

TJALVISTEN

MEDLEMSBLAD FOR



IDRETTSKLUBBEN TJALVE

Spesialutgave November 2023

Digital utgave

108. årgang

Velkommen til IK Tjalve

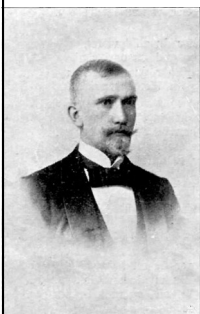


Eivind Henriksen vant sølv under OL i Tokyo 2021

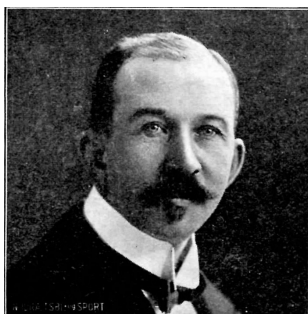
Norges fremste friidrettsklubb



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 gate", 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"

I dette nummeret

Redaksjonens hjørne	3
Våre verdier	4
Tjalves hovedmål	4
Våre delmål	5
Våre tiltak, delmål 1	5
Våre tiltak, delmål 2	6
Våre tiltak, delmål 3	6
Våre trenere	7
Våre arrangementer	8
Tjalves styre 2023/2024	9
Våre eliteutøvere	12
Tjalve i Olympiske leker	15
Tjalve i Europamesterskap	16
Tjalve i Verdensmesterskap	17
Klubbrekorder senior	18
Klubbrekorder U23	19
Klubbrekorder junior (U20)	20
Tjalvetøy	21

Styret 2023/2024

Leder: Ronny Nilsen	90517098
Nestleder: Svein Søndena	95232321
Styremedlem: Heidi Maltun	97950065
Styremedlem: Pål Hexum Solbu	95150926
Styremedlem: Grete Etholm	91550693
Utøverrepresentant: Malin Nyfors	91687149
Varamedlem: Henrik Velle	91190880

Daglig leder: Matias Lavik	45204125	matias@tjalve.no
Vikar: Martin Næss	47301493	martin@tjalve.no
Sportslig leder: John Ertzgaard	92899929	ertzgaard@tjalve.no
Arrangementskoordinator: Eirik Røe	90632141	roe@tjalve.no
Vikar: Thea Alsaker	40625254	thea@tjalve.no

Tjalvisten

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

IK Tjalve

Underhaugsveien 1
0354 Oslo

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

Web: www.tjalve.no



IK Tjalve 2023

IK Tjalve er i dag uten tvil Norges fremste friidrettsklubb med flere internasjonale medaljer vunnet de siste 12 årene. Klubben har vunnet medaljer i OL, VM og EM for senior og i U20 og U23 EM.

Eivind Henriksen har de siste årene vunnet medaljer både i OL, VM og EM i slegge. Markus Rooth har vunnet medaljer i U20 EM og U23 EM og Sander Aae Skotheim i de samme to mesterskapene, begge to i tikamp. Karoline Bjerkeli Grøvdal vant bronse på 10 000m i EM 2016 og bronse på 3000m hinder i 2018. Hun har også vunnet EM i terrengløp i 2021 og 2022. Går vi litt lenger tilbake i tid ble Steinar Hoen Europamester i høyde i 1994, Susanne Wigene vant sølv på 10 000m i 2006 og Margrethe Renstrøm bronse i lengde i 2012.

I NM har Tjalve vært beste klubb de siste årene. Statistikken viser at Tjalve har vært beste klubb ti ganger siden 2011. Amalie Iuel og Karoline Bjerkeli Grøvdal har vunnet kongepokalen to og tre ganger hver siden 2017.

Vår ledende posisjon i Norges synes best gjennom Lagserien hvor Tjalve er beste klubb både i 1.divisjon for kvinner og menn og i 2.divisjon for begge kjønn i 2023. Både i kvinneklassen og klassen for menn ble det satt ny poengrekord. Siden 2014 har herrelaget til Tjalve vært best i Norge.

2023 har vært et meget godt år for klubben. Det startet med at Sander Aae Skotheim vant sølv i syvkamp under EM innendørs i Istanbul i mars. Det fortsatte med at Markus Rooth vant gull og Sander Aae Skotheim sølv under U23 EM i Helsingfors i juli. I VM i Budapest hadde seks utøvere fra Tjalve fått plass i Norges tropp. Beste plasseringer ble en 7.plass til Eivind Henriksen i slegge, og en 8.plass til Markus Rooth i tikamp.

I Holmenkollstafetten var klubben suveren i kvinneklassen. Målet for neste år er igjen å bygge opp et lag på herresiden slik at vi igjen kan være med å kjempe i toppen. Skal vi klare det må vi få inn løpere som kan bekle de viktigste etappene i stafetten.

På 1980/1990-tallet deltok klubben flere ganger i Europacupen for lag med gode resultater. Klubben har som mål igjen å kunne stille lag i denne cupen i årene som kommer.

