



TJALVISTEN

MEDLEMSBLAD FOR



IDRETTSKLUBBEN TJALVE

Nr. 4 April 2024

Digital utgave

109. årgang

Norsk bestenotering på 600m av Tobias



Under et stevne i Milano lørdag 27.april slettet Tobias Grønstad den norske bestenoteringen til Vebjørn Rodal på 600m da han løp inn til tiden 1:15.22. Det var 7/100 bedre av Rodals rekord fra 1995 og 11/100 bedre enn hans egen personlige rekord fra i fjor. Vi gratulerer og ønsker lykke til med sesongen. Foto: Instagram



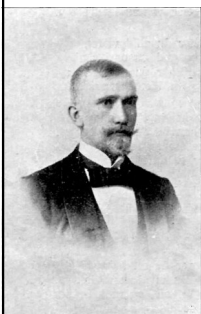
NorgesGruppen



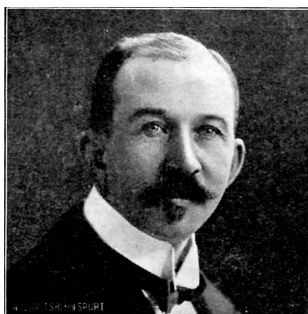
HYUNDAI



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 2024/2025

Leder: Ronny Nilsen	90517098
Nestleder: Svein Søndena	95232321
Styremedlem: Heidi Maltun	97950065
Styremedlem: Pål Hexum Solbu	95150926
Styremedlem: Åse Wikshåland	95992171
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



I dette nummeret

Redaksjonens hjørne	3
Knut Jæger Hansen 65 år	4
Peder Arne Sylte 70 år	4
Amalie Iuel 30 år	5
Årets sponsortreff	6
Drammen 10K	7
Gode diskos resultater	9
Lange hopp av Ida Breigan	9
Verdensrekord i diskos	11
Seier til Amalie i Kenya	12
Seier til Betty i USA	13
Adidas Race Event	14
Nye lange hopp av Ida	15
God sesongstart av Ingeborg	16
Norsk bestenotering på 600m	17
Mikkel 3:44.79 i sesongåpning	18
Rapport fra Multistars	21
Gode diskoskast	24
Pers i tresteg	24
Fødselsdager	25
Margrete har blitt mor	28
NFIF informerer	28
Kravene til EM i Roma	29
Topp 20 plasseringer	30
Medaljer i EM	31
Forsider Aktuell/Nå	32
Månedens statue	33
Tjalvekalender mai 2024	34
Tjalvetøy	35

Kenneth Heggdal

er tatt ut til å representere Norge under Para-VM i Kobe, Japan 17-25.mai. Han skal hoppe lengde i klassen T64. Kenneth skal i ilden 22.mai. Vi ønsker lykke til!



Redaksjonens hjørne

Utendørssesongen er så vidt i gang og flere av våre utøvere har allerede prøvd seg på bane eller i terreng (travbane).

Vi har tidligere i egen utgave rapportert fra NM terreng på Bjerke travbane hvor vi vant to gull og en sølvmedalje.

Noen av våre andre utøvere har prøvd seg på bane med fine resultater. Vi kan nevne Ida Breigan som hoppet 6.49m i lengde under et stevne i USA. Hun hadde også et hopp på 6.74m med litt for mye vind. Sist helg hoppet hun 6.65m, også denne gang var vinden litt for sterk.

Amalie Iuel gjorde et strålende comeback etter fødsel under Kip Keino Classic i Kenya hvor hun vant 400m hekk med 54.89. Ikke langt bak personlig rekord.

Elisabeth Thon Rosvold har blitt stabil på lengder over 54m i diskos og vi venter nå bare på at hun skal kaste diskos over 55m.

Mikkel Blikstad Thomassen viste fine takter under NM terreng og fortsatte framgangen med å løpe 1500m på 3:44.79 under ufysiske forhold i åpningsstevne på Bislett.

