77	634	Oslo/Bi 14.07
Høyde	Martine Rooth	2009	1.25	362	Jessheim 08.08
Lengde	Isabella Alida Indrebø	2004	4.97	612	Trondheim/St 04.09
Tresteg	Anne Sande	2005	9.71	528	Jessheim 08.08
Kule	Kristin Maltun Helland	2002	7.54	390	Ravnanger 05.10
Diskos	Ebba Jakobine Bell	2005	20.65	402	Oslo/So 19.08

Antall noteringer: 11 Sum: 6 995

VALGFRIE ØVELSER

ØVELSE	NAVN	FØDT ÅR	RESULTAT	POENG	STED DATO
3000m	Selma Løchen Engdahl	2001	9:28.98	836	Jessheim 06.08
1500m	Malin Edland	1999	4:25.10	825	Oslo/Bi 22.06
800m	Selma Løchen Engdahl	2001	2:09.11	815	Nittedal 22.08
100m	Isabella Alida Indrebø	2004	12.68	727	Lillehammer 26.06
800m	Kristin Maltun Helland	2002	2:22.70	636	Ravnanger 01.08
800m	Iris Engeness	2003	2:23.00	632	Trondheim/St 05.09
3000m	Lisbeth Pedersen	1975	10:49.22	616	Bodø 18.05
800m	Anna Mathilde Blegen	2003	2:25.67	603	Lillestrøm 29.08
Lengde	Anna Sande	2005	4.50	508	Nittedal 21.08

Antall noteringer: 9 Sum: 6 198

Noteringer totalt: 20 Total sum: 13 193

Klubbrekorder U20 pr. 31.12.2021

Menn

100 m	10.50	Philip Bjørnå Berntsen	Luzern, SUI	14.09.97	+1.3
200 m	21.21	John Ertzgaard	Lillehammer	14.09.96	+0.8
400 m	47.71	Sondre Nyvold Lid	Rieti, ITA	18.07.13	
800 m	1:46.46	Tobias Grønstad	Halluin/FRA	01.09.21	
1500 m	3:43.14	Awet Kibrab (ERI)	Jessheim	05.06.14	
3000 m	7:59.41	Awet Kibrab (ERI)	Oslo/Bi	22.05.14	
5000 m	13:47.61	Awet Kibrab (ERI)	Ooerdegem	05.07.14	
10000 m	34:08.8	Evald Lambech	Kristiania/Frogner	04.09.1915	
110 m hekk (100.0 cm)	14.18	Markus Rooth	Oslo/Bi	28.06.20	
110 m hekk (107 cm)	15.33	Markus Rooth	Hamar	04.08.20	-0.8
400 m hekk	52.68	Atle McAdam	Oslo/Bi	23.07.96	
3000 m hinder	8:52.85	Thomas J. Byrkjeland	Ooerdegem/BEL	27.05.17	
Høyde	2.17	Steinar Hoen	Moss	05.08.90	
Stav	5.01	Sander Aae Skotheim	Hønefoss	28.08.98	
Lengde	7.55	Sander Aae Skotheim	Hamar	25.07.71	
Tresteg	14.95	Christian Thomassen	Oslo/Bi	29.06.96	
Høyde u/tilløp	1.75	Arvid Dahm	Eidanger	08.03.70	
Lengde u/tilløp	3.43	Christopher Selmer	Oslo/Sogn	19.10.04	
Kule (6 kg)	21.36	Marcus Thomsen	Grosetto/ITA	21.07.17	
Kule	21.03	Marcus Thomsen	Oslo/Bi	11.06.20	
Diskos (1.75 kg)	54.15	Eivind Henriksen	Helsingborg/SWE	09.07.09	
Diskos (2.0 kg)	49.47	Marcus Thomsen	Lloret De Mar/ESP	29.03.16	
Slegge (6.0 kg)	78.30	Eivind Henriksen	Bodø	15.08.09	
Slegge (7.26 kg)	69.07	Eivind Henriksen	Lillehammer	31.07.09	
Spyd	61.47	Sander Aae Skotheim	Bækkelaget	08.05.21	
10-kamp	8.238p	Markus Rooth	Oslo/Bi	28.06.20	

Kvinner

100 m	11.63	Anne Cathrine Bakken	Kingston/JAM	17.07.02	+0.9
200 m	24.20	Anne Cathrine Bakken	Kingston/JAM	18.07.02	+1.5
400 m	53.96	Lakeri Ertzgaard	Oslo/Bi	25.08.20	
800 m	2:08.78	Sanne Njaastad	Sollentuna/SWE	18.06.19	
1500 m	4:25.43	Sanne Njaastad	Oslo/Bi	13.06.19	
3000 m	9:17.12	Ingunn Opsal	Esbjerg/DEN	01.09.07	
5000 m	16:07.04	Ingunn Opsal	Askim	12.08.07	
10000 m	35:31.33	Kristine Helle	Oslo	25.09.11	
110 m hekk	13.87	Sally Gunell (GBR)	Oslo/Lamb.	14.05.85	
400 m hekk	61.00	Margit Katrine Strand	Overhalla	19.07.97	
3000 m hinder	10:54.36	Kristine Helle	Gateshead/GBR	22.06.13	
Høyde	1.78	Mona Andreassen	Oslo/Bi	10.07.99	
Stav	3.10	Henriette Foss	Oslo/So	27.06.15	
Lengde	5.82	Inger Anne Frøysedal	Lillehammer	20.06.08	+1.4
Tresteg	13.33	Hedda Kronstrand Kvalvåg	Pula, CRO	05.06.99	+1.2
Høyde u/tilløp	1.44	Mimi Storm-Hansen	Stange	07.02.98	
Lengde u/tilløp	2.43	Anne Cathrine Bakken	Drammen	09.02.02	
Kule	13.03	Linn Louise Kvaale	Oslo/So	08.06.15	
Diskos	51.40	Agnete Johansen	Oslo/So	09.09.00	
Slegge	40.23	Agnete Johansen	Sandefjord	16.07.99	
Spyd	57.44	Marie-Therese Obst	Mannheim/GER	05.07.14	
7-kamp	5057p	Lene Espegren	Ski	15.09.96	

Klubbrekorder U23 pr. 31.12.2021

Menn

100 m	10.49	John Ertzgaard	München/GER	21.06.97	+0.6
200 m	21.25	John Ertzgaard	Lillehammer	27.06.97	+0.3
400 m	48.18	Luca Thompson	Lillehammer	26.06.21	
800 m	1:46.46	Tobias Grønstad	Halluin/FRA	01.09.21	
	1:45.68	Jussi Udelhoven (GER)	Koblenz, GER	26.08.92	
1000 m	2:19.0	Audun Boysen	Gøteborg, SWE	30.08.55	
1500 m	3:39.25	Awet Kibrab	Oslo/Bi	29.08.15	
1 mile (1609 m)	4:06.0	Arne Kvalheim	Oslo/Bi	15.07.65	
3000 m	7:48.50	Awet Kibrab	Gøteborg/SWE	05.09.15	
5000 m	13:43.48	Awet Kibrab	Oslo/Bi	28.06.15	
10000 m	30:00.00	Kristian Pytten	Kristiansand	26.06.21	
110 m hekk	14.61	Markus Rooth	Ravnanger	01.08.21	-0.5
400 m hekk	51.51	Atle McAdam	Huddinge/SWE	24.08.97	
3000 m hinder	8:52.85	Thomas Jefferson Byrkjeland	Oordegem/ BEL	27.05.17	
Høyde	2.29	Steinar Hoen	Bergen/Fa	04.08.91	
Stav	5.01	Sander Aae Skotheim	Oslo/So	29.06.21	
Lengde	7.55	Sander Aae Skotheim	Tallinn/EST	17.07.21	
Tresteg	15.30	Christian Thomassen	Huddinge/SWE	24.08.97	
Høyde u/tilløp	1.70	Arvid Dahm	Kristiansand	05.03.72	
Lengde u/tilløp	3.39	Per Woldene	Sandnes	06.03.66	
Kule	21.03	Marcus Thomsen	Oslo/Bi	05.09.11	
Diskos	53.16	Eivind Henriksen	Kristiansand	12.07.87	
Slegge	75.57	Eivind Henriksen	Florø	02.06.11	
Spyd	61.65	Markus Rooth	Ravnanger	01.08.21	
5-kamp	3.681p	Bo Breigan	Oslo/Sogn	06.09.86	
10-kamp	7.967p	Markus Rooth	Tallinn/EST	11.07.21	

Kvinner

100 m	11.63	Anne Cathrine Bakken	Kingston, JAM	17.07.02	+0.9
200 m	24.01	Kaitesi Ertzgaard	Lillehammer	31.08.21	+1.1
400 m	53.96	Lakeri Ertzgaard	Oslo/Bi	25.08.21	
800 m	2:03.91	Torill Hatling	Sandnes	23.08.87	
1500 m	4:19.71	Elisabeth Angell Bergh	Gainesville/USA	30.03.18	
3000 m	9:27.61	Ingunn Opsal	Kristiansand	24.07.08	
5000 m	14:43.28	Karoline Bjerkeli Grøvdal	Brussel/BEL	03.09.21	
10000 m	34:19.83	Kristine Helle	Sollentuna/SWE	26.06.14	
100 m hekk	14.04 +1.6	Nina Johannessen	Drammen	07.07.01	+1.2
400 m hekk	60.05	Kaitesi Ertzgaard	Tallinn/EST	08.07.21	
3000 m hinder					
Høyde	1.76	Mona Andreassen	Drammen	07.07.01	
Stav	3.23	Margit Katrine Strand	Oslo/Bi	30.07.03	
Lengde	6.11	Margrethe Renstrøm	Bergen/Fa	21.08.05	-0.2
Tresteg	13.39	Inger Anne Frøysedal	Sande	12.07.09	+1.9
Høyde u/tilløp	1.44	Mimi Storm-Hansen	Stange	07.02.98	
Lengde u/tilløp	2.85	Oda Utsi Onstad	Stange	02.02.14	
Kule	13.03	Linn Louise Kvaale	Oslo/So	08.06.15	
Diskos	49.82	Agnete Johansen	Oslo/So	24.07.01	
Slegge	48.38	Vilde Indseth Holten	Sigdal	23.08.19	
Spyd	57.44	Marie-Therese Obst	Mannheim	15.07.14	
7-kamp	5057p	Lene Espegren	Ski	15.09.96	

Klubbrekorder senior pr. 31.12.2021

Menn

100 m	10.25	Per Ivar Sivle	Gjøvik	14.09.97	+0.7
200 m	20.95	Einar Sagli	Luzern, SUI	21.06.86	+1.7
	20.95	Per Ivar Sivle	Overhalla	20.07.97	+0.2
400 m	46.71	Svein Erik Storlien	Trondheim/Lerk.	31.07.83	
	46.6	Carl Fredrik Bunæs	Oslo/Bi	15.09.63	
800 m	1:45.9	Audun Boysen	Oslo/Bi	03.08.55	
	1:45.68	Jussi Udelhoven (GER)	Koblenz, GER	26.08.92	
1000 m	2:19.0	Audun Boysen	Göteborg, SWE	30.08.55	
1500 m	3:37.98+	Ferdinand Kvan Edman	Oslo/Bi	01.07.21	Ny
1 mile (1609 m)	3:53.42	Ferdinand Kvan Edman	Oslo/Bi	01.07.21	Ny
3000 m	7:42.4	Knut Kvalheim	Oslo/bi	04.07.74	
5000 m	13:20.54	Knut Kvalheim	Helsinki, FIN	26.06.74	
10000 m	27:41.26	Knut Kvalheim	Praha, TCH	29.08.78	
1 times løp	19 011m	Tor Torgersen	Oslo	24.09.60	
110 m hekk	13.85	Per Nicolaisen	Oslo/Bi	19.09.90	-2.7
200 m hekk	23.35	Per Nicolaisen	Ravnanger	12.09.90	+1.2
400 m hekk	50.67	Atle McAdam	Florø	31.05.03	
3000 m hinder	8:23.11	Espen Borge	Hengelo, NED	19.07.87	
Høyde	2.36	Steinar Hoen	Oslo/Rå	01.07.97	
Stav	5.40	Benjamin Jensen	Hønefoss	28.08.98	
Lengde	7.76	Terje Haugeland	Hamar	25.07.71	
Tresteg	16.06	Martin Jensen	Oslo/Bi	26.06.69	
Høyde u/tilløp	1.75	Arvid Dahm	Eidanger	08.03.70	
Lengde u/tilløp	3.43	Christopher Selmer	Oslo/Sogn	19.10.04	
Kule	21.03	Marcus Thomsen	Oslo/Bi	11.06.20	
Diskos	67.70	Svein Inge Valvik	Alavieska, FIN	12.07.87	
Slegge	81.58	Eivind Henriksen	Tokyo/JAP	04.08.21	Ny
Spyd	86.74	Pål Arne Fagernes	Sydney, AUS	22.09.00	
5-kamp	3.681p	Bo Breigan	Oslo/Sogn	06.09.86	
10-kamp	8.160p	Benjamin Jensen	Roskilde, DEN	01.08.99	