IK Tjalves hovedmål er å utvikle det idrettslige nivået til klubbens utøvere basert på daglig trening med profesjonelle trenere. Klubben har i dag 15 trenere som bistår våre utøvere i de forskjellige øvelsene.

Styret i klubben jobber nå med en ny strategisk plan for perioden 2024-2028. Den skal være klar i løpet av juni neste år. I den forbindelse vil denne brosjyren bli oppdatert.

Bjørn Henriksen



VÅR

VISJON

Tjalve skal være Norges
beste friidrettsklubb

VÅRE VERDIER

- Åpenhet
- Engasjement
- Kompetanse
- Helse



Tjalves HOVEDMÅL

Utvikle det idrettslige nivået
til Tjalves utøvere



Mellom- og langdistanse 2023 - 2024

VÅRE DELMÅL

For å nå vårt hovedmål har Tjalve følgende tre delmål

Delmål 1:

Internasjonalt

Tjalve vil være representert i

- ✓ internasjonale banemesterskap (OL, VM og EM) for senior
- ✓ U23 mesterskap
- ✓ Universiaden

Delmål 2:

Nasjonalt

Tjalve vil

- ✓ være beste klubb i Hovedmesterskapet
- ✓ vinne lagserien for kvinner og menn
- ✓ vinne Holmenkollstafetten for kvinner og menn

Delmål 3:

Juniorfriidrett

Tjalve vil (bl.a. med Koll)

- ✓ utvikle ungdommer til seniorfriidrett.
- ✓ være representert i internasjonale U20 mesterskap på bane



VÅRE TILTAK

Delmål 1: Internasjonalt

Hvordan vi vil oppnå delmål 1

Daglig treningskvalitet

Vi vil sammen med forbund og Olympiatoppen profesjonalisere treneren
Vi vil gjennom stipender optimalisere treningshverdagen
Vi vil tilrettelegge for kompetanse mellom trenere

Relasjoner i prestasjonsteamene

Vi vil på og utenfor treningshverdagen bygge relasjoner mellom våre beste
Vi vil ha søkelys på U23 klassen
Vi vil bruke samlinger til å bli bedre kjent med hverandre

Konkurransforberedelser og gjennomføring

Vi vil skape en trygg ramme for å prestere i konkurranser
Vi vil sammen med trener og utøvere redusere tilfeldighetene til et minimum
Vi vil være et viktig støtteapparat for utøvere og trener



VÅRE TILTAK

Delmål 2: Nasjonalt

Hvordan vi vil oppnå delmål 2

Daglig treningskvalitet

- Vi vil tilby daglig trening med trener
- Vi vil være et miljø for utøvere som vil satse etter ungdoms- og junior friidrett
- Vi vil tilrettelegge for trening i klubbens treningslokaler

Relasjoner i prestasjonsteamene

- Vi vil tilrettelegge for sosiale aktivitet utenfor treningstid
- Vi vil bruke samlinger inn og utland
- Vi vil tilrettelegge for å dele erfaringer

Konkurransforberedelser og gjennomføring

- Vi vil øke kompetansen for konkurransforberedelser
- Vi vil bruke konkurranser til treningsøyemed
- Vi vil stimulere til å konkurrere i andre øvelser



VÅRE TILTAK

Delmål 3: Juniorfriidrett

Hvordan vi vil oppnå delmål 3

Daglig treningskvalitet

- Vi vil sammen med Koll tilby et miljø for utvikling
- Vi vil sammen med Koll tilby allsidig program med hopp, kast og løp
- Vi vil ha kompetente trenere

Relasjoner i prestasjonsteamene

- Vi vil sammen med Tjelves fremste profiler organisere temakvelder
- Vi vil tilby aldersgruppen 13-15 år samling i Uddevalla
- Vi vil tilby ungdommer på videregående å være med på påskesamling

Konkurransforberedelser og gjennomføring

- Vi vil sette søkelys på stafetter og regionale konkurranser
- Vi vil oppfordre til å stille i alle friidrettsgrener hopp, kast og løp
- Vi vil stimulere og motivere å prøve mangekamp