Tobias Grønstad fortsetter der han slapp i fjor med å løpe fort tidlig på sesongen. Unngår han skader i år går det mot hans beste sesong så langt i karrieren. Vi blir overrasket hvis ikke Tobias kvalifiserer seg til både EM og OL.

Om noen få dager er det Holmenkollstafett med ny delta-kerrekord. Når denne utgaven av Tjølvesten går i trykken er det 4824 lag påmeldt, over 700 lag flere enn rekordåret 2023.

Bjørn Henriksen

Redaksjonen



Matias Lavik



John Ertzgaard



Bjørn Henriksen

Redaksjonen avsluttet 01.04.2024

Knut Jæger Hansen 65 år



Knut Jæger Hansen fylte 65 år 10.april. Vi gratulerer!

I våre dager er nok Knut mest kjent som trener for Karoline Bjerkeli Grøvdal og Malin Edland, men han har en aktiv karriere og en lang trenerkarriere bak seg.

Knut løp for IK Tjalve i perioden 1979-1981. I 1981 satte han sine personlige rekorder på 200m og 400m med tidene 23.00 og 50.78.

I 1985 overtok han som trener for Lambertseter Friidrett, en jobb han hadde ut på begynnelsen av 90-tallet. I denne perioden vant Lambertseter flere NM titler både individuelt og i stafetter. Blant utøverne den gang var Espen Rooth (far til Markus) og Richard Sandberg (far til Joachim og Emilie). Leder for friidrettsgruppa var undertegnede, som også hadde stor glede av å ha Knut som trener i sitt comeback som veteran.

På 1980-tallet var Knut også fysisk trener for Geir Bakke og Trine Dehli som vant VM i dans fire ganger og EM fem ganger. Han har også vært trener for Tor Øyvind Ødegård som på 90-tallet løp 800m på 1:45.42 og ble norsk mester på distansen i 1991 og 1994.

Knut begynte sin trenergjerning i IK Tjalve da Ingvill Måkestad kom tilbake til IK Tjalve i 2016. Samme året meldte Karoline Bjerkeli Grøvdal overgang fra SK Vidar og i 2019 kom Malin Edland fra Larvik Turn. Med Knut som trener har Karoline vunnet EM i terrengløp tre ganger og kongepokalen to ganger.

Knut kommer opprinnelig fra Mo i Rana og er utdannet fysioterapeut. Han har sitt daglige virke på Best Helse på Holtet.

Bjørn Henriksen

Peder Arne Sylte 70 år



Peder Arne Sylte fylte 70 år 16.april Vi gratulerer!

Sylte kom til IK Tjalve fra IL Molde-Olymp før 1977 sesongen. Alle hans personlige rekorder ble satt i 1979. 1500m, 3:45.7, 3000m, 8:03.54, 5000m, 13:46.2 og 10 000m, 28:54.6. I Tjalve er det bare seks stykker som har løpt fortere enn han på 5000m og to stykker på 10 000m.

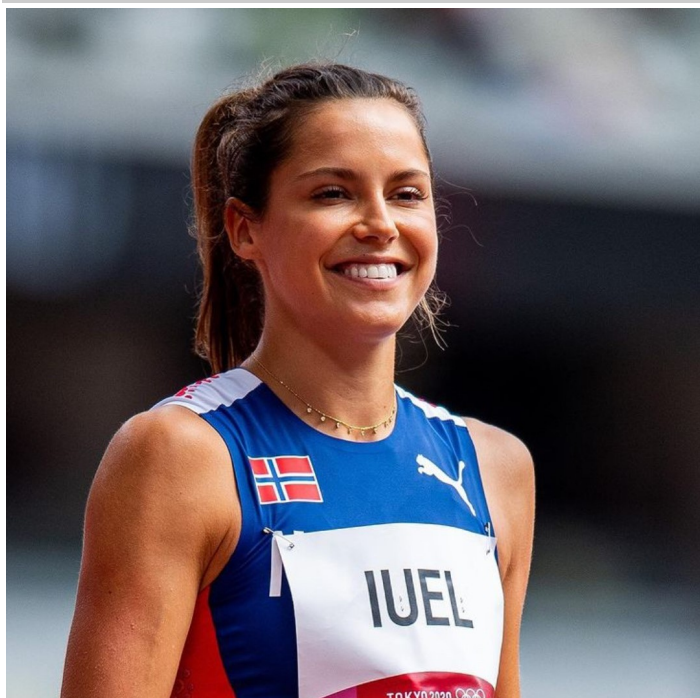
Han prøvde seg også på maraton og oppnådde tiden 2:27.35 i Athen i 1977.