Kvinner

100 m	11.63	Anne Cathrine Bakken	Kingston, JAM	17.07.02	+0.9
200 m	24.01	Kaitesi Ertzgaard	Lillehammer	31.08.21	+1.1
400 m	51.64	Amalie Iuel	Zürich/SUI	09.09.21	Ny
800 m	1:58.10	Hedda Hynne	Rovereto/ITA	15.09.20	
1000 m	2:45.46	Trine Pilskog	Rovereto, ITA	28.08.02	
1500 m	4:03.07	Karoline Bjerkeli Grøvdal	Stockholm, SWE	04.07.21	Ny
3000 m	8:33.47	Karoline Bjerkeli Grøvdal	Paris/FRA	28.08.21	Ny
5000 m	14:43.28	Karoline Bjerkeli Grøvdal	Brussel/BEL	03.09.21	Ny
10000 m	30:32.36	Susanne Wigene	Göteborg, SWE	07.08.06	
100 m hekk	13.95	Nina Johannessen	Drammen	07.07.01	+1.2
	13.87	Sally Gunell (GBR)	Oslo/Lamb.	14.05.85	
200 m hekk	30.7	Inger-Cecilie Østensen	Moss	07.09.91	-2.1
400 m hekk	58.51	Margit Katrine Strand	Raufoss	17.08.03	
3000 m hinder	9:13.35	Karoline Bjerkeli Grøvdal	Sandnes	26.08.17	
Høyde	1.93	Tonje Angelsen	Oslo/Bi	06.07.16	
Stav	3.23	Margit Katrine Strand	Oslo/Bi	30.07.03	
Lengde	6.68	Margrethe Renstrøm	Barcelona, ESP	27.07.10	+1.3
Tresteg	13.83	Lene Espegren	Pula, CRO	05.06.99	+1.2
	13.83	Lene Espegren	Byrkjelo	06.08.99	+1.8
Høyde u/tilløp	1.44	Mimi Storm-Hansen	Stange	07.02.98	
Lengde u/tilløp	2.85	Oda Utsi Onstad	Stange	02.02.14	
Kule	15.66	Mona Holtvedt	Kviteseid	28.07.85	
Diskos	59.48	Grete Etholm	Helsingborg, SWE	13.07.03	
Slegge	70.43	Mona Holm	Byrkjelo	13.08.11	
Spyd	57.44	Marie-Therese Obst	Mannheim	15.07.14	
7-kamp	5057p	Lene Espegren	Ski	15.09.96	

Uthevede linjer er også gjeldende norske rekorder.

Kvalifiseringskrav VM Eugene 2022

Menn	Øvelse	Kvinner
10.05	100 meter	11.15
20.24	200 meter	22.80
44.90	400 meter	51.35
1:45.20	800 meter	1:59.50
3:35.00	1500 meter	4:04.20
13:13.50	5000 meter	15:10.00
27:28.00	10000 meter	31:25.00
2.11:30	Maraton	2.29:30
8:22.00	3000 meter hinder	9:30.00
13.32	110/100 meter hekk	12.84
48.90	400 meter hekk	55.40
2.33	Høyde	1.96
5.80	Stav	4.70
8.22	Lengde	6.82
17.14	Tresteg	14.32
21.10	Kule	18.50
66.00	Diskos	63.50
77.50	Slegge	72.50
85.00	Spyd	64.00
8350	10-kamp/7-kamp	6420
1.21:00	20 km kappgang	1.31:00
3.50:00	50 km kappgang	-
Topp 8 VM stafett + 8 fra verdensstatistikken	4x100 meter stafett	Topp 8 VM stafett + 8 fra verdensstatistikken
Topp 8 VM stafett + 8 fra verdensstatistikken	4x400 meter stafett	Topp 8 VM stafett + 8 fra verdensstatistikken

Når dette skrives er det tre Tjalveutøvere som har klart kravene til dette mesterskapet. Det er Amalie Iuel (400 m hekk), Karoline Bjerkeli Grøvdal (1500 m, 5000 m og 10 000 m) og Eivind Henriksen (slegge).

Amalie er heller ikke langt bak kravet til 400 m (51.35) og Hedda ligger godt an til å klare kravet på 800 m (1:59.50).

Hva så med Tobias Grønstad? Han har forbedret seg kraftig i løpet av 2021-sesongen. Kan han klare å presse seg ned et sekund til? Tiden vil vise.

10 000 for kvinner arrangeres i dette mesterskapet før 5000 m. Hvis Karoline velger å løpe også 10 000 m kommer den på lørdag 16.juli, mens 5000 m forsøk arrangeres onsdag 20 juli, med finale lørdag 23.juli.

Kvalifiseringskrav EM München 2022

MEN	Event	WOMEN
10.16	100m	11.24
20.43	200m	23.05
45.70	400m	51.70
1:45.90	800m	2:00.40
3:36.00	1500m	4:06.00
13:24.00	5000m	15:25.00
28:15.00	10,000m	32:20.00
8:30.00	3000m SC	9:39.00
13.50	110m H / 100m H	12.93
49.50	400m H	55.85
N/A	4x100m	N/A
N/A	4x400m	N/A
2:14.30	Marathon	2:32.00
1:22:10	20km Race Walk	1:32:15
2:35:30 3:54:00 (50km)	35km Race Walk	2:55:00 4:25:00 (50km)
2.30	High Jump	1.95
5.75	Pole Vault	4.60
8.10	Long Jump	6.79
16.95	Triple Jump	14.25
20.85	Shot Put	18.20
65.20	Discus	60.50
77.00	Hammer	71.80
84.00	Javelin	62.50
8100	Combined Events	6250

Stikk i strid med hva man hadde trodd, er kravene til EM neste år skjerpet betraktelig.

Det er fire Tjalveutøvere som allerede har klart kravene til EM i München 2022. Amalie Iuel (400 m og 400 m hekk), Hedda Hynne (800 m), Karoline Bjerkeli Grøvdal (1500 m, 5000 m og 10 000 m), og Eivind Henriksen (slegge).

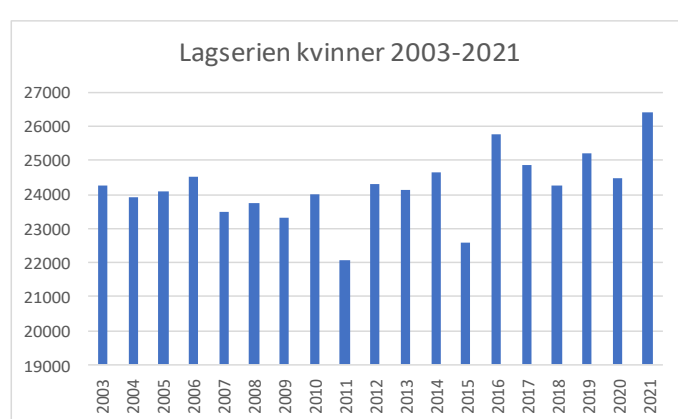
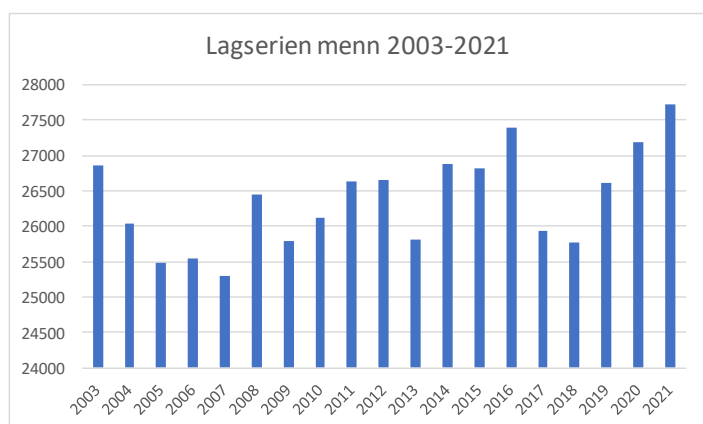
Så langt vi ser har vi enda to utøvere som kan klare kravene. Det er Tobias Grønstad på 800 m (1:45.90) og Markus Rooth i 10-kamp (8100 p).

På 1500 m for herrer må Ferdinand Kvan Edman ned to sekunder for å klare kravet. Det kan bli i meste laget, men det er lov å håpe.

Historikk Lagserien

År	Poengsum	Plassering
2003	26864	1
2004	26029	2
2005	25484	2
2006	25534	1
2007	25295	1
2008	26455	1
2009	25795	1
2010	26129	1
2011	26639	1
2012	26646	1
2013	25802	2
2014	26876	1
2015	26813	1
2016	27383	1
2017	25936	1
2018	25778	1
2019	26615	1
2020	27195	1
2021	27714	1

År	Poengsum	Plassering
2003	24267	1
2004	23913	1
2005	24083	1
2006	24543	1
2007	23490	1
2008	23745	1
2009	23301	1
2010	24005	1
2011	22058	2
2012	24308	2
2013	24155	1
2014	24667	1
2015	22597	3
2016	25762	1
2017	24870	1
2018	24284	2
2019	25223	1
2020	24502	1
2021	26414	1



Lagserien har vært et fenomen i norsk friidrett i mange år. Før i tiden var det pengepremier til de beste lagene. Det er det slutt på for en del år siden.

Hvorfor er noen da fortsatt interessert i denne konkurran- sen? Kanskje det ikke er så mange, men vi i Tjalve synes det er stas å presentere resultatene hvert år. Naturlig nok fordi vi vinner nesten hvert eneste år.

Tabellen øverst viser poengsummene oppnådd fra 2003 og fram til 2021.

På herresiden har vi vunnet lagserien 16 ganger siden 2003. Vi ble nr.2 i 2004, 2005 og 2013. Fra 2014 har vi vunnet hvert år, dvs. 8 seire på rad. I år har vi satt ny rek- ord med poengsummen 27 738. Sist vi satte rekord var i 2016. Da oppnådde vi 27 383 poeng. De to siste årene har vi vært over 27 000 poeng.

På kvinnesiden har vi vunnet 14 ganger i den samme pe- rioden. Kvinnene vant hvert år fra 2003 til 2010. Årene etter gikk det litt opp og ned, men vi har allikevel fått med oss 6 seire siden 2014.

Også kvinnelaget har satt ny rekord i år med poengsum- men 26 533 poeng. Sist de satte rekord var i 2016.