Tjalves trenere 2024

Leif Olav Alnes



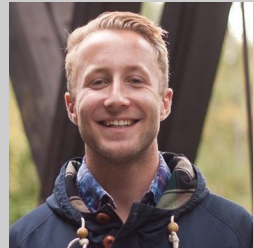
Trener sprint og hekk

Eirik Røe



Trener mangekamp og basis

Michael Rosenberg



Trener sprint

Snorre Løken



Trener mellom og langdistanse

Knut Jæger Hansen



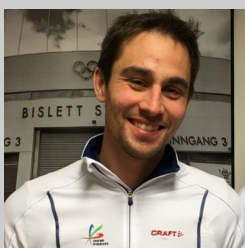
Trener mellom og langdistanse

Eirik Førde



Trener mellom og langdistanse

Erik Sakshaug



Trener mellomdistanse

Espen Rooth



Trener mangekamp

Thomas Rosvold



Trener kast

Dan Simion



Trener lengde og tresteg

Paul Solberg



Trener for Eivind Henriksen

Andreas Thorkildsen



Trener spyd

Trenere 2024

Hanne Haugland



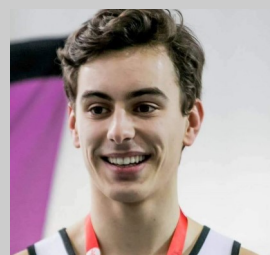
Trener høyde

Anker Thomsen



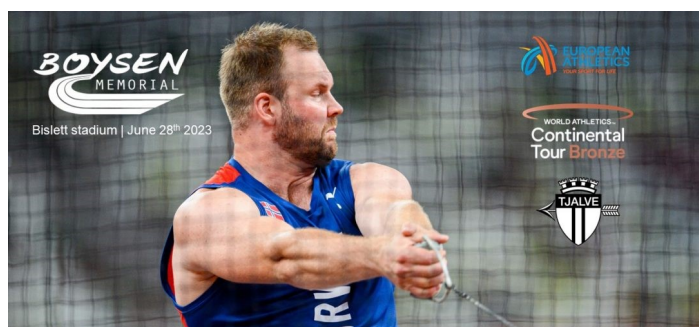
Trener stav

Yoann Rouzieres



Trener stav

IK Tjalves arrangementer



Styret i IK Tjalve 2023/2024



Ronny Nilsen, styreleder



Svein Sondenå, nestleder



Grete Etholm, styremedlem



Pål Hexum Solbu, styremedlem



Heidi Maltun, styremedlem

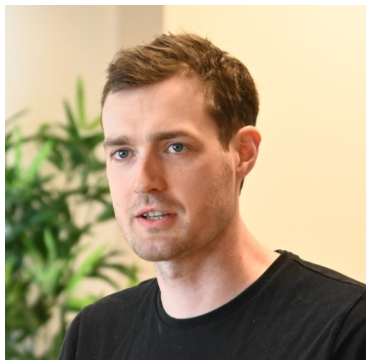


Henrik Velle, varamedlem



Malin Nyfors, utøverrepresentant

Administrasjonen



Matias Lavik, daglig leder



John Ertzgaard, sportssjef



Eirik Røe, arrangementsansvarlig

KONA Electric



RUN, FORREST, RUN!

SÅ KAN VI TA OSS AV HANDLINGEN.



LEVERT HJEM

IK Tjalves eliteutøvere



Eivind Henriksen (slegge)

Personlig rekord: 81.58m (norsk rekord)

Prestasjoner:

OL London 2012: 11.plass

OL Tokyo 2021: Sølv

VM Eugene 2022: Bronse

EM München 2022: Bronse

EM Berlin 2018: 5.plass

VM Doha 2019: 6.plass

VM Budapest 2023: 7.plass

Norsk mester i slegge: 2010-2022

Norsk mester i kule: 2021



Karoline Bjerkeli Grøvdal (langdistanse)

Personlige rekorder:

1500m: 4:03.07

3000m: 8:33.47

3000m hinder: 9:13.35 (norsk rekord)

5000m: 14:31.07 (norsk rekord)

10 000m: 30:50.84

Prestasjoner:

EM 2016 Amsterdam: Bronse 10 000m

EM 2018 Berlin: Bronse 3000m hinder

OL 2016 Rio de Janeiro: 7.plass 5000m, 9.plass

10 000m

VM Eugene 2022: 8.plass 5000m

Norsk mester 1500m: 2013, 2015

Norsk mester 5000m: 2008, 2010, 2012, 2014, 2021

Norsk mester 3000m hinder: 2006, 2009, 2010, 2017, 2019

Kongepokalen NM 2017, 2019 og 2021



Amalie Iuel (400m, 400m hekk)

Personlige rekorder:

400m: 51.64

400m hekk: 54.72

Prestasjoner:

OL 2016 Rio de Janeiro:

OL Tokyo 202:

EM Amsterdam 2016: 6.plass 400m hekk

EM München 2022: 5.plass 400m hekk

Norsk mester 400m: 2017, 2018, 2019, 2021

Norsk mester 400m hekk: 2016, 2017, 2019, 2020, 2022

Kongepokalen NM 2020 og 2022



Hedda Hynne (800m)

Personlig rekord: 1:58.10

Prestasjoner:

OL 2016 Rio de Janeiro: Uplassert 800m

OL Tokyo 2020: Semifinale 800m

VM London 2017: Semifinale 800m

VM Doha 2019: Semifinale 800m

VM Eugene 2022: Uplassert 800m

VM Budapest 2023: Uplassert 800m

EM Amsterdam 2016: 7.plass 800m

Norsk mester 800m: 2014, 2018, 2019, 2020, 2021, 2022, 2023



Sigrid Borge (spyd)