Sylte vant bronse på 5000m i NM både i 1979 og 1980. Under NM i 1979 satte han sin personlige rekord på distansen.

I NM stafetter var han med å vinne sølv på 4x1500m i 1977, 1978 og 1979. Han var med å vinne Holmenkollstafetten for IK Tjalve i 1983 og løp ellers på elitelaget i 1978-1982

Bjørn Henriksen

Amalie Iuel 30 år



Amalie Iuel fylte 30 år 17.april. Vi gratulerer!

Amalie hadde allerede en lang karriere bak seg da hun kom til IK Tjalve fra IL Tyrving før 2020-sesongen.

Amalie er født i Danmark med dansk mor og dansk-norsk far. Familien flyttet til Norge da hun var 2½ år gammel og vokste opp på Bekkestua i Bærum. Da hun var 12 år flyttet familien utenlands i forbindelse med farens jobb. Hun ble uteksaminert fra International School of Bangkok i 2013 og studerte videre Human Biology ved University of Southern California fra 2013 til 2017. Etter det flyttet hun tilbake til Norge. Hun representerte Danmark internasjonalt til hun fikk norsk statsborgerskap i juni 2015 og representerte Norge fra og med U23-EM i 2015.

Amalie deltok i sitt første junior-NM i 2013 hvor hun vant 400m. Hun deltok noen år i mangekamp før hun endte opp som 400m hekk utøver.

Amalie satte sin første norske rekord på 400m med tiden 51.81 i Los Angeles 2017. Denne rekorden forbedret hun til 51.64 i 2021 under en konkurranse i Zürich. Rekorden stod fram til 2023 da Henriette Jæger løp på 51.03.

Sin første norske rekord på 400n hekk satte hun i 2016 da hun løp på 55.76 under EM i Amsterdam. Årets etter senket hun rekorden til 55.38. I 2018 løp hun på 55.26, før hun i 2019 først løp på 55.15 og deretter 54.72. Denne rekorden stod til Line Kloster fra SK Vidar løp på 53.91 i 2022. Dette året forbedret Amalie sin personlige rekord til 54.68 under EM i München.

Amalie ble norsk mester på 400m i 2017, 2018, 2019 og 2021. 400m hekk har hun så langt vunnet i 2016, 2017, 2019, 2020 og 2022.

For sine prestasjoner i NM fikk hun kongepokalen i 2020 og 2022.

Amalie deltok i sitt første EM i Amsterdam i 2016. Her ble hun nr.6 med tiden 56.24 i finalen.



Under EM i Berlin i 2018 ble hun nr.3 i sitt semifinalerheat med tiden 55.81 og kvalifiserte seg ikke til finalen. Offisielt står hun som nr.11.

Under EM i München i 2022 ble det en fin 5.plass med tiden 54.68.

Amalie deltok i sitt første verdensmesterskap i Beijing 2015. Hun ble slått ut i forsøket med tiden 56.59. To år senere var det VM i London hvor hun nok engang måtte se seg utslått i forsøket, denne gang med tiden 56.42.

I VM i Doha i 2019 ble det endelig plass i semifinalen hvor hun løp på 55.03. I Eugene i 2022 gikk Amalie lett videre til semifinalen med tiden 54.70 i forsøket. Det var da personlig rekord. I semifinalen et par dager senere ble hun nr.6 med tiden 54.81.