Historikk Hovedserien

År	Poengsum	Plassering
1950	40 664	1
1951	39 557	1
1952	36 351	1
1953	38 949	1
1954	39 480	1
1955	39 654	1
1956	39 682	1
1957	42 625	1
1958	43 293	1
1959	44 111	1
1960	43 690	1
1961	43 899	1
1962	43 627	1
1963	45 303	2
1964	46 565	1
1965	42 925	2
1966	43 588	1
1967	43 290	1
1968	43 364	1
1969	43 718	1
1970	43 907	1
1971	44 205	1
1972	43 869	2
1973	43 524	2
1974	43 112	2
1975	43 048	3
1976	43 368	2
1977	42 804	2
1978	43 258	2
1979	43 400	1
1980	43 380	1
1981	42 445	1
1982	43 618	1
1983	43 084	2
1984	44 556	1
1985	27 942 (ny ordning)	1
1986	29 333	1
1987	29 393	1
1988	28 321	1
1989	28 446	1
1990	28 270	1

I perioden 1950 til 1990 het Lagserien Hovedserien. Da var det adskillig flere øvelser enn det er i våre dager. I 1985 kom det en forandring, men fortsatt var det flere øvelser enn nå.

I 1957 da Tjalve satte en av sine rekorder med 42 625 p så det slik ut (se tabell). Teksten under er klippet fra Tjalvis-ten 4 1957.

Nedenfor følger Tjalves hovedserierapport for i år med det imponerende sluttresultat 42.625 pts. Det er nesten 3000 pts. mer enn fjorårsnoteringen (39.682 pts.) som også var rekord for Hovedserien. Vel, vi hadde ventet ny serierekord i år, og målet da vi startet sesongen, var å passere 40 000-grensen. At vi skulle komme så høyt som vi gjorde til slutt, var det vel de færreste som ante. Sluttsummen betyr et gjennomsnitt på 852,5 pts. For å få den rette forståelsen av dette resultat, skal vi nevne at dette gjennomsnitt på vel 850 pts. bl. a. betyr gjennomsnittlig 22.4 på 200 meter, under 14.9 på korthekken, 4.19.5 i stav, 7.20 i lengde, 47.29 i diskos og 65.04 i spyd. Det skal sannsynligvis bli vanskelig å slå denne rekorden på en tid. Sluttspurten var sterk. Bare på de 8 dagene undertegnede var med Nordens landslag i Aten, scoret vi over 1000 poeng. Min kompliment til det øvrige styre for denne strålende finish. Andre fakta som belyser den nye rekordens verdi, er at vi f. eks. måtte sløyfe resultater som Ivar Saunes fine 400 meter på 50.4, Svein Oseids og Roar Berthelsens 200-metere på henholdsvis 22.8 og 22.9. Når dette skrives, foreligger ikke de offisielle sluttresultater for våre konkurrenter, men alt taler for at Tjalves forsprang til neste lag er større enn noensinne. Vår største seier i Hovedserien hittil er fra 1953 hvor vi slo neste-mann B.U.L. med 4.231 pts. I år er forskjellen ca. 4.500, etter siste opplysning fra Skotvoll. B.U.L. var nærmere oss enn noensinne i fjor (506 pts.), men stiller tydelig ikke i samme klasse i år. Ja, ryktene fortalte sågar at de rødgule hadde falt tilbake bak fremadstormende Gular. Nå, IL i BULs annenplass i serien er visst klar nok, men neste år ser vi gjerne at de fighter like godt som i 1956.

Mens vi prater serier, så må det også nevnes at vårt juniorlag har gjennomført sin 5. seier på rad i Tyrving's juniorserie, også på ny rekordsum 21.395 pts. (tidligere rekord fra i fjor var på 20.916). Det er all grunn til å være fornøyd med dette resultatet også, men det skal innrømmes at de tekniske øvelser, særlig kastene, ligger en god del tilbake for løpene når det gjelder morgendagens Tjalve gutter. Et mer homogent lag neste år vil pynte adskillig på årets rekordnotering. Men da må også noen av sprinterne gå inn for hekkeløp. Dessuten skulle det vel være såpass med spenst i klubben at det skulle bli noen skikkelige trestegresultater. Husk det, juniorer, at vår <<gamle>> trestegmester Erling Vinne i fjor satte opp en fin pokal til den Tjalvist som først greier å slå klubbrekorden hans på 14.65. Den er over 40 år gammel og bør vel skifte eier snarest. Og så er det smertensbarnet - kast. Snart starter Øverby, Thanem m. fl. styrketreningen for neste sesong. Vi ser forferdelig gjerne at det slutter seg noen juniorer til disse karene.

Jan Hemsvik

Hovedserien historikk forts.

Obligatoriske øvelser	Navn	Resultat	Poeng
100m	Carl Fredrik Bunæs	10.4	1181
	Ivar Saunes	10.9	948
200m	Carl Fredrik Bunæs	21.3	1075
	Bjørn Berglund	22.0	926
400m	Svein Oseid	49.1	916
	Fritz Borgen	49.6	876
800m	Audun Boysen	1:47.3	1194
	Ulf Bertil Lundh	1:49.4	1085
1500m	Audun Boysen	3:45.1	1237
	Ulf Bertil Lundh	3:45.6	1222
3000m	Leif Egge	8:21.8	1049
	Fredrik Eckhoff	8:34.0	940
5000m	Leif Egge	14:27.0	1052
	Per Ehrnst	15:25.4	778
110m hekk	Roar Berthelsen	16.1	575
	Thor Volla	16.2	557
400m hekk	Thor Volla	57.8	658
	Audun Boysen	58.8	608
Lengde	Roar Berthelsen	7.32	894
	Bjørn Berglund	7.04	798
Høyde	Roar Berthelsen	1.85	832
	Mads Andenæs	1.75	711
Tresteg	Roar Berthelsen	13.44	706
	Anders Varmann	12.99	671
Stav	Alv Roy Thomassen	3.80	645
	Tore Kristensen	3.31	441
Kule	Sverre Øverby	15.85	980
	Anders Varmann	14.19	789
Spyd	Egil Granholt	56.56	657
	Steinar Bråten	55.38	634
Diskos	Stein Johnson	43.50	728
	Sverre Øverby	40.46	639
Slegge	Hans Gjermshus	45.90	719
	Stein Johnson	35.93	466

Valgfrie øvelser	Navn	Resultat	Poeng
100m	Bjørn Berglund	11.0	908
	Svein Oseid	11.2	834
400m	Roar Berthelsen	11.2	834
	Audun Boysen	49.8	860
800m	Ulf Bertil Lundh	50.0	844
	Fredrik Eckhoff	1:52.2	964
1500m	Fritz Borgen	1:53.4	916
	Svein Oseid	1:55.5	838
3000m	Fredrik Eckhoff	3:53.3	1034
	Bjørn Bogerud	3:55.8	984
10 000m	Per Ehrnst	3:59.3	916
	Ulf Bertil Lundh	8:39.2	896
3000m hinder	Per Ehrnst	8:41.0	882
	Per Ehrnst	31:53.0	846
Høyde u/t	Erik Lundgren	9:12.2	992
		1.58	890

Totalt gir dette summen 42 625 p. Som man ser av tabellen ble denne rekorden slått allerede året etter.



Per Ehrnst og Bjørn Bogerud. Foto fra Jan Hemsviks private samling.

Trenere i Tjalve 2022

John Ertzgaard



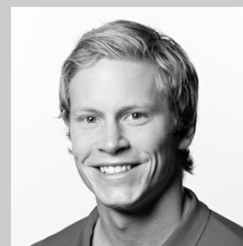
Trener sprint og mangekamp

Eirik Røe



Trener hekk, sprint og basis

Martin Lager



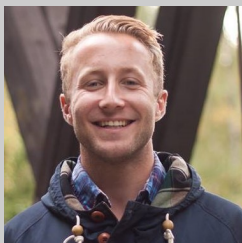
Trener sprint

Silje Aukrust



Trener sprint

Michael Rosenberg



Trener sprint

Eirik Førde



Trener mellom og langdistanse

Snorre Løken



Trener mellom og langdistanse

Knut Jæger Hansen



Trener mellom og langdistanse

Erik Sakshaug



Trener mellomdistanse

Dan Simion



Trener lengde og tresteg

Espen Rooth



Trener mangekamp

Thomas Rosvold



Trener kast

Trenere 2022

Hanne Haugland



Trener høyde

Paul Solberg



Styrketrener for Eivind Henriksen.

Andreas Thorkildsen



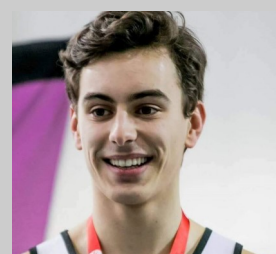
Trener spyd

Anker Thomsen



Trener stav

Yoann Rouzieres



Trener stav

Tjalve arrangementer 2022

NM Mangekamp inne	22-23.januar
Bassen Sprint	29.januar
Holmenkollstafetten	14.mai
Tjalvelekene	27-29.mai
Boysen Memorial	2.juni
Oslo Bislett Games	16.juni
KK-mila	3.september
Kvalheimmila	Ikke bestemt



Oppdatering norske rekorder

I Tjalvisten 2 2021 hadde vi en artikkel om norske friidrettsrekorder. Her følger en oppdatering:

I 2021 er det til nå satt 7+1 nye rekorder, mot 4+1 i 2020.

Hvor gamle er dagens norgesrekorder?

Menn

1500m

Jakob Ingebrigtsen 3:28.32 fra 2021 0 år

Mile

Jakob Ingebrigtsen 3:47.24 fra 2021 0 år

5000m

Jakob Ingebrigtsen 12:48.45 fra 2021 0 år

110m hekk

Vladimir Vukicevic 13.49 fra 2021 0 år

400m hekk

Karsten Warholm 45.94 fra 2021 0 år

Stav

Sondre Guttormsen 5.81 m fra 2021 0 år

Slegge

Eivind Henriksen 81.58 m fra 2021 0 år

Kvinner

400 m

Amalie Iuel 51.64 fra 2021 0 år

Hvor gode er dagens rekorder i forhold til verdensrekorden?

Menn

De som er nærmest

400m hekk

45.94 vs 45.94 0.00 svakere (0.0%)

800m

1:42.58 vs 1:40.91 1.67 svakere (1.2%)

1500m

3:28.32 vs 3:26.00 2.32 svakere (1.1%)

3000m

7:27.05 vs 7:20.67 6.38 svakere (1.5%)

5000m

12:48.45 vs 12:35.36 13.09 svakere (1.7%)

De som var nærmest sist er fortsatt nærmest.

De som er lengst unna:

Tikamp

8228 p vs 9126 p 898 p mindre (9.8%)

Lengde

8.10m vs 8.95m 0.85m kortere (9.5%)

Kule

21.22m vs 23.37m 2.15m kortere (9.2%)

Spyd

91.59m vs 98.48m 6.9m kortere (7.0%)

Stav

5.81m vs 6.18m 0.37m lavere (6.0%)

Slegge er ikke lenger blant de resultatene som er lengst unna. Her rykker stav inn i stedet.

Kvinner

De som er nærmest:

5000m

14:37.33 vs 14:06.62 30.71 svakere (37%)

Spyd

69.48m vs 72.28m 2.80 m kortere (3.9%)

800m

1:58.10 vs 1:53.28 442 svakere (3.9%)

10000m

30:13.74 vs 29:01.03 72.71 svakere (4.2%)

100m hekk

12.72 vs 12.20 0.52 svakere (4.3%)

De som er lengst unna:

Kule

17.11m vs 22.63m 5.52m kortere (24.4%)

Slegge

70.43m vs 82.98m 12.55m kortere (15.1%)

Syvkamp

6226 p vs 7291 p 1065 p mindre (13.9%)

Tresteg

13.83m vs 15.67m 1.84m kortere (11.7%)

Lengde

6.68m vs 7.52m 0.84m kortere (11.2%)

Når ville dagens nye norske rekorder vært verdensrekord?