Personlig rekord: 66.50m

Prestasjoner:

VM Budapest 2023: Uplassert

EM Amsterdam 2016: Uplassert

Norsk mester: 2016, 2017, 2018, 2023

Kongepokalen NM 2018



Markus Rooth (tikamp)

Personlige rekorder:

Tikamp 8608 poeng (norsk rekord)

Prestasjoner:

U20 EM 2019: Bronse tikamp

U23 EM Tallinn 2021 Bronse tikamp

U23 EM Espoo 2023: Gull tikamp

VM Budapest 2023: 8.plass



Sander Aae Skotheim (tikamp)

Personlige rekorder:

Tikamp: 8590 poeng

Syvkamp innendørs: 5965 poeng

Prestasjoner:

EYOFF Baku 2019: Gull tikamp

U20 EM Tallinn 2021: Sølv tikamp

EM inne Istanbul 2023: Sølv syvkamp

U23 EM Espoo 2023: Sølv tikamp

Norsk mester høyde: 2019, 2020, 2022 og 2023

Norsk mester 110m hekk: 2022, 2023

Norsk mester tikamp: 2022



Ferdinand Kvan Edman (1500m)

Personlige rekorder:

1500m: 3:37.27

1 mile: 3:53.42

3000m: 7.36.32

5000m: 13:39.22

Prestasjoner:

EM Berlin 2018:

Forsøksheat 1500m

VM Eugene 2022:

Forsøksheat 1500m

EM München 2022:

Forsøksheat 1500m



Tobias Grønstad (800m)

Personlige rekorder:

400m: 47.97

800m: 1:45.67

Prestasjoner:

EM München 2022:

Forsøksheat 800m

U23 EM 2023

Brøt 800m

Norsk mester 800m:

2021, 2022

Tjalvister i Olympiske leker

1908 London

Arne Halse

John Falchenberg
Wilhelm Blystad

1912 Stockholm

Erling Vinne
Johs. Andersen
Parelius Finnerud
A.G. Simonsen

1920 Antwerpen

Eivind Rasmussen
Alf Halstvedt
Joh. Johnsen
Erling Vinne

1924 Paris

Sverre Helgesen
Haakon Jansen

1928 Amsterdam

Olav Sunde

1932 Los Angeles

Olav Sunde

1948 London

Erling Kaas
Stein Johnson
Bjørn Vade

1956 Melbourne

Audun Boysen

1960 Roma

Tor Torgersen
Roar Berthelsen
Carl Fr. Bunæs
Willy Rasmussen

1964 Tokyo

Willy Rasmussen

1968 Mexico

Arne Kvalheim

1976 Montreal

Knut Kvalheim
Leif Roar Falkum

1984 Los Angeles

Reidar Lorentzen

1988 Seoul

Svein Inge Valvik

1992 Barcelona

Steinar Hoen

1996 Atlanta

Steinar Hoen

2000 Sydney

Pål Arne Fagernes

2012 London

Margrethe Renstrøm
Eivind Henriksen

Sølv spyd, Bronse spyd fristil

5. plass kule
7. plass lengde
Uplassert lengde, høyde u/t

4. plass tresteg
4. plass 8 km terreng lag
4. plass 8 km terreng lag
23. plass maraton

Uplassert 1500m
Uplassert 10 000m
Uplassert 100m
Uplassert Tresteg

8. plass høyde
Uplassert 3 km terreng lag

Bronse spyd

Uplassert spyd

4. plass stav
8. plass diskos
Utsl. mellomheat 400m, 800m

Bronse 800m

26. plass maraton
Uplassert lengde
Utsl. mellomheat 100m, 200m
5. plass spyd

Uplassert Spyd

Utslått mellomheat 1500m

9. plass 5000m
14. plass høyde

Uplassert spyd

Uplassert diskos

15. plass høyde

5. plass høyde

9. plass spyd

Skadet under oppvarming
Uplassert slegge

2016 Rio de Janeiro

Karoline Bjerkeli Grøvdal

Tonje Angelsen

7.plass 5000 m
9.plass 10 000 m
Uplassert høyde

2020 Tokyo

Eivind Henriksen
Amalie Iuel
Hedda Hynne
Karoline Bjerkeli Grøvdal

Sølv slegge
Semifinale 400m H
Semifinale 800m
14.plass 5000m



Arne Halse. Vår første medaljevinner i et OL.

Arne Halse vant to medaljer i spyd i London 1908. Sølv i vanlig spyd og bronse i fristil. Han ble også nr.5 i kule. Han var sønn av Dyre Halse, industribygger og blant annet kjent for å ha skjenket Trondheim Olav Tryggvason monumentet. Halse ble Norgesmester i spyd 1905-1907 og 1909 og i kule 1906-1907. Det sies at han i sinn forble spydkaster hele livet. Det fortelles at Egil Danielsen kunne tapetsere en hel vegg med gratulasjonstelegrammer fra den gamle mester i Trondheim. I hagen hjemme sto i alle år de historiske spydene hans godt plantet i plenen, utstyrt med vimpler i de norske fargene.