Amalie deltok i sitt første OL i 2016 hvor hun ble utslått i forsøket med tiden 56.75. OL i Tokyo i 2021 er nok en konkurranse hun ikke glemmer på en stund (se bildet over). Amalie kvalifiserte seg til semifinalen ved å løpe på 55.65 i forsøket. I semifinalen falt hun ut av blokken i starten og ble først diskvalifisert for tjuvstart, men etter gode overtalelsesevner fikk hun løpe og ble nr.8 i sitt heat med tiden 57.61.

Amalie har Leif Olav Alnes som trener og trener daglig i gruppa sammen med Karsten Warholm (berømt 400m hekk løper) og Elisabeth Slettum.

I 2023 var Amalie gravid og fødte sønnen Storm i september. 20.april i år gjorde hun comeback på hekken under Kip Keino Classic i Nairobi hvor hun vant øvelsen med tiden 54.89.

Vi ønsker Amalie lykke til videre!.

Bjørn Henriksen

Årets sponsortreff

Årets sponsortreff i forkant av stafetten ble avholdt på Bislett Stadion torsdag 4. april. Stafettens sponsorer har vært de samme noen år, men det er kommet inn en del nye fjes som representerer disse. NorgesGruppen og daterselskapene Spar og Joker var til stede, sammen med Hyundai, Backe, Jobzone, Vitamin Well, Mizuno og Right to Play.



Anne Marte Sneve fra Norgesgruppen. Foto: Privat



Karoline Bjerkeli Grøvdal. Foto: Privat

Karoline Bjerkeli Grøvdal kastet glans over treffet med et innlegg om hvordan hun jobber for å ivareta sine sponsorer. Det er ulike forventninger hun må ivareta, og hun nevnte spesielt at hun promoterer i forbindelse med konkurranser og på sosiale medier. Karoline tok også opp at hun har forpliktelser overfor egne samarbeidspartnere, klubbens, forbundets og Olympiatoppens, som tidvis gjør det krevende å ha oversikt og ivareta alle.

Ellers ble det informert om status på arrangementet fra Tjalve og snakket gjennom sponsorerers planer for aktivisering av avtalen.

Matias Lavik



Bjerkeli Grøvdal 31:01; Kvan Edman 29:09 i Drammen 10K

Karoline Bjerkeli Grøvdal og Ferdinand Kvan Edman stilte til start i Drammen 10K 7.april. Karoline var ute etter sin egen norske rekord på 30:32 og samtidig klare kvalifiseringskravet til OL på 10 000m som er 30:40.

Karoline åpnet sterkt og etter 5.8km lå hun foran skjema til den norske rekorden. Dessverre var vinden litt for sterk til at hun klarte å holde farten oppe. Hun kom da inn til 31:01, som er ett sekund bak årsbeste. Hun var 1:40 foran Hanne Maridal fra Strindheim som løp inn til 32:41.

I gjennomsnitt brukte Karoline 3:05 min/km på de første 3 km. På de neste tre var farten økt til 2:54 min/km. På de fire siste gikk det noe tregere med et gjennomsnitt på 3:16 min/km.



Karoline går i mål som klar vinner. Foto: Arrangøren

Ferdinand Kvan Edman startet også friskt på sin 10 km. Han passerte 3 km på 8:25. og 5.8 km på 7:40. Farten var da 2:45 min/km. Også han fikk det mot slutten og kom i mål til tiden 29:09. Det var 12 sekunder bak hans beste tid fra Jessheim i 2021.

Ferdinand ble nr.3 bak Samuel Kibet fra Uganda som vant på sterke 27:54. Vincent Kimaiyo fra Kenya ble nr. 2 med 28:47.

Etter 3 km hadde Ferdinand tapt 12 sekunder til teten. Ved 5.8 km var forskjellen 42 sekunder. Ved 10 km var avstanden blitt 1:16. I forhold til nr.2 hadde Ferdinand tapt 32 sekunder etter 5.8 km, men han tok inn litt på slutten og var 22 sekunder bak.