400m hekk menn

Karsten Warholms 45.94 fra i år er ny verdensrekord

1500m menn

Jakob Ingebrigtsens rekord av i år 3:28.32 ville pr nå i 2021 vært verdensrekord for **29** år siden som en forbedring av Nouredine Morcelis 3:28.86 i 1992, men ville blitt slått av samme manns 3:27.37 i 1995.

5000m menn

Jakob Ingebrigtsens rekord av i år 12:48.45 ville pr nå i 2021 vært verdensrekord for **26** år siden som en forbedring av Moses Kiptanui 12:55.33 i 1995, men ville blitt slått av Haile Gebrselassies 12:44.39 samme år.

110m hekk menn

Vladimir Vukicevics rekord av i år 13.49 ville pr nå i 2021 vært verdensrekord for **62** år siden som en forbedring av Martin Lauers 13.56 (13.2) i 1959, men ville blitt slått av Earl McCullouchs 13.43 (13.2) i 1967.

Stav menn

Sondre Guttormsens rekord av i år 5.81m ville pr nå i 2021 vært verdensrekord for **40** år siden som en tangering av Vladimir Poljakovs 5.81m i 1981, men ville blitt slått av Pierre Quinons 5.82m året etter.

Slegge menn

Eivind Henriksens rekord av i år 81.58m ville pr nå i 2021 vært verdensrekord for **45** år siden som en forbedring av Walter Schmidts 79.30m i 1975, men ville blitt slått av Sergej Litvinovs 81.66m i 1980.

400m kvinner

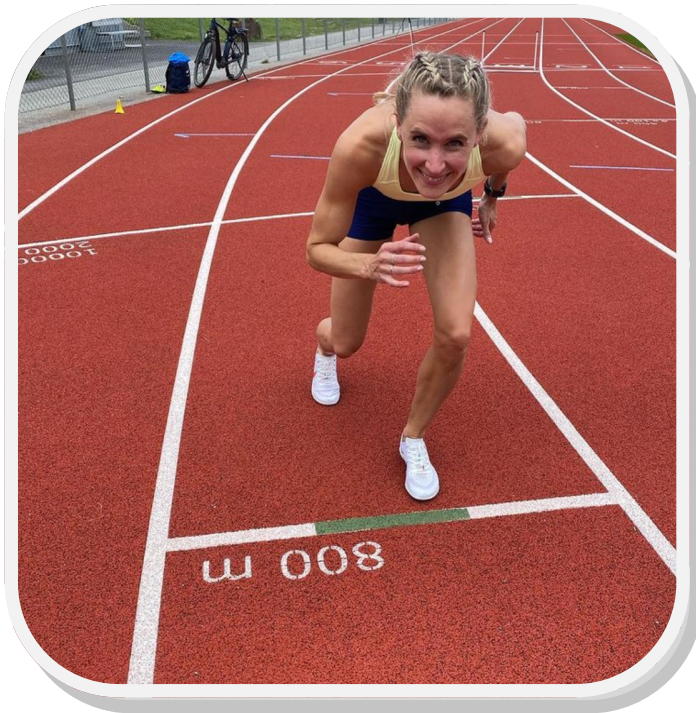
Amalie Iuels rekord av i år 51.64 ville pr nå i 2021 vært verdensrekord for **59** år siden som en forbedring av Shin Geum-Dans 51.9 i 1962, men ville blitt slått av Marilyn Neufvilles 51.02 i 1970.

Sverre Strand

Stort og smått fra hele verden



I oktober ble Karstein Warholm kåret til årets friidrettsutøver i Europa. Tjølvesten gratulerer!



25.oktober startet Hedda Hynne forberedelsene til sesongen 2022. Tjølvesten ønsker lykke til og håper at forberedelsene går bra uten altfor mange skadeavbrekk.

Karsten Warholm kåret til verdens beste friidrettsutøver

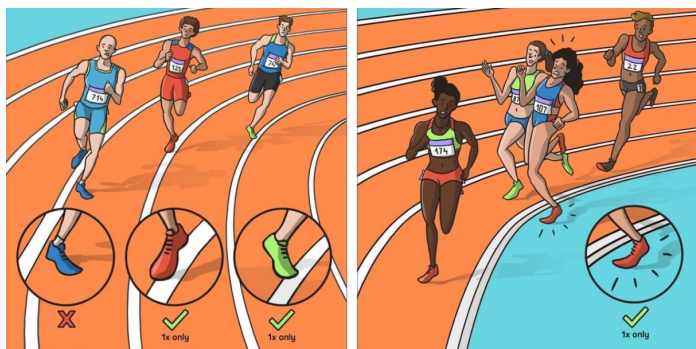


Karsten Warholm og Jakob Ingebrigtsen var blant de ti mannlige utøverne som ble nominert til årets mannlige utøver i verden 2021. Tilslutt var det Karsten som stakk av med seieren. Tjølvesten gratulerer nok en gang!

Nye "trå på streken"-regler fra 1. november

World Athletics har gitt nye regler som gir en begrenset adgang for utøvere i løpsøvelser til å «trå på streken» i svingen uten å bli diskvalifisert. De nye bestemmelsene, som er inntatt i TR 17 (regel 163), trer i kraft 1. november 2021.

Løp i delte baner I løp i delte baner kan en utøver trå på streken til venstre i banen én gang uten å bli diskvalifisert. Utøveren kan også ha en del av foten innenfor streken, men en del av foten må berøre streken. Dersom hele foten er innenfor streken, uten å berøre denne, skal han diskvalifiseres. Utøveren i bane 1 kan trå på sargen én gang uten å bli diskvalifisert, men dersom han trår innenfor sargen skal han diskvalifiseres. En utøver kan bare trå på streken (eller sargen) én gang i alle runder i samme øvelse. Det betyr at en utøver som trår på streken to ganger i forsøksheatet skal diskvalifiseres. Det samme gjelder dersom han trår på streken en gang i forsøket og en ytterligere gang i finalen. Utøveren tar altså med seg «tråkk på streken» til senere runder i samme øvelse, men ikke til andre øvelser. For eksempel kan en utøver som trår på streken én gang på 200m også trå én gang på streken i 400m uten å bli diskvalifisert



Innendørsresultater vil telle i Lagserien 2022

Fra og med 2022 sesongen vil innendørsresultater kunne tas med i lagserien. Som følge av det endres også serieperioden slik at den følger kalenderåret. I overgangsåret betyr det at resultater fra perioden november-desember 2021 ikke kan benyttes i 2022.

Endringene innebærer at det kommer inn nye øvelser i form av 60 meter og 60 meter hekk. Samtidig fjerner serieutvalget noen andre øvelser og endrer litt på regelverket. Det kommer vi nærmere tilbake til.

Middag på Slottet

Tirsdag 2. november inviterte kongefamilien til middag på Slottet for alle OL-deltakere, trenere og ledere. Tilstede var Amalie Iuel, Hedda Hynne og Eivind Henriksen fra Tjålve. Eivind fikk til og med sitte ved samme bord som Kongen. Det var nok stas.

Menyen bestod av laks og elg til forretter, deretter kveite til hovedrett før måltid ble avsluttet med en epledessert.

Stavsamling i fransk regi

I forbindelse med en stavsamling i Rudhallen i oktober stilte våre to eminente ti-kjempere og deres franske trener i tre utgaver av den franske landslagsdrakten. Fra venstre: Abraham Vogelsang Sandvin, Yoann Rouzieres og Sander Aae Skotheim.



Eivind Henriksen har akkurat hilst på kongefamilien og er på vei inn i salen. Foto: Privat fra TV.



Kronprinsen var så heldig å få Amalie Iuel til bords. Foto: Simen Løvberg Sund (det kongelige hoff)



1500 m menn: Topp 10 gjennomsnitt pr. 2021

Her følger en ajourført 1500 m oversikt med gjennomsnitt for de 10 beste løpene for de beste utøverne. Resultatene er sammenstilt av Bernt Arild Solås. Nytt fra i fjor er at Ferdinand Kvan Edman har rykket opp fra 10.plass til 5.plass grunnet mange gode løp i år. Passerer han Knut Kvalheim neste år?

1. Jakob Ingebrigtsen, Sandnes IL

3:28.32	(1)	Tokyo (OL)	07.08.21
3:28.68	(2)	Monaco, MON	14.08.20
3:29.25	(3)	Monaco, MON	09.07.21
3:30.16	(2)	Lausanne, SUI	05.07.19
3:30.47	(2)	Monaco, MON	12.07.19
3:30.74	(2)	Stockholm, SWE	23.08.20
3:31.18	(4)	Monaco, MON	20.07.18
3:31.33	(4)	Paris, FRA	24.08.19
3:31.45	(2)	Zürich, SUI	09.09.21
3:31.62	(2)	Brussel, BEL.	06.09.19
3:30.32			

3. Henrik Ingebrigtsen, Sandnes IL

3:31.46	(10)	Monaco, MON	18.07.14
3:32.85	(11)	Paris, FRA	04.07.15
3:33.47	(7)	Brussel, BEL.	05.09.14
3:33.68	(9)	Lausanne, SWI	03.07.14
3:33.95	(7)	Zürich, SUI	29.08.13
3:34.57	(12)	Monaco, MON	15.07.16
3:35.09 +	(4)	Oslo/Bi	11.06.14
3:35.43	(5)	London, GBR	07.08.12
3:35.61	(4)	London, GBR	22.07.18
3:36.00	(8)	Birmingham, GBR	05.06.16
3:34.21			

5. Ferdinand Kvan Edman, IK Tjalve

3:37.98 +	(8)	Oslo/Bi	01.07.21
3:38.36	(1)A	Kuortane, FIN	26.06.21
3:38.63	(1)	Cluj-Napoca, ROU	19.06.21
3:38.64	(8)A	Heusden, BEL.	21.07.18
3:39.63	(11)A	Göteborg, SWE	16.08.19
3:39.72	(1)	Oslo/Bi	09.06.21
3:40.37	(5)A	Sollentuna, SWE	18.06.19
3:41.47	(2)	Kristiansand/St	11.09.21
3:41.53	(9)B	Heusden, BEL.	20.07.19
3:41.78	(1)r3	Portland, USA	12.06.16
3:39.81			

7. Arne Kvalheim, IK Tjalve

3:38.5	(1)	Oslo/Bi	28.08.68
3:39.6	(1)	Oslo/Bi	26.08.70
3:39.9	(1)	Oslo/Bi	23.07.68
3:40.1	(1)	Oslo/Bi	05.08.70
3:40.2	(1)	Stockholm, SWE	29.07.70
3:40.3	(2)	Oslo/Bi	19.06.73
3:40.4	(2)	Oslo/Bi	21.06.67
3:40.4	(2)	Oslo/Bi	28.07.69
3:40.4	(2)	Västerås, SWE	28.06.74
3:40.5	(1)	Oslo/Bi	06.09.69
3:40.03			

9. Lars Ove Strømø, IL Fri

3:38.76	(6)	Oslo/Bi	27.07.85
3:40.33	(11)	Hengelo, NED	19.07.87
3:40.76	(6)A	Gävle, SWE	28.07.86
3:41.10	(7)	Oslo/Bi	05.07.86
3:41.32	(10)	Oslo/Bi	05.08.87
3:41.65	(2)	Milano, ITA	26.05.85
3:41.88	(12)	Koblentz, GER	06.08.86
3:42.52	(5)A	Växjö, SWE	21.08.86
3:42.57	(1)	Nadderud	04.08.85
3:42.92	(18)	Hengelo, NED	27.06.86
3:41.38			