Utover idretten var musikk en sentral interesse, og han var selv en habil pianist. Han ble gradvis en byorginal og som mangeårig sportsredaktør Victor Johansen i Adresseavisen runder av i sin nekrolog; en særpreget malerisk person, en type som ikke eksisterer i dagens strømlinjeformede velferdssamfunn.

Tjalvister i Europamesterskap

1934 Torino

Holger Albrechtsen Bronse 110m HK
Georg Braathe 4. pass 400m HK
4. plass 10 000m

1946 Oslo

Erling Kaas 4. plass stav
Stein Johnson 5. plass diskos

1950 Brüssel

Audun Boysen 5. plass 800m
Erling Kaas 5. plass stav
Stein Johnson 4. plass diskos
Hans P. Pedersen Utsl. mellomheat 100m

1954 Bern

Audun Boysen Bronse 800m

1958 Stockholm

Audun Boysen Sølv 800m
Ulf Bertil Lundh 9. plass 1500m
Tor Torgersen 11. plass 10 000m

1962 Beograd

Willy Rasmussen 9. plass spyd
Reidulv Førde Uplassert stav
Carl Fr. Bunæs Uplassert 100/200m

1966 Budapest

Carl Fr. Bunæs Uplassert 400m
Arne Kvalheim Uplassert 800/1500m
Stig Rekdal Uplassert 1500m
Willy Rasmussen Uplassert spyd

1971 Helsingfors

Ragnar Schie Uplassert 800m
Knut Kvalheim Uplassert 1500m
Arne Kvalheim Brøt forsøket 5000m
Terje Haugland 13. plass lengde

1974 Roma

Arne Kvalheim 6. plass 5000m
Knut Kvalheim 14. plass 5000m
Leif Roar Falkum 6. plass høyde

1978 Praha

Knut Kvalheim 7. plass 5000m
9. plass 10 000m

1982 Athen

Reidar Lorentzen 9. plass spyd
Knut Kvalheim Uplassert 5000m

1986 Stuttgart

Einar Sagli Uplassert 100/200m
Bo Breigan Uplassert 800m
Eirik Hansen Uplassert 5000m
Georg Andersen 10. plass kule
Reidar Lorentzen Uplassert diskos
Uplassert spyd

1990 Split

Svein Inge Valvik Uplassert diskos
Kenneth Kjensli Uplassert 4x100m
Vidar Jacobsen Uplassert 4x100m

1994 Helsingfors

Steinar Hoen Gull høyde
Kenneth Kjensli Utsl. semifinale 100m
Jussi Udelhoven Uplassert 800m
Svein Inge Valvik 7. plass diskos

1998 Budapest

John Ertzgaard Utsl. mellomheat 100m
Steinar Hoen 6. plass høyde
Pål A. Fagernes Uplassert spyd
Mimi Storm-Hansen Uplassert høyde

2002 München

Eva Danielsen Uplassert slegge

2006 Göteborg

Bård Kvalheim Uplassert 1500m
Susanne Wigene 7. plass 5000m
Sølv 10 000m
Grete Etholm Uplassert diskos

2010 Barcelona

Gaute Myklebust Uplassert diskos
Eivind Henriksen Uplassert slegge
Margrethe Renstrøm 12. plass lengde
Grete Etholm Uplassert diskos
Mona Holm Uplassert slegge

2012 Helsingfors

Margrethe Renstrøm Bronse lengde
Mona Holm Solberg Uplassert slegge
Øyunn G. Mogstad Uplassert høyde
Eivind Henriksen Uplassert slegge
Gaute Myklebust Uplassert diskos

2014 Zürich

Marie-Therese Obst Uplassert spyd
Grete Etholm Uplassert diskos
Eivind Henriksen Uplassert slegge

2016 Amsterdam

Snorre Holtan Løken Uplassert 1500m
Asbjørn E. Person 30.plass halvmaraton
Hans Kr. Fløystad 68.plass halvmaraton
Eivind Henriksen Uplassert slegge
Benedicte Hauge Uplassert 400m
Ingvill Måkestad 4.plass 1500m
Karoline Bjerkeli Grøvdal Bronse 10 000m

2018 Berlin

Marcus Thomsen Uplassert kule
Eivind Henriksen 5.plass slegge
Karoline Bjerkeli Grøvdal Bronse 3000m hinder
Tonje Angelsen Uplassert høyde

2022 München

Tobias Grønstad Uplassert 800m
Ferdinand Kvan Edman Uplassert 1500m
Eivind Henriksen Bronse slegge
Sander Aae Skotheim 7.plass tikamp
Amalie Iuel 5.plass 400m hekk
Karoline Bjerkeli Grøvdal Brøt 5000m