Ferdinand går i mål etter en godt gjennomført 10 km. Foto: Arrangøren

Rank	Race No	Name	Nation	Club	Category	Time	Behind	Speed
1	3510	Karoline Bjerkeli Grøvdal	NOR	Tjalve	K23-34	0:31:01		3:07 min/km +
2	1100	Hanne Maridal	NOR	Strindheim IL	K23-34	0:32:41	+ 1:40	3:17 min/km +
3	2376	Ingrid Huitfeldt	NOR	SK Vidar	K35-39	0:34:58	+ 3:58	3:30 min/km +
4	1389	Julie Aspesletten	NOR		K35-39	0:35:03	+ 4:03	3:31 min/km +
5	1522	Vibeke Jensen	NOR	Strindheim	K23-34	0:35:16	+ 4:15	3:32 min/km +
6	1198	Anzu Lovise Kvan	NOR	IL Gular	K23-34	0:35:38	+ 4:37	3:34 min/km +
7	3610	Nora Andersen	NOR	Roa IL	K23-34	0:35:52	+ 4:51	3:36 min/km +
8	1431	Julie Marie Haabeth Brox	NOR	Fredrikstad IF	K35-39	0:36:02	+ 5:01	3:37 min/km +
9	1268	Siri Schone Ness	NOR	SK Vidar	K40-44	0:36:12	+ 5:11	3:38 min/km +
10	1393	Katerina Hatzigiannis	NOR		K23-34	0:36:30	+ 5:29	3:39 min/km +

Resultater kvinner og menn senior.

Rank	Race No	Name	Nation	Club	Category	Time	Behind	Speed
1	3717	Samuel Kibet	UGA	Elite Running Team	M23-34	0:27:54		2:48 min/km +
2	3718	Vincent Kimaiyo	KEN	Elite Running Team	M20-22	0:28:47	+ 54	2:53 min/km +
3	3628	Ferdinand Kvan Edman	NOR	IK Tjalve	M23-34	0:29:09	+ 1:16	2:55 min/km +
4	1024	Jesper Lundberg	SWE	Hunflens LS / HOKA	M35-39	0:29:49	+ 1:56	2:59 min/km +
5	1029	Otto Kingstedt	SWE	Hässelby SK	M23-34	0:29:49	+ 1:56	2:59 min/km +
6	1030	Axel Djurberg	SWE	Hässelby SK	M23-34	0:30:13	+ 2:20	3:02 min/km +
7	1074	Kiruhura Emmanuel Ntagunga	NOR	Sandnes Idrettslag	M23-34	0:30:16	+ 2:23	3:02 min/km +
8	1028	Yohannes Kiflay Brhane	SWE	Hässelby	M20-22	0:30:22	+ 2:29	3:03 min/km +
9	1026	Petter Svensson	SWE	Hälle IF	M23-34	0:30:23	+ 2:29	3:03 min/km +
10	1027	Sharmarke Ahmed	SWE	Hälle IF	M20-22	0:30:35	+ 2:41	3:04 min/km +

Drammen 10K 2024

Karoline Bjerkeli Grøvdal

race no 3510



share on facebook



share on twitter



view photos

participant											
club	Tjalve					distance	10 KM				
city	OSLO					category	Women 23-34 years				
nation	Norway (NOR)					startgroup	10 KM				
timing and ranking											
official start time	11:50:02					rank overall	15 of 2366 starters				
actual start time	11:50:02					rank gender	1 of 671 starters				
net time	00:31:01 (finish time)					rank category	1 of 311 starters				
gross time	00:31:00										
location	time	speed	o/a	sex	cat	split	speed	o/a	sex	cat	time of day
3 KM	9:14	3:05 min/km	29	1	1	9:14	3:05 min/km	29	1	1	11:59:15
5,8 KM	17:21	3:00 min/km	24	1	1	8:07	2:54 min/km	26	1	1	12:07:22
10 KM	31:01	3:07 min/km	15	1	1	13:41	3:16 min/km	10	1	1	12:21:02