2. Filip Ingebrigtsen, Sandnes IL

3:30.01	(3)	Monaco, MON	20.07.18
3:30.35	(4)	Monaco, MON	14.08.20
3:30.82	(4)	Lausanne, SUI	05.07.19
3:31.06	(3)	Paris, FRA	24.08.19
3:31.81	(7)	Monaco, MON	12.07.19
3:32.23	(10)	Monaco, MON	09.07.21
3:32.43	(5)	Brussel, BEL.	09.09.16
3:32.48	(4)	Monaco, MON	21.07.17
3:32.87	(6)	Paris, FRA	30.06.18
3:33.33	(3)	Brussel, BEL.	06.09.19
3:31.74			

4. Knut Kvalheim, IK Tjalve

3:38.1	(5)	Oslo/Bi	30.06.76
3:39.0	(5)	Oslo/Bi	24.07.73
3:39.05	(3)	Stockholm, SWE	07.08.73
3:39.2	(1)	Oslo/Bi	25.08.76
3:39.5	(3)	Bergen/Kr	28.08.73
3:39.55	(2)	Stockholm, SWE	25.07.73
3:39.6	(9)	Helsinki, FIN	30.07.73
3:39.8	(2)	Oslo/Bi	04.08.73
3:40.0	(1)	Oslo/Bi	04.09.73
3:40.1	(1)	Oslo/Bi	19.06.73
3:39.39			

6. Espen Borge, IK Tjalve

3:38.74	(2)	Århus, DEN	01.07.87
3:38.8	(11)	Oslo/Bi	02.07.88
3:38.87	(6)	Oslo/Bi	05.08.87
3:38.95	(8)	Oslo/Bi	04.07.87
3:39.69	(9)A	Stockholm, SWE	05.07.88
3:40.35	(1)	Nesbyen (NM)	16.08.87
3:40.46	(9)	Eugene, USA	02.06.84
3:41.29	(1)	Øystad	16.06.88
3:41.34	(6)A	Kvarnsveden, SWE	27.06.89
3:41.47	(1)	Indianapolis, USA	03.05.86
3:39.99			

8. Lars Martin Kaupang, Larvik TIK

3:37.4	(3)	Oslo/Bi	30.06.76
3:40.7	(1)	Oslo/St	19.05.76
3:41.08	(4)	Stockholm, SWE	17.07.75
3:41.1	(2)	Oslo/Bi	30.07.75
3:41.19	(3)	Stockholm, SWE	08.06.76
3:41.6	(4)	Oslo/Bi	04.07.74
3:41.7	(2)	Göteborg, SWE	01.06.76
3:42.19	(6)	Stockholm, SWE	19.08.75
3:42.7	(3)	Oslo/Bi	25.08.76
3:43.21	(3)	Turku, FIN	11.06.76
3:41.28			

10. Ove Talsnes, IL Gular

3:39.25	(12)	Oslo/Bi	02.07.88
3:39.83	(10)	Oslo/Bi	04.07.87
3:41.35	(5)A	Gävle, SWE	04.07.91
3:41.48	(13)A	Oslo/Bi	06.07.91
3:42.03	(4)	Byrkjelo	28.06.86
3:42.50	(12)	Berlin, GER	05.07.89
3:43.03	(9)A	Stockholm, SWE	04.08.88
3:43.32	(10)	Belfast, GBR	27.06.88
3:43.40	(1)	Oslo/Bi	05.08.87
3:43.48	(3)	Nesbyen	16.08.87
3:41.96			

Årets Julegave!



I denne boken får du 34 romantiske, feminine og tidløse strikkeoppskrifter på bluser, gensere og jakker.

Som utdannet kostymedesigner har **Helene Arnesen** (@fabelknitwear) en forkjærlighet for rike, historiske detaljer, og lar seg ofte inspirere av historiske stiler og silhuetter. Dette blander hun med moderne teknikker som gjør oppskriftene lette å forstå for strikkere på alle nivåer. Det strikkes både nedenfra og opp, og ovenfra og ned, i både tykt og tynt garn. Boken inneholder en god oversikt over garnalternativer som kan brukes i oppskriftene. Alle teknikkene og maskene som brukes har QR koder som fører til en hjelpevideo på YouTube, så her kan både nybegynnere og godt erfarne strikkere prøve seg!

Mange av oppskriftene inneholder også teknikker som lar deg tilpasse plagget til akkurat din ideelle passform, som skulder- og brystvidde og lengde.

Oppskriftene er tilgjengelig i størrelse XS - 3XL, noen også større.

Dermed får du det beste fra to verdener: historisk eleganse og det moderne praktiske!

Du kan naturligvis velge å strikke i akkurat de fargene du liker best, men for Helene Arnesen er den røde tråden de eventyrlige og magiske fargene, inspirert av historie, eventyr og fantasi.

NB! Helene er samboer til Matias Lavik. Løp og kjøp før 2.opplag også er utsolgt.

Forfatter: Helene Arnesen

- **Innbinding:** Innbundet
- **Antall sider:** 246
- **Språk:** Bokmål

- **Forlag/Utgiver:** Vega forlag
- **Nivå:** Voksen
- **EAN:** 9788282118644
- **Kom i salg:** 18. okt. 2021

World Event Ranking: slegge menn senior

Place	Competitor	DOB	Nat	Score	Event List
1	Wojciech NOWICKI	22 FEB 1989	POL	1418	Hammer Throw
2	Paweł FAJDEK	04 JUN 1989	POL	1408	Hammer Throw
3	Mykhaylo KOKHAN	22 JAN 2001	UKR	1348	Hammer Throw
4	Rudy WINKLER	06 DEC 1994	USA	1341	Hammer Throw
5	Eivind HENRIKSEN	14 SEP 1990	NOR	1321	Hammer Throw
6	Quentin BIGOT	01 DEC 1992	FRA	1309	Hammer Throw
7	Bence HALÁSZ	04 AUG 1997	HUN	1260	Hammer Throw
8	Daniel HAUGH	03 MAY 1995	USA	1255	Hammer Throw
9	Valeriy PRONKIN	15 JUN 1994	ANA	1248	Hammer Throw
10	Serghei MARGHIEV	06 NOV 1992	MDA	1236	Hammer Throw

Eivind Henriksen er den eneste av våre utøvere som har en plassering blant de ti beste på World Event Ranking i sin gruppe med 5.plass. Hedda Hynne er nr.20 i gruppen 800 m kvinner (600-1000 m), Karoline Bjerkeli Grøvdal nr.16 i gruppen 5000 m kvinner (3000 m til 3 miles) og nr. 21 i gruppen kvinner 10 000 m (5000 m til terrengløp). Amalie Iuel er nr.29 i gruppen kvinner 400 m hekk. Han som forlater oss, Marcus Thomsen, er nr.31 i gruppen menn kule.



likemuligheter : Full satsing mot 4x400 m lag i München

Like Muligheter @norskfriidrett med Like Muligheter general @amalieiuel i spisen satser på 4x400 m stafettlag med midler fra @coop_norge. Målet er EM i München 2022, og vi gleder oss til å følge med på veien! På laget finner man to utøvere fra IK Tjalve i tillegg til Amalie Iuel; Kaitei og Lakeri Ertzgaard. Tjalvisten ønsker lykke til!



Kretsrekorder Oslo: menn senior

Menn senior utendørs						
----------------------	--	--	--	--	--	--

100m E	9.99 +1.0	Jaysuma Saydy Ndure	IL i BUL	84	Lausanne/SUI	30.06.2011
200m E	19.89 +1.3	Jaysuma Saidy Ndure	IL i BUL	84	Stuttgart/GER	23.09.2007
400m E	46.66	Atle Douglas	SK Vidar	68	Jessheim	21.09.1994
400m M	46.6	Carl Fredrik Bunæs	IK Tjalve	39	Oslo/Bi	15.09.1963
800m	1:44.16	Atle Douglas	SK Vidar	68	GöteborgSWE	04.08.1994
1000m	2:19.0	Audun Boysen	IK Tjalve	29	Göteborg/SWE	30.08.1955
1500m	3:37.98+	Ferdinand Kvan Edman	IK Tjalve	93	Oslo/Bi	01.07.2021
1mile - 1609m	3:53.42	Ferdinand Kvan Edman	IK Tjalve	93	Oslo/Bi	01.07.2021
3000m	7:42.4	Knut Kvalheim	IK Tjalve	50	Oslo/Bi	04.07.1974
5000m	13:11.96	Sindre Buraas	SK Vidar	89	Heusden/BEL	18.07.2015
10000m	27:24.78	Sondre Nordstad Moen	SK Vidar	91	Kristiansand	31.09.2019
1 times løp	21131m	Sondre Nordstad Moen	SK Vidar	91	Kristiansand	07.08.2020
20000m	56:51.60	Sondre Nordstad Moen	SK Vidar	91	Kristiansand	07.08.2020

110m hekk	13.43	Vladimir Vukicevic	SK Vidar	91	LaChauxdeFonds/FRA	14.08.2021
200m hekk	23.35 +1.2	Per O. Nicolaisen	IK Tjalve	61	Ravnanger	12.09.1990
400m hekk	50.67	Atle McAdam	IK Tjalve	77	Florø	31.05.2003
3000m hinder	8:19.77	Jim Svenøy	SK Vidar	72	Stockholm/SWE	27.07.2004

Høyde	2.36	Steinar Hoen	IK Tjalve	71	Oslo/Rå	01.07.1997
Stav	5.80	Sondre Guttormsen	SK Vidar	99	Leverkusen/GER	24.07.2019
Lengde	7.77 +0.9	Johnny Haugen	IL i BUL	51	Oslo/Bi	03.08.1977
Tresteg	16.27	Martin Jensen	IL i BUL	42	Oslo/Bi	05.08.1965

Kule	21.03	Marcus Thomsen	IK Tjalve	98	Oslo/Bi	11.06.2020
Diskos	68.00	Svein Inge Valvik	IF Kamp/Vestheim	56	Juarez/MEX	31.05.1982
Slegge	81.58	Eivind Henriksen	IK Tjalve	90	Tokyo/JAP	04.08.2021
Spyd	89.60	Andreas Thorkildsen	SK Vidar	82	Monte Carlo/MON	10.09.2005

5-kamp	3681	Bo Breigan	IK Tjalve	58	Oslo/So	06.09.1986
--------	------	------------	-----------	----	---------	------------

6.35w-51.22-22.3w-37.38-3:56.5

10-kamp	8160	Benjamin Jensen	IK Tjalve	75	Roskilde/DEN	01.08.1999
---------	------	-----------------	-----------	----	--------------	------------

10.86-7.21-13.50-1.97-49.54 - 14.50w-43.83-5.30-59.01-4:34.84

Bestenoteringer menn senior utendørs						
--------------------------------------	--	--	--	--	--	--

150m	15.81 +1.2	Kenneth Kjensli	IK Tjalve	69	Oslo/La	07.05.1994
300m	33.50	Anders Gjeldnes	Lambertseter IF	65	Oslo/La	13.05.1995
600m	1:15.79	Tobias Grønstad	IK Tjalve	02	Oslo/Bi	14.05.2021
2000m	5:04.64	Knut Kvalheim	IK Tjalve	50	London, GBR	04.07.1975
2miles 3218m	12:58.8	Knut Kvalheim	IK Tjalve	50	Oslo/Bi	30.07.1974
6miles-6436m	27:48.5	Yngvar Christiansen	Bøler IF	60	Oslo/Bi	11.07.1981
Halvmaraton	59:48	Sondre Nordstad Moen	SK Vidar	91	Valencia, ESP	22.10.2017
Maraton	2:05:48	Sondre Nordstad Moen	SK Vidar	91	Fukuoka, JPN	03.12.2017
300m hekk	37.11	Atle McAdam	IK Tjalve	77	Oslo/La	09.05.1998
Spyd g.t.	91.72	Terje Pedersen	SK Vidar	43	Oslo/Bi	02.09.1964
Vektkast 15.88	21.77	Eivind Henriksen	IK Tjalve	90	Oslo/So	16.09.2012