Tjalvister i Verdensmesterskap

1987 Roma

Espen Borge
Svein Inge Valvik

Uplassert 3000m H.
Uplassert diskos

1991 Tokyo

Steinar Hoen
Svein Inge Valvik
Jan Sagedal

14. plass høyde
Uplassert diskos
Uplassert kule

1993 Stuttgart

Steinar Hoen

Uplassert høyde

1995 Gøteborg

Steinar Hoen
Svein Inge Valvik

4. plass høyde
Uplassert diskos

1997 Athen

Per Ivar Sivle
Steinar Hoen
Pål Arne Fagernes

Uplassert 100m
4. plass høyde
Uplassert spyd

1999 Sevilla

John Ertzgaard
Pål Arne Fagernes
Trond Høiby
Benjamin Jensen

Semifinale 200m
4. plass spyd
DNF 10-kamp
DNF 10-kamp

2001 Edmonton

Aham Okeke
Gøran Sørli
Benjamin Jensen

Utslått mellomheat 100m
Uplassert kule
14. plass 10-kamp

2005 Helsingfors

Susanne Wigene

13. plass 5000m

2007 Osaka

Ingen Tjalvister deltok

2009 Berlin

Margrethe Renstrøm
Gaute Myklebust

Uplassert lengde
Uplassert diskos

2011 Daegu

Mona Holm
Eivind Henriksen

Uplassert slegge
Uplassert slegge

2013 Moskva

Ingen Tjalvister deltok

2015 Beijing

Ingen Tjalvister deltok

2017 London

Karoline Bjerkeli Grøvdal

Uplassert 1500 m
DNF 5000 m

2019 Doha

Eivind Henriksen
Hedda Hynne
Karoline Bjerkeli Grøvdal

6.plass slegge
Semifinale 800 m
13. plass 3000 m hinder
DNF 5000 m forsøk

2022 Eugene

Eivind Henriksen
Karoline Bjerkeli Grøvdal
Sander Aae Skotheim
Amalie Iuel
Hedda Hynne
Ferdinand Kvan Edman

Bronse slegge
8.plass 5000m
15.plass 10-kamp
Semifinale 400m hekk
Uplassert 800m
Uplassert 1500m

2023

Eivind Henriksen
Sigrid Borge
Hedda Hynne
Karoline Bjerkeli Grøvdal
Markus Rooth
Sander Aae Skotheim

7.plass slegge
Uplassert spyd
Uplassert 800m
Uplassert 5000m
8.plass tikamp
10.plass tikamp



Eivind Henriksen, Eugene 2023. Foto: Bildbyrån



Steinar Hoen, Gøteborg 1995. Foto: Scanpix

Klubbrekorder senior

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
	20.9	Carl Fredrik Bunæs	Karlstad, SWE	16.08.60	
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	
	1:45.67	Tobias Grønstad	Grosetto, ITA	27.05.23	ny
1000 m	2:19.0	Audun Boysen	Göteborg, SWE	30.08.55	
1500 m	3:37.27	Ferdinand Kvan Edman	Berlin, GER	04.09.22	
1 mile (1609 m)	3:53.42	Ferdinand Kvan Edman	Oslo/Bi	01.07.21	
3000 m	7:36.32	Ferdinand Kvan Edman	Zagreb, CRO	10.09.23	ny
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	
Halvmaraton	1:02.53	Eirik Berge	Oslo	13.07.82	
Maraton	2:13.00	Eirik Berge	London, GBR	21.04.85	
110 m hekk	13.85	Per Nicolaisen	Oslo/Bi	19.09.90	-2.7
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	7.80	Sander Aae Skotheim	Budapest, HUN	25.08.23	ny
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	
Spyd (gammel type)	88.54	Reidar Lorentzen	Fredrikstad	11.05.85	
Spyd	86.74	Pål Arne Fagernes	Sydney, AUS	22.09.00	
5-kamp	3.681p	Bo Breigan	Oslo/Sogn	06.09.86	
10-kamp	8.608p	Marcus Rooth	Helsingfors, FIN	16.07.23	ny
Kvinner					
100 m	11.63	Anne Cathrine Bakken	Kingston, JAM	17.07.02	+0.9
200 m	23.87	Kaitesi Ertzgaard	Malmö/SWE	17.07.22	+1.5
400 m	51.64	Amalie Iuel	Zürich/SUI	09.09.21	
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	
3000 m	8:33.47	Karoline Bjerkeli Grøvdal	Paris/FRA	28.08.21	
5000 m	14:31.07	Karoline Bjerkeli Grøvdal	Oslo/NOR	17.06.21	
10000 m	30:32.36	Susanne Wigene	Göteborg, SWE	07.08.06	
Halvmaraton	1:07.34	Karoline Bjerkeli Grøvdal	København, DEN	17.09.23	ny
100 m hekk	13.95	Nina Johannessen	Drammen	07.07.01	+1.2
	13.87	Sally Gunell (GBR)	Oslo/Lamb.	14.05.85	
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 (gammel Type)	55.42	Anne Gro Harby	Porsgrunn	14.08.82	
Spyd	61.37	Marie-Therese Obst	Athens, GA/USA	09.04.21	
7-kamp	5057p	Lene Espegren	Ski	15.09.96	

Uthevede linjer er også gjeldende norske rekorder.