Passeringstider Karoline

Ferdinand Kvan Edman

race no 3628



share on facebook



share on twitter



view photos

participant											
club	IK Tjalve					distance	10 KM				
city	OSLO					category	Men 23-34 years				
nation	Norway (NOR)					startgroup	10 KM				
timing and ranking											
official start time	11:50:02					rank overall	3 of 2366 starters				
actual start time	11:50:02					rank gender	3 of 1695 starters				
net time	00:29:09 (finish time)					rank category	2 of 707 starters				
gross time	00:29:08										
location	time	speed	o/a	sex	cat	split	speed	o/a	sex	cat	time of day
3 KM	8:25	2:49 min/km	3	3	2	8:25	2:49 min/km	3	3	2	11:58:26
5,8 KM	16:04	2:47 min/km	3	3	2	7:40	2:45 min/km	6	6	4	12:06:05
10 KM	29:09	2:55 min/km	3	3	2	13:05	3:07 min/km	2	2	2	12:19:10

Passeringstider Ferdinand.

Atle Scheie løp inn til en 58.plass på 10 km menn med tiden 32.34. Atle er ny i Tjalve fra 2024 og har en personlig rekord på 10 000m fra Kvalheimmila i fjor på 33.01.33.



Karoline underveis i løpet. Foto: Instagram

Atle Wendel Scheie

race no 1039



share on facebook



share on twitter



view photos

participant											
club	IK Tjalve					distance	10 KM				
city	OSLO					category	Men 23-34 years				
nation	Norway (NOR)					startgroup	10 KM				
timing and ranking											
official start time	11:50:02					rank overall	59 of 2367 starters				
actual start time	11:50:04					rank gender	58 of 1696 starters				
net time	00:32:34 (finish time)					rank category	38 of 707 starters				
gross time	00:32:35										
location	time	speed	o/a	sex	cat	split	speed	o/a	sex	cat	time of day
3 KM	9:32	3:11 min/km	60	59	38	9:32	3:11 min/km	60	59	38	11:59:35
5,8 KM	18:06	3:08 min/km	64	63	42	8:35	3:04 min/km	72	71	47	12:08:09
10 KM	32:34	3:16 min/km	59	58	38	14:28	3:27 min/km	69	67	46	12:22:37

Passeringstider Atle.

Bjørn Henriksen



Atle på vei mot mål. Foto: Arrangøren

Markus Rooth 52.20m; Betty Rosvold 53.89m

Elisabeth Thon Rosvold stilte til start i Hurricane Alumni Invitational (USA) fredag 5.april. Her ble hun nr.2 to i diskos med resultatet 53.89m. Hun hadde også kast på 53.06m og 52.47m. Resultatet var 96cm bak årsbeste.

Markus Rooth stilte til start i Tyrving's kaststevne på Rudbanen 7.april. Her forbedret han sin personlige rekord fra i fjor til 52.20m. Det var en forbedring på 60cm.