Kast 5-kamp	4427	Eivind Henriksen	IK Tjalve	90	Oslo/So	16.09.2012
-------------	------	------------------	-----------	----	---------	------------

71.58-14.00-50.14-54-96-21.77

Kretsrekorder Oslo: kvinner senior

Kvinner senior utendørs

100m E	11.10 +1.2	Ezinne Okparaebo	IL i BUL	88	London/GBR	04.08.1012
200m E	23.21 +2.0	Line Kloster	SK Vidar	90	Gulle/SUI	08.08.2018
400m E	51.64	Amalie Iuel	IK Tjalve	90	Potchefstroom/RSA	14.03.2020
800m	1:58.10	Hedda Hynne	IK Tjalve	90	Bellinzona/SUI	15.09.2020
1000m	2:39.74	Grete Waitz	SK Vidar	53	London/GBR	09.09.1977
1500m	4:00.55	Grete Andersen Waitz	SK Vidar	53	Praha/CZE	03.09.1978
1mile. 1609m	4:26.23	Karoline Bjerkli Grøvdal	IK Tjalve	90	Oslo/Bi	09.06.2015
3000m	8:31.75	Grete Andersen Waitz	SK Vidar	53	Oslo/Bi	17.07.1979
5000m	14:37.33	Ingrid Kristiansen	IL i BUL	56	Stockholm/SWE	03.09.1986
10000m	30:13.74	Ingrid Kristiansen	IL i BUL	56	Oslo/Bi	05.07.1986

100m hekk E	12.72 +0.2	Isabelle Pedersen	IL i BUL	92	London/GBR	22.07.1018
200m hekk	26.11 -0.9	Line Kloster	SK Vidar	90	Oslo/Bi	11.06.2020
400m hekk	55.49	Line Kloster	SK Vidar	90	Le-Chaux-de-Fords/SUI	01.07.2018
2000m hinder	6:25.91	Karoline Bjerkeli Grøvdal	SK Vidar	90	Novi Sad/SRB	25.07.2009
3000m hinder	9:13.35	Karoline Bjerkeli Grøvdal	IK Tjalve	90	Sandnes	26.08.2017

Høyde	1.97	Hanne Haugland	SK Vidar	67	Oslo/Bi	22.07.1994
Tangering	1.97	Hanne Haugland	SK Vidar	67	Monte Carlo/MON	02.08.1994
Stav	4.50	Lene Retzius	IL i BUL	96	Lambertseter	30.05.2018
Lengde	6.68 +1.3	Margarethe Renstrøm	IK Tjalve	85	Barcelona/ESP	27.07.2010
Tresteg	13.83 +1.2	Lene Espegren	IK Tjalve	71	Pula/CRO	05.06.1999
Tangering	13.83 +1.8	Lene Espegren	IK Tjalve	71	Byrkjelo	06.08.1999

Kule	16.26	Cecil Tidemand Hansen	IL i BUL	56	Des Moines/USA	25.04.1981
Diskos	69.68	Mette Bergmann	SK Vidar	62	Florø	27.05.1995
Slegge	70.43	Mona Holm Solberg	IK Tjalve	83	Byrkjelo	13.08.2011
Spyd	61.37	Marie-Therese Obst	IK Tjalve	96	Athens/USA	09.04.2021

7-kamp	5727	Andrea Roth	Lambertseter IF	02	Sollentuna/SWE	13.06.2021
--------	------	-------------	-----------------	----	----------------	------------

13.38+2.3-1.72-10.74-24.51-1.1 / 6.03+1.8-30.81-2:13.18

Bestenoteringer kvinner senior utendørs

150m	17.31 +0.2	Ezinne Okparaebo	IL i BUL	88	Oslo/Bi	19.05.2010
300m	37.31	Line Kloster	SK Vidar	90	Asker/Fø	09.06.2018
600m	1:30.05	Ingvill Måkestad Bowim	IK Tjalve	81	Oslo/Bi	19.05.2009
600m mx	1:26.90	Hedda Hynne	IK Tjalve	90	Trondheim/St	28.09.2020
2000m	5:41.04	Karoline Bjerkli Grøvdal	IK Tjalve	90	Florø	02.06.2018
3miles-4828m	14:40.9	Grete Andersen Waitz	SK Vidar	53	Oslo/Bi	26.06.1982
300m hekk	38.97	Line Kloster	SK Vidar	90	Lillestrøm	27.05.2018
10km veiløp	30:32	Karoline Bjerkli Grøvdal	IK Tjalve	90	Hole	17.10.2020
Halvmaraton	1:06:40	Ingrid Kristiansen	IK Tjalve	56	Sandnes	05.04.1987
Maraton	2:21:06	Ingrid Kristiansen	IL i BUL	56	London, GBR	21.04.1995
Vektkast 9.08	17.26	Unn Merete Lie	SK Vidar	71	Oslo/So	24.07.1999

Kast-5-kamp	3879	Mona Holm	IK Tjalve	83	Oslo/So	18.09.2010
-------------	------	-----------	-----------	----	---------	------------

(3.03-11.20-40.41-32.50-15.95)

Kretsrekorder Oslo: menn U23

Menn U23 utendørs						
100m	10.48 -0.1	John Ertzgaard	IK Tjalve	77	Budapest/HUN	18.08.1999
100m M	10.4	Carl Fredrik Bunæs	IK Tjalve	39	Kongsberg	23.05.1957
200m E	21.13 +1.1	John Ertzgaard	IK Tjalve	77	Rieti/ITA	30.08.1999
200m M	21.0	Carl Fredrik Bunæs	IK Tjalve	39	Oslo/Bi	06.09.1969
400m E	47.61	Richard Sandberg Hansen	Lambertseter IF	66	Nesbyen	16.08.1987
800m	1:46.46	Tobias Grønstad	IK Tjalve	02	Halluin/FRA	01.09.2021
1000m	2:24.16	Stein Engevoid	SK Vidar	67	Oslo/Bi	05.07.1986
1500m	3:41.0	Knut Kvalheim	IK Tjalve	50	Oslo/Bi	26.08.1970
1mile-1609m	4:06.1	Arne Kvalheim	IK Tjalve	45	Oslo/Bi	15.07.1965
3000m	7:56.09	Snorre Holtan Løken	IK Tjalve	94	Hamar	18.05.2016
5000m	14:03.81	Sindre Buraas	SK Vidar	89	Göteborg/SWE	09.06.2009
10000m	28:44.92	Yngvar Christiansen	Bøler IF	60	Oslo/Bi	11.07.1981

110m hekk	13.87 +1.1	Gaute Melby Gundersen	Lambertseter IF	72	Stjørdal	28.06.1992
200m hekk	23.79 +1.3	Gaute Melby Gundersen	Lambertseter IF	72	Lillehammer/Ss	05.09.1992
400m hekk	50.98	Atle McAdam	IK Tjalve	77	Oslo/Bi	25.05.1999
2000m hinder	5:46.5	Thor Walter Kristensen	Bøler IF	63	Nadderud	07.08.1982
3000m hinder	8:58.6	Thor Walter Kristiansen	Bøler IF	63	Oslo/St	30.06.1982

Høyde	2.32	Steinar Hoen	IK Tjalve	71	Bergen/Fa	26.05.1993
Stav	5.80	Sondre Guttormsen	SK Vidar	99	Leverkusen/GER	24.07.2019
Lengde	7.71 +0.6	Tom Wisløff	IK Tjalve	62	Øvre Årdal	26.08.1984
Tresteg	15.30 +1.4	Christian Thomassen	IK Tjalve	77	Huddinge/SWE	24.08.1997

Kule	19.24	Gjøran Sørli	IK Tjalve	78	Oslo/Bi	23.06.2000
Diskos	59.20	Gjøran Sørli	IK Tjalve	78	Oslo/So	10.09.2000
Slegge	75.57	Eivind Henriksen	IK Tjalve	90	Florø	02.06.2012
Spyd	86.50	Andras Thorkildsen	SK Vidar	82	Athen/GRE	28.08.2004

10-kamp	6903	Runar Heltne	IK Tjalve	80	Bern/SUI	18.07.1999
---------	------	--------------	-----------	----	----------	------------

11.11+2.2-6.94-0.6-11.17-1.75-50.57/15.69-0.7-36.12-4.10-52.50-4:34.89

Bestenoteringer

600m	1:15.79	Tobias Grønstad	IK Tjalve	02	Oslo/Bi	14.05.2021
2000m	5:16.86	Paul Skei	IL i BUL	61	Oslo/Bi	07.07.1982
2miles-3218m	8:48.0	Magne Bjørdal	IK Tjalve	46	Vesterås/SWE	11.08.1968
6miles-6336m	27:48.5	Yngvar Christensen	Bøler IF	60	Oslo/Bi	11.07.1981
Maraton	2:17:38	Yngvar Christensen	Bøler IF	60	Drammen	04.10.1981
Vektkast 15.88	21.77	Eivind Henriksen	IK Tjalve	90	Oslo/So	16.09.2012

5-kamp	3598	Jan Amund Ydersbond	Oslo-Studentene	48	Oslo/Fr	26.09.1970
--------	------	---------------------	-----------------	----	---------	------------

6.61-63.02-23.6-33.56-4:14.4

Kast 5-kamp	4427	Eivind Henriksen	IK Tjalve	90	Oslo/So	16.09.2012
-------------	------	------------------	-----------	----	---------	------------

71.58-14.00-50.14-54.96-21.77

Kretsrekorder Oslo: kvinner U23

Kvinner U23 utendørs

100m E	11.23 +1.0	Ezinne Okparaebo	IL i BUL	88	Barcelona/ESP	29.07.2010
Tangering	11.23 -0.6	Ezinne Okparaebo	IL i BUL	88	Barcelona/ESP	29.07.2010
200m	23.61 +0.7	Ezinne Okparaebo	IL i BUL	88	Zürich/SUI	29.08.2008
Tangering	23.61 +1.8	Folake Akinyemi	SK Vidar	90	Donnas/ITA	10.07.2010
400m	53.12	Anne Gundersen	IL i BUL	66	Sandnes	10.08.1986
800m	2:02.68	Toril Hatling	IK Tjalve	67	London/GBR	28.08.1988
1000m	2:39.8	Grete Waitz	SK Vidar	53	Jablonec/CZE	23.09.1975
1500m	4:05.21	Grete Waitz	SK Vidar	53	Roma/ITA	08.09.1974
1mile-1609m	4:26.23	Karoline Bjerkeli Grøvdal	SK Vidar	90	Oslo/Bi	09.06.2016
3000m	8:46.6	Grete Waitz	SK Vidar	53	Oslo/Bi	24.06.1975
5000m	15:24.86	Karoline Bjerkeli Grøvdal	SK Vidar	90	London/GBR	07.08.2012
10000m	32:27.99	Grete Kirkeberg Mørk	Høybråten & Sto	64	Oslo/Bi	05.07.1986

100m hekk E	13.11 +0.4	Andrea Rooth	Lambertseter IF	02	Mannheim/GER	26.06.1981
100m hekk M	13.4 +0.1	Hilde Fredriksen	Grorud IL	60	Porsgrunn/Kj	29.06.1980
200m hekk	26.64 +0.5	Andrea Rooth	Lambertseter IF	02	Oslo/La	28.05.2020
400m hekk	56.85	Hilde Fredriksen	Grorud IL	60	Sittard/NED	16.08.1980
2000m hinder	6:25.91	Karoline Bjerkeli Grøvdal	SK Vidar	90	Novi Sad/SRB	25.07.2009
3000m hinder	9:33.34	Karoline Bjerkeli Grøvdal	SK Vidar	90	Oslo/Bi	03.07.2009