Klubbrekorder U23

Menn

100 m	10.48	John Ertzgaard	München/GER	21.06.97	+0.6
	10.4	Carl Fredrik Bunæs	Kongsberg	15.09.57	
200 m	21.13	John Ertzgaard	Rieti/ITA	30.08.98	+1.1
	20.9	Carl Fredrik Bunæs	Karlstad/SWE	16.08.60	
400 m	47.71	Sondre Nyvold	Rieti/ITA	18.07.13	
	47.3	Carl Fredrik Bunæs	Oslo/Bi	28.09.60	
800 m	1:45.	Tobias Grønstad	Grosetto/ITA	27.05.23	ny
1000m	2:23.1	Erik Lodding	Oslo/Bi	21.09.89	
1500 m	3:38.63	Snorre Holtan Løken	Oslo/Bi	09.06.16	
1 mile (1609 m)	3:59.4	Arne Kvalheim	Corvallis/USA	06.05.67	
3000 m	7:48.50	Awet Kibrab	Gøteborg/SWE	05.09.15	
5000 m	13:22.90	Awet Kibrab	Oordegem/BEL	28.05.16	
10000 m	30:00.00	Kristian Pytten	Kristiansand	26.06.21	
1 times løp	17116m	Evald Lambech	Kristiania	12.08.1918	
Halvmaraton	1:04.25	Okubamichael Fissehatsion	Oslo	19.09.15	
Maraton	2:36.34	Jan Norstrøm	Stockholm/ SWE	04.06.83	
110 m hekk	13.97	Sander Aae Skotheim	Jessheim	06.07.23	+1.4
400 m hekk	50.98	Atle McAdam	Oslo/Bi	25.05.99	
3000 m hinder	8:28.4	Knut Kvalheim	Oslo/Bi	19.09.71	
Høyde	2.32	Steinar Hoen	Bergen/Fa	26.05.93	
Stav	5.15	Benjamin Jensen	Kristiansand	25.06.97	
Lengde	7.80	Sander Aae Skotheim	Budapest/HUN	25.08.23	+1.4
Tresteg	15.58	Sander Aae Skotheim	Rud	27.08.22	-0.3
Høyde u/tilløp	1.75	Arvid Dahm	Eidanger	08.03.70	
Lengde u/tilløp	3.39	Per Woldene	Sandnes	06.03.66	
Kule	21.03	Marcus Thomsen	Oslo/Bi	11.06.20	
Diskos	59.20	Gjoran Sørleie	Oslo/Sogn	10.09.00	
Slegge	75.57	Eivind Henriksen	Florø	02.06.12	
Spyd	85.06	Pål Arne Fagernes	Oslo/Bi	05.07.95	
Vektkast	21.77	Eivind Henriksen	Oslo/Sogn	16.09.12	
5-kamp	3.248p	Haavard Nordlie	Meisingset	08.06.69	
10-kamp	8.608p	Markus Rooth	Espoo/FIN	16.07.23	ny

Kvinner

100 m	11.64	Anne Cathrine Bakken	Kingston/JAM	17.07.02	+0.9
200 m	23.87	Kaitesi Ertzgaard	Malmø/SWE	17.07.22	+1.5
400 m	52.70	Lakeri Ertzgaard	Szczecin/POL	06.09.23	ny
800 m	2:02.68	Torill Hatling	London/GBR	28.08.88	
1000m	2:56.33	Cecilie Stokke	Berlin/GER	01.09.95	
1500 m	4:10.64	Ingeborg Østgård	Jessheim	08.07.23	
1 mile	5:17.96	Marianne Kvalheim	Åkrestønnen	12.07.91	
3000 m	9:15.65	Ingrid Østgård	Trondheim	20.09.23	ny
5000 m	16:07.04	Ingunn Opsal	Askim	12.08.07	
10000 m	34:19.83	Kristine Helle	Sollentuna/SWE	26.06.14	
Halvmaraton	1:19.19	Kristine Helle	Oslo	25.09.11	
100m hekk	13.87	Sally Gunnell (GBR)	Oslo/Lamb.	14.05.85	
	13.98	Nina Johannessen	Lillehammer	30.07.96	+1.7
400 m hekk	59.51	Lakeri Ertzgaard	Oslo/Bi	28.06.23	ny
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/Sogn	27.06.15	
Lengde	6.33	Margrethe Renstrøm	Askim	12.08.07	+0.7
Tresteg	13.63	Inger Anne Frøysedal	Bergen/Fa	19.06.10	+0.3
Høyde u/tilløp	1.41	Inger Anne Frøysedal	Stange	16.02.08	
Lengde u/tilløp	2.81	Oda Utsi Onstad	Steinkjer	04.03.12	
Kule	15.12	Mona Holtvedt	Lillehammer	31.05.84	
Diskos	54.91	Elisabeth Thon Rosvold	Tucson/USA	08.04.23	ny
Slegge	60.56	Eva Danielsen	Alicante/ ESP	06.04.02	
Spyd	57.44	Marie-Therese Obst	Mannheim/GER	05.07.14	
Vektkast	11.01	Agnete Johansen	Oslo/Sogn	24.07.99	
7-kamp	4919p	Inger Anne Frøysedal	Veje/DEN	24.06.07	