FRIDAY 7:30 PM | FINAL

Women's Discus Throw

RESULTS

RECORDS

Results

PLACE	ATHLETE	RESULT	1ST	2ND	3RD	4TH	5TH	6TH	POS
1	Maura Huwalt Unattached	57.32 188-1	54.81 179-10	56.04 183-10	57.32 188-1	X	X	X	2-1
2	Betty Rosvold Iowa State [JR]	53.89 176-9	53.89 176-9	53.06 174-1	50.52 165-9	51.96 170-6	X	52.47 172-1	2-9
3	Adrienne Adams Unattached	53.47 175-5	53.47 175-5	X	X	53.27 174-9	51.57 169-2	50.32 165-1	2-8
4	Siniru Iheoma Princeton [JR]	52.32 171-8	52.03 170-8	50.68 166-3	49.03 160-10	51.09 167-7	48.72 159-10	52.32 171-8	2-3
5	Marley Raikwasa Auburn [FR]	51.21 168-0	51.08 167-7	X	51.21 168-0	50.33 165-1	X	51.16 167-10	2-4
6	Calea Jackson Miami (Fla.) [FR]	49.32 161-10	45.90 150-7	49.32 161-10	46.46 152-5	49.08 161-0	X	X	2-7
7	Adria Retter Villanova [JR]	48.99 160-8	48.99 160-8	45.06 147-10	45.65 149-9	45.70 149-11	X	46.87 153-9	2-5
8	Makenna Marshall Princeton [FR]	48.30 158-5	46.98 154-1	48.30 158-5	45.53 149-4	44.11 144-8	47.73 156-7		1-1
9	Skyler Bohlman North Carolina [SO]	47.72 156-7	47.39 155-5	45.15 148-1	42.75 140-3	X	47.72 156-7	44.53 146-1	1-5
10	Fabienne Foster FJU [SO]	45.27 148-6	X	43.17 141-7	45.27 148-6				1-6
11	Megan Hague Auburn [SO]	43.81 143-8	43.81 143-8	43.61 143-1	X				2-6
12	Jamora Alves St. John's [SO]	43.55 142-10	43.55 142-10	X	X				2-2
13	Faith Haught Villanova [SO]	43.22 141-9	43.22 141-9	41.03 134-7	38.60 126-8				1-2
14	McKinlee Morris Columbia [SR]	41.81 137-2	40.38 132-6	41.81 137-2	41.11 134-10				1-7
15	Jada Mia Puryear Columbia [SO]	41.10 134-10	41.10 134-10	39.43 129-4	39.94 131-0				1-8
16	Maja Henry St. John's [FR]	37.37 122-7	X	35.93 117-10	37.37 122-7				1-3
	Tyniece Barclay FJU [FR]	NM	X	X	X				1-4

Resultater diskos kvinner



Bildet er tatt fra en video av Mette Rooth.

Ida Breigan 6.74m i litt for mye vind

Ida Breigan vant en klar seier i lengde under Long Beach Invitational 13.april med resultatet 6.74m. Det er over norsk rekord, men dessverre var vinden litt for sterk; +2.3. Ida hadde serien 6.50m, 6.74m, 6.35m, 6.45m, 6.49m og 6.38m. I 6.49m hoppet var vinden +1.1 m/s. Det er ny personlig rekord utendørs. Ida hadde 6.30m fra 2023-sesongen tidligere.

Ved universitet i San Antonio blir resultatet annonsert som ny skolerekord. Kanskje de ikke er så veldig opptatt av vind i USA?