Høyde	1.93	Hanne Haugland	IL i BUL	67	Oslo/Bi	14.05.1987
Stav	4.50	Lene Retzius	IL i BUL	96	Oslo/La	30.05.2018
Lengde	6.37 +0.4	Nadia Akpana Assa	IL i BUL	95	Rud	05.03.2016
Tresteg +0.3	13.63 +0.3	Inger Anne Frøysedal	IK Tjalve	89	Bergen/Fa	19.06.2010

Kule	13.77	Nina Finstad	SK Vidar	68	Oslo/Bi	05.06.1990
Diskos	51.40	Agnete Johansen	IK Tjalve	81	Oslo/So	09.09.2000
Slegge 4	61.66	Katja Vangsnes	SK Vidar	91	Halle, GER	25.05.2013
Spyd	57.44	Marie-Therese Obst	IK Tjalve	96	Mannheim, GER	05.07.2014

7-kamp	5727	Andrea Rooth	Lambertseter IF	02	Sollentuna/SWE	13.06.2021
--------	------	--------------	-----------------	----	----------------	------------

13.66+2.4-1.64-10.26-24.63+0.1 / 5.53+0.3-31.83-2:13.15

Bestenoteringer

300m	38.56	Line Kloster	SK Vidar	90	Oslo/Bi	19.05.2010
2000m	6:12.93	Karoline Bjørkli Grøvdal	SK Vidar	90	Novi Sad, SRB	26.07.2009
Halvmaraton	1:09.41	Karoline Bjerkeli Grøvdal	SK Vidar	90	Oslo	22.09.2012
Maraton	2:51:09	Grete Kirkeberg	Høybråten&Stov	61	New York, USA	23.10.1983
Spyd g.t.	60.86	Sølvi Nybø	SK Vidar	66	Gainsville, USA	29.03.1986

5-kamp	4197	Hilde Fredriksen	Grorud IL	60	Bodø/As	06.07.1980
--------	------	------------------	-----------	----	---------	------------

13.96-10.33-1.70-6.33-2.19.)

Kretsrekorder Oslo: menn U20

Menn U20 utendørs	5
--------------------------	----------

100m E	10.50 +1.3	Philip Bjørnå Berntsen	IK Tjalve	89	Luzern/SUI	06.09.2008
100m M	10.4	Carl Fredrik Bunæs	IK Tjalve	39	Kongsberg	23.05.1957
200m E	21.25 +0.8	Philip Bjørnå Berntsen	IK Tjalve	89	Prestfoss	30.08.2008
400m E	48.18	Tobias Grønstad	IK Tjalve	02	Oslo/Bi	25.08.2021
400m M	47.9	Richard Simonsen	IL Vestar	45	Oslo/Bi	21.09.1963
800m	1:46.46	Tobias Grønstad	IK Tjalve	02	Halluin/FRA	01.09.2021
1000m	2:24.16	Stein Engevoid	SK Vidar	67	Oslo/Bi	05.07.1986
1500m	3:45.36	Simen Bakken	IL Heming	67	Oslo/Bi	15.06.1985
3000m	8:12.82	Andreas Fjeld Halvorsen	SK Vidar	05	Jessheim	06.08.2021
5000m	14:09.54	Sondre Nordstad Moen	SK Vidar	91	Göteborg/SWE	09.06.2009
10000m	29:17.99	Sondre Nordstad Moen	SK Vidar	91	Lillehammer/Ss	02.08.1999

110m h 100	13.99	Gaute Melby Gundersen	Lambertseter IF	72	Göteborg/SWE	17.06.1990
110m h 106.7	14.11	Gaute Melby Gundersen	Lambertseter IF	72	Plovdiv/BUL	11.08.1990
200m hekk E	27.39 +1.7	Christoffer Larsåsen	IL i BUL	85	Drammen/Ma	20.09.2003
200m hekk M	25.0	Trond Knaplund	Grorud IL	60	Nadderud	04.10.1978
400m hekk	51.89	Atle McAdam	Bækkelagets SK	77	Lillehammer/Ss	19.08.1995
2000m hinder	5:46.5	Thor Walter Kristiansen	Bøler IF	63	Nadderud	07.08.1982
3000m hinder	8:58.6	Thor Walter Kristiansen	Bøler IF	63	Oslo/St	30.06.1982

Høyde	2.18	Kjølv Egeland	IL i BUL	90	Oslo/So	14.09.2008
Stav	5.45	Simen Guttormsen	SK Vidar	01	Ski	02.06.2020
Lengde	7.55 +1.0	Sander Aae Skotheim	IK Tjalve	02	Tallinn/EST	17.07.2021
Tresteg	15.26	Christian Thomassen	IK Tjalve	77	Oslo/Bi	01.07.1995

Kule 6	21.38	Marcus Thomsen	IK Tjalve	98	Grosseto/ITA	21.07.2017
Kule 7.26	19.40	Marcus Thomsen	IK Tjalve	98	Sandnes	27.08.2017
Diskos 1.75	54.35	Eivind Henriksen	IK Tjalve	90	Helsingborg/SWE	09.07.2009
Diskos 2	52.04	Ottar Kosberg	IK Tjalve	53	Spikkestad	12.10.1971
Slegge 6	78.30	Eivind Henriksen	IK Tjalve	90	Bodø/Mø	15.08.2009
Slegge 7.26	69.07	Eivind Henriksen	IK Tjalve	90	Lillehammer/Ss	31.07.2009
Spyd 700	62.10	Sander Aae Skotheim	IL Koll	02	Baku/AZE	23.07.2019
Spyd 800	74.24	Kasper Sagen	Bækkelagets SK	99	Sigdal	25.08.2019

10-kamp	8238	Markus Rooth	IK Tjalve	01	Oslo/Bi	28.06.2020
---------	------	--------------	-----------	----	---------	------------

11.03+0.0--7.53+0.6-15.81-1.97-49.56/14.18+1.5-46.07-4.75-59.89-4:39.79
Hekkehøyde: 100 – Kule 6 – Diskos 1.75

10-kamp	6903	Runar Heltne	IK Tjalve	80	Bern, SUI	18.07.1999
---------	------	--------------	-----------	----	-----------	------------

11.11+2.2-6.94-0.6-11.17-1.75-50.57/15.69-0.7-36.12-4.10-52.50-4:34.89
Alle resultater som for senior

Bestenoteringer

300m	34.87	Atle McAdam	Bækkelagets SK	77	Oslo/Bi	26.09.1995
600m	1:15.79	Tobias Grønstad	IK Tjalve	02	Oslo/Bi	14.05.2021
300m h 91.4	37.79	Atle McAdam	Bækkelagets SK	77	Bergen/Fa	12.08.1995

Kretsrekorder Oslo: kvinner U20

Kvinner U20 utendørs

100m	11.45 +0.7	Ezinne Okparaebo	IL i BUL	88	Hangelo/NED	20.07.2007
200m	23.75 +0.3	Folake Akynemi	SK Vidar	90	Novi Sad/SRB	24.07.2008
400m	53.96	Lakeri Ertzgaard	IK Tjalve	02	Oslo/Bi	25.08.2020
800m	2:05.58	Pernille Karlsen Antonsen	SK Vidar	02	Greveskogen	22.05.2021
1500m	4:15.12	Karoline Bjørkli Grøvdal	SK Vidar	90	Florø	06.09.2009
3000m	9:17.29	Karoline Bjørkli Grøvdal	SK Vidar	90	Vaasa/FIN	22.09.2019
5000m	15:29.82	Karoline Bjørkli Grøvdal	SK Vidar	90	Bergen/FA	21.06.2009

100m hekk	13.11 +0.4	Andrea Roth	Lambertseter IF	02	Mannheim/GER	03.07.2021
200m hekk	26.64 +0.5	Andrea Roth	Lambertseter IF	02	Oslo/La	28.05.2020
400m hekk	56.95	Andrea Roth	Lambertseter IF	02	Bergen/Fa	20.09.2020
2000m hinder	6:25.91	Karoline Bjerkeli Grøvdal	SK Vidar	90	Novi Sad/SRB	25.07.2008
3000m hinder	9:33.34	Karoline Bjerkeli Grøvdal	SK Vidar	90	Oslo/Bi	03.07.2009

Høyde	1.78	Mona Andreassen	IK Tjalve	81	Oslo/Bi	10.07.1999
Stav	4.17	Lene Retzius	IL i BUL	96	Espoo/ FIN	29.08.2015
Lengde	6.39 +1.3	Nadia Akpana Assa	IL i BUL	95	Eugene/USA	22.07.2014
Tresteg	13.33 +0.9	Hedda Kronstrand Kvalvåg	IK Tjalve	02	Mannheim/GER	03.07.2021

Kule	13.10	Nina Finstad	SK Vidar	68	Oslo/St	25.05.1987
Diskos	51.40	Agnete Johansen	IK Tjalve	81	Oslo/So	09.09.2000
Slegge	55.76	Eva Danielsen	IF Torodd	81	Växjö/SWE	29.08.2000
Spyd	57.44	Marie-Therese Obst	IK Tjalve	96	Mannheim/GER	05.07.2014

7-kamp	5727	Andrea Roth	Lambertseter IF	02	Sollentuna/SWE	13.06.2021
--------	------	-------------	-----------------	----	----------------	------------

13.38+2.3-1.72-10.74-24.51-1.1 / 6.03+1.8-30.81-2:13.18

Bestenoteringer

300m	38.76	Folake Akyniemi	IL i BUL	90	Oslo/Bi	19.05.2011
600m	1:32.8	Grete Andersen Waitz	SK Vidar	53	Grimstad	02.07.1971
2000m	6:12.93	Karoline Bjerkeli Grøvdal	SK Vidar	90	Novi Sad/SRB	26.07.2009
2000m	6:12.83	Karoline Bjørkli Grøvdal	SK Vidar	90	Novi Sad/SRB	26.07.2009
Halvmaraton	1:19:02	Emilie Moe	SK Vidar	01	Jessheim	03.10.2020
Maraton	3:09:29	Gry Hofstad Larsen	SK Vidar	68	Oslo	12.09.1987
Spyd g.t.	58.12	Sylvi Nybø	SK Vidar	66	Sollentuna/ SWE	11.08.1984



SUPERDUO: Sverre Strandli (til venstre) var først Oddvar Kroghs forbilde, så hans læremester og til slutt den tøffeste konkurrenten. Sammen var de SILS superduo på 1950- og 60-tallet.

FOTO: PRIVAT

Da Sarpsborg var best i verden – i sleggekast

Denne uka har sleggekasteren Eivind Henriksen sjarmert en hel idrettsnasjon. Men Norge har definitivt hatt sjarmerende sleggekastere før.

OG DE kanskje aller beste i den kategorien representerte Sarpsborg Idrettslag (SIL) på 1950- og 60-tallet. Vi snakker om Sverre Strandli og Oddvar Krogh, de som sammen med Magne Fæleide, utgjorde det som rett og slett ble kalt verdens beste sleggelag.

Verken mer eller mindre.

Tar vi med at lokale historikere som Ola Jonassen, også trekker fram SIL-inger som Johannes Stubberud, Nils Martinussen og Christian Nilsen fra sam-

me tidsepoke som strålende sleggekastere, forstår en at det ble utviklet et helt spesielt miljø for denne spesielle friidrettsgrenen der nede på grusbanen rundt fotball-plassen på Ennen-da.

SARPSBORGS IDRETTSHISTORIE er full av fantastiske historier. Og ulike personligheter. De forskjellige tidsepokene har alle sin sjarm. For meg er sleggeventyret på 50- og 60-tallet kanskje det aller mest spesielle. Mer om det litt senere.