Uthevede linjer er også gjeldende norske rekorder.

Klubbrekorder junior

Menn

100 m	10.50	Philip Bjørnå Berntsen	Luzern/SUI	14.09.97	+1.3
	10.4	Carl Fredrik Bunæs	Kongsberg	15.09.57	
200 m	21.16	Kenny Emi Tijani-Ajayi	Malmø/SWE	17.07.22	+0.0
400 m	47.71	Sondre Nyvold Lid	Rieti/ITA	18.07.13	
800 m	1:46.46	Tobias Grønstad	Halluin/FRA	01.09.21	
1000m	2:24.37	Kristian Brækkan	Zürich/SUI	17.08.94	
1500 m	3:43.14	Awet Kibrab (ERI)	Jessheim	05.06.14	
	3:46.95	Edvard Kamperud Nygaard	Sollentuna/SWE	25.06.15	
1 mile	4:00.87	Thomas Jefferson Byrkjeland	Oslo/Bi	15.06.17	
3000 m	7:59.41	Awet Kibrab (ERI)	Oslo/Bi	22.05.14	
5000 m	13:47.61	Awet Kibrab (ERI)	Ooerdegem/BEL	05.07.14	
10000 m	33:46.21	Olaf Talmo	Trondheim St	17.05.17	
Halvmaraton	1:09.03	Jan Norstrøm	Oslo	03.07.82	
Maraton	2:36.34	Jan Norstrøm	Stockholm/SWE	04.06.83	
110 m hekk (106.7 cm)	15.33	Markus Rooth	Hamar	04.08.19	+0.8
	14.7	Arvid Dahm	Oslo/Bi	30.08.70	
110 m hekk (99.1 cm)	14.20	Abraham Sandvin Vogelsang	Cali/COL	02.08.22	+0.7
400 m hekk	52.68	Atle McAdam	Oslo/Bi	23.07.96	
3000 m hinder	8:52.85	Thomas J. Byrkjeland	Oodegan/BEL	27.05.17	
Høyde	2.17	Steinar Hoen	Moss	05.08.90	
Stav	5.00	Markus Rooth	Ski	02.06.20	
Lengde	7.55	Sander Aae Skotheim	Tallinn/EST	17.07.21	
Tresteg	15.26	Christian Thomassen	Oslo/Bi	01.07.95	
Høyde u/tilløp	1.75	Arvid Dahm	Eidanger	08.03.70	
Lengde u/tilløp	3.26	Jan Olav Lervik	Oslo/Handels gym	06.04.63	
Kule (6 kg)	21.36	Marcus Thomsen	Grosetto/ITA	21.07.17	
Kule (7.26kg)	19.40	Marcus Thomsen	Sandnes	27.08.17	
Diskos (1.75 kg)	54.15	Eivind Henriksen	Helsingborg/SWE	09.07.09	
Diskos (2.0 kg)	52.04	Ottar Kongsberg	Spikkestad	12.10.71	
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	64.25	Eric Christopher Becklund	Moelv	20.05.23	ny
Vektkast	20.05	Eivind Henriksen	Greverud	04.10.09	
5-kamp	3239p	Tron Rosen	Oslo/Frogner	31.05.68	
10-kamp	8.238p	Markus Rooth	Oslo/Bi	28.06.20	

Kvinner

100 m	11.64	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	
1000m	2:56.33	Cecilie Stokke	Berlin/GER	01.09.95	
1500 m	4:25.43	Sanne Njaastad	Oslo/Bi	13.06.19	
1 mile	5:24.40	Hannah Mørk	Kernersville /USA	01.06.13	
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	
Halvmaraton	1:19.19	Kristine Helle	Oslo	25.09.11	
110 m hekk	13.87	Sally Gunell (GBR)	Oslo/Lamb.	14.05.85	
	14.04	Kajsa Rooth	Oslo/Bi	29.05.21	
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	1.41	Inger Anne Frøysedal	Stange	16.02.08	
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	

Tjalvetøy



Singlet og tights/truse



Topp og hotpants



T-skjorte og tights



Treningsjakke og tights



Singlet/topp og splitsshorts/truse



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