DE OLYMPISKE lekene i Tokyo nærmer seg slutten. OL er et eventyr for de av oss som har en idrettsinteresse litt over det normale. Hvert fjerde år slår det meg hvor enormt mange fascinerende idretter vi har. Jeg har over hodet ingen problemer

med å slå i hjel litt tid foran kassa med sporter som landhockey, vannpolo, badminton, ja, til og med trampoline.

Alle idrettene har sitt særpreg. Og alle har idrettsutøvere som holder et nivå en knapt tror er mulig.

ALLE OLYMPISKE leker skaper også nye helter. Gjerne ukjente – og gjerne i uventete idretter eller grener. I dette mesterskapet har sleggekasteren Eivind Henriksen definitivt vært en slik. Han som mistet plassen i OL-finalen i 2012 fordi en russer hadde dopet seg til en posisjon på seierspallen. Han som har slitt med enormt mange skader. Han som mistet sin trener, mentor og bestekamerat Einar Brynemo i 2018. Og han som reiste til Tokyo uten annet press enn det en idrettsutøvere

av hans kaliber legger på seg selv.

Eivind innfridde.

Eivind vant sølv.

Og han gjorde det gjennom å levere sin beste konkurranse noensinne.

Det norske folk elsket hans prestasjon i sleggeringen.

Men vi elsket ikke minst hans tårer i intervjuene etter konkurransen.

Slike gutter det vil gamle Norge rett og slett ha!

NÅ HAR vi altså fått øynene opp for sleggekast. Det fikk i høyeste grad også sarpingene da Sverre Strandli flyttet til byen fra Brandvaal og meldte seg inn i SIL i 1954. Da var plutselig en av verdens aller beste utøvere en av oss. Strandli tok EM-gull i 1950 og EM-sølv i 1954. Han satte to verdensrekorder på Bislett, og han deltok i ikke mindre enn tre OL. Sin beste OL-plassering fikk han med sjuendeplassen i Helsingfors i 1952. Strandli ble norsk mester 11 ganger i slegge – og en gang i kulestøt.

RAKSTINGEN ODDVAR Krogh hadde Sverre Strandli som forbilde da også han ble SIL-ing. Da Krogh havnet i Olavs by, meldte han seg inn i SIL, og ble både lagkamerat og konkurrent med Strandli.

Og Krogh var god. Fryktelig god. Så god at hans beste

kast hadde holdt til en i en sjetteplass i Tokyo-OL i 1964, der som ikke Norges Olympiske Komité hadde bestemt seg for at Krogh ikke fikk reise til Japan likevel. OL-antrekket han hadde tatt prøve av, ble derfor aldri benyttet.

Men Krogh ble norgesmester seks ganger, han var i 1964 første nordmann over 65 meter (65,80) – og han var året før den første som slo Sverre Strandli legendariske norgesrekord på 64,83 meter.

JEG ER ganske trygg på at om herrerne Strandli og Krogh hadde konkurrert i dag, så hadde de vært like elsket av det norske folk som det Eivind Henriksen ble etter sølvkastet onsdag.

Fordi nordmenn har greie på idrett!

Det har vi alltid hatt!



GULLKAST: Sverre Strandli i aksjon da han tok EM-gull i 1950.

FOTO: NTB



HELT: I Eivind Henriksen har Norge fått en ny idrettshelt. Henriksen tok OL-sølv i sleggekast onsdag.

FOTO: NTB



KOMMENTAR

PETTER KALNES
NYHETSREDAKTØR

Plasseringer Europastatistikken pr. 31.12.2021

Kvinner

400 m		
Amalie Iuel	51.64	(28)
800 m		
Hedda Hynne	1:59.82	(17)
1500 m		
Karoline Bjerkeli Grøvdal	4:03.07	(13)
3000 m		
Karoline Bjerkeli Grøvdal	8:33.47	(2)
5000 m		
Karoline Bjerkeli Grøvdal	14:43.26	(4)
10 000 m		
Karoline Bjerkeli Grøvdal	30:50.84	(2)
400 m hekk		
Amalie Iuel	55.04	(12)

Menn

800 m		
Tobias Grønstad	1:46.46	(68)
1500 m		
Ferdinand Kvan Edman	3:38.36	(74)
3000 m		
Ferdinand Kvan Edman	7:45.52	(17)
5000 m		
Ferdinand Kvan Edman	13:39.23	(59)
Kule		
Marcus Thomsen	20.96 m	(18)
Slegge		
Eivind Henriksen	81.58 m	(3)
10-kamp		
Markus Rooth	7967 p	(27)

Plasseringer verdensstatistikken pr. 31.12.2021

Kvinner

400 m		
Amalie Iuel	51.64	(78)
800 m		
Hedda Hynne	1:59.82	(46)
1500 m		
Karoline Bjerkeli Grøvdal	4:03.07	(36)
3000 m		
Karoline Bjerkeli Grøvdal	8:33.47	(9)
5000 m		
Karoline Bjerkeli Grøvdal	14:43.26	(18)
10 000 m		
Karoline Bjerkeli Grøvdal	30: 50.84	(18)
400 m hekk		
Amalie Iuel	55.04	(23)

Menn

800 m		
Tobias Grønstad	1:46.46	(149)
1500 m		
Ferdinand Kvan Edman	3:38.36	(183)
3000 m		
Ferdinand Kvan Edman	7:45.52	(54)
5000 m		
Ferdinand Kvan Edman	13:39.23	(281)
Kule		
Marcus Thomsen	20.96 m	(35)
Slegge		
Eivind Henriksen	81.58 m	(4)
10-kamp		
Markus Rooth	7967 p	(46)

På årets Europastatistikk har vi tre plasseringer blant de tre beste. Karoline Bjerkeli Grøvdal står for to av dem, Eivind Henriksen den tredje. I tillegg har vi fire plasseringer blant de tjue beste. Karoline står for en av dem (1500m), mens Hedda Hynne, Amalie Iuel og Marcus Thomsen står for de tre andre.

På årets verdensstatistikk har vi en blant de fem beste (Eivind Henriksen) og to blant de ti beste. Karoline er inne som nr. 9 på 3000 m. Vi har Karoline også inne blant de tjue beste på 5000 m og 10 000 m.

Topp 20 plasseringer Norgesstatistikken pr. 31.12.2021

Menn

100 m		
Kenny Emi Tijani-Ajayi (IL Koll)	10.73	(12)
110 m hekk		
Markus Rooth	14.61	(3)
Joachim Sandberg	14.62	(4)
200 m		
Kenny Emi Tijani-Ajayi	21.37	(6)
400 m		
Luca Thompson	48.18	(10)
Tobias Grønstad	48.18	(10)
Sander Aae Skotheim	49.00	(16)
800m		
Tobias Grønstad	1:46.46	(1)
Luca Thompson	1:49.05	(5)
1500m		
Ferdinand Kvan Edman	3:37.98+	(3)
Ibrahim Buras	3:48.49	(20)
3000 m		
Ferdinand Kvan Edman	7:45.52	(4)
Ibrahim Buras	8:08.62	(16)
5000 m		
Ferdinand Kvan Edman	13:39.23	(9)
Petter M. Rypdal	14.13.07	(17)
10 000 m		
Kristian Pytten	30:00.00	(15)
Høyde		
Sander Aae Skotheim	2.10 m	(1)
Abraham Sandvin Vogelsang	2.08 m	(2)
Markus Rooth	1.97 m	(5)
Stav		
Sander Aae Skotheim	5.01 m	(4)
Markus Rooth	4.90 m	(5)
Abraham Sandvin Vogelsang	4.90 m	(5)
Andreas Gjesdal	4.70 m	(8)
Lengde		
Sander Aae Skotheim	7.55 m	(4)
Markus Rooth	7.43 m	(7)
Abraham Sandvin Vogelsang	7.37 m	(8)
Elias Sanden Søvik	6.76 m	(18)
Tresteg		
Elias Sanden Søvik	14.97 m	(3)
Per Eilif Aalerud	13.18 m	(15)
Kule		
Marcus Thomsen	20.96 m	(1)
Eivind Henriksen	15.47 m	(3)
Markus Rooth	14.01 m	(7)
Erik Johannes Rosvold	13.88 m	(8)
Diskos		
Eivind Henriksen	53.41 m	(4)
Thor Olav Rosvold	50.44 m	(5)
Erik Johannes Rosvold	49.26 m	(7)
Markus Rooth	47.31 m	(9)
Slegge		
Eivind Henriksen	81.58 m	(1)
Spyd		
Markus Rooth	61.65 m	(11)
Sander Aae Skotheim	61.47 m	(12)
Abraham Sandvin Vogelsang	57.25 m	(18)
10-kamp		
Markus Rooth	7967 p	(2)

Fire topp 20 plasseringer blant herrene, Vi merker oss ellers at vi har flere utøvere inne på topp 20-lista enn vi har hatt de seneste årene.

Kvinner

100 m		
Kaitesi Ertzgaard	11.89	(8)
Vilde Aasmo	12.06	(14)
Lakeri Ertzgaard	12.15	(20)
100 m hekk		
Kajsa Rooth	14.04	(14)
200m		
Kaitesi Ertzgaard	24.01	(8)
Lakeri Ertzgaard	24.73	(17)
400m		
Amalie Iuel	51.62	(1)
Lakeri Ertzgaard	54.24	(5)
Kaitesi Ertzgaard	54.33	(6)
Malin Nyfors	55.61	(11)
400 m hekk		
Amalie Iuel	55.04	(1)
Kaitesi Ertzgaard	60.05	(8)
800m		
Hedda Hynne	1:59.82	(1)
Solveig Hernandez Vråle	2:06.51	(8)
Malin Nyfors	2:07.90	(11)
Sigrid Jervell Våg	2:08.09	(14)
Selma Løchen	2:09.11	(19)
1500m		
Karoline Bjerkeli Grøvdal	4:03.07	(1)
Sigrid Jervell Våg	4:19.06	(7)
Selma Løchen Engdahl	4:22.01	(13)
Ingeborg Løvnes	4:22.22	(14)
Kristine Eikrem Engeset	4:23.00	(15)
Malin Edland	4:25.10	(18)
Solveig Hernandez Vråle	4:25.36	(19)
3000 m		
Karoline Bjerkeli Grøvdal	8:33.47	(1)
Sigrid Jervell Våg	9:12.52mx	(4)
Ingeborg Løvnes	9:19.89	(7)
Kristine Eikrem Engeset	9:22.62	(9)
Selma Løchen Engdahl	9:28.98	(15)
3000 m hinder		
Ingeborg Løvnes	10:15.34	(3)
5000 m		
Karoline Bjerkeli Grøvdal	14:43.26	(1)
Sigrid Jervell Våg	15:57.25mx	(3)
Kristine Eikrem Engeset	16:26.82	(8)
10 000 m		
Karoline Bjerkeli Grøvdal	30:50.84	(1)
Maria Sagnes Wågan	34:02.66	(7)
Høyde		
Telma Rostoft Kristjansson (IL Koll)	1.66 m	(15)
Lengde		
Hedda Kronstrand Kvalvåg	5.76 m	(10)
Kajsa Rooth	5.48 m	(16)
Elise Sanden Søvik	5.44 m	(18)
Tresteg		
Hedda Kronstrand Kvalvåg	13.33 m	(1)
Elise Sanden Søvik	12.45 m	(3)
Spyd		
Marie-Therese Obst	61.37 m	(1)
Sigrid Borge	53.08 m	(5)

Ni topp 20 plasseringer blant kvinnene, En av grunnene er at Karoline Bjerkeli Grøvdal har løpt flere distanser enn hun har gjort de seneste årene.

Tjalvetøy



Singlet og tights/truse



Topp og hotpants



T-skjorte og tights



Treningsjakke og tights



Singlet/topp og splitshorts/truse



Hettegenser og tights
Modeller: Hedda og Thomas. Fotos: Eirik Førde