I sine to konkurranser utendørs så langt i år har Ida vært



Ida i sitt lengste hopp i Long Beach. Foto fra Instagram video

Results									
Place	Athlete	Mark	Attempt 1	Attempt 2	Attempt 3	Attempt 4	Attempt 5	Attempt 6	
1	Ida Breigan UTSA	6.74m 22' 1 1/2" +2.3 m/s	6.50m 21' 4" +2.6 m/s	6.74m 22' 1 1/2" +2.3 m/s	6.35m 20' 10" +2.6 m/s	6.45m 21' 2" +3.2 m/s	6.49m 21' 3 1/2" +1.1 m/s	6.38m 20' +3.0 m/s	
2	Robbie Grace Wake Forest	6.38m 20' 11 1/4" +2 m/s	6.38m 20' 11 1/4" +2.0 m/s	5.97m 19' 7" +1.1 m/s	6.35m 20' 10" +1.8 m/s	6.02m 19' 9" +0.5 m/s	F	6.10m 20' 0 1/4" +3.8 m/s	
3	Makenna Vollmer North Dakota State	6.22m 20' 5" 0 m/s	6.00m 19' 8 1/4" -0.0 m/s	5.80m 19' 0 1/4" -0.0 m/s	6.22m 20' 5" -0.0 m/s	F	6.00m 19' 8 1/4" -0.0 m/s	6.02m 19' 9" -0.0 m/s	
4	Aasha Marler Goodwiler BC Athletics	6.19m 20' 3 3/4" +1.7 m/s	5.95m 19' 6 1/4" +1.7 m/s	6.19m 20' 3 3/4" +1.7 m/s	6.05m 19' 10 1/4" +0.9 m/s	5.90m 19' 4 1/4" +2.4 m/s	5.89m 19' 4" +1.0 m/s	5.95m 19' 6 1/4" +2.2 m/s	
5	Taye Holker Colorado St.	6.17m 20' 3" +1.6 m/s	6.07m 19' 11" +1.9 m/s	6.17m 20' 3" +1.6 m/s	F	5.68m 18' 7 1/4" +1.9 m/s	5.93m 19' 5 1/2" +3.5 m/s	5.92m 19' 5 1/4" +2.7 m/s	
6	Grace Emineth UNAT-North Dakota State	6.13m 20' 1 1/2" +4.8 m/s	F	6.03m 19' 9 1/2" +3.2 m/s	6.13m 20' 1 1/2" +4.8 m/s	F	6.13m 20' 1 1/2" +1.3 m/s	6.10m 20' 0 1/4" +2.3 m/s	
7	Isabella Sokolova Missouri	6.09m 19' 11 1/4" +3.8 m/s	5.86m 19' 2 3/4" +2.7 m/s	6.09m 19' +3.8 m/s	5.72m 18' 9 1/4" +1.0 m/s	5.89m 19' 4" +2.4 m/s	6.02m 19' 9" +3.7 m/s	F	
8	Caitlin Simmons Eastern Washington	6.06m 19' 10 1/4" +4.2 m/s	6.01m 19' 8 3/4" +1.9 m/s	6.01m 19' 8 3/4" +3.6 m/s	6.06m 19' +4.2 m/s	F	6.02m 19' 9" +1.1 m/s	5.63m 18' 5 3/4" +1.5 m/s	
9	Jo-Anna Pinnock Colorado St.	6.02m 19' 9" +0.5 m/s	5.91m 19' 4 3/4" +1.8 m/s	6.02m 19' 9" +0.5 m/s	F	F	F	F	

uheldig med vinden, men det er tydelig at hun kan hoppe langt også utendørs. Vi minner om den norske rekorden til Margrethe Renstrøm som er på 6.68m. Kravet til EM i Roma er 6.70m. EM i Roma går veldig tidlig så det spørs om Ida er ferdig med skolegang og konkurranser i USA når EM avvikles. Forhåpentligvis er hun hjemme til NM som arrangeres i Sandnes i slutten av juni.

Ida Breigan 6.74m (w)



A promotional poster for Ida Breigan's school record. The background is dark blue. At the top, the name 'IDA BREIGAN' is written in white, flanked by orange vertical bars. Below it, 'LONG JUMP | 6.74m (22-1.5)' is written in white. In the top right corner is an orange 'A' logo with a star and a white bird logo. In the center is a photo of Ida Breigan, a young woman with blonde hair, wearing a black tank top with 'UTSA' in white, and an orange and white sash. She has her arms crossed. At the bottom, 'SCHOOL RECORD' is written in large white letters. Below that, 'BEACH INVITATIONAL' is in white on an orange bar, followed by 'LONG BEACH, CA' and 'EVENT WINNER' in white, flanked by orange vertical bars. On the left side, there are vertical white lines of varying heights.

IDA BREIGAN
LONG JUMP | 6.74m (22-1.5)

SCHOOL RECORD

BEACH INVITATIONAL
LONG BEACH, CA
EVENT WINNER

Verdensrekord i diskos



Mykolas Alekna satte ny verdensrekord i diskos med resultatet 74.35m under et stevne i Oklahoma 14.april. Dermed slettet han den eldste rekorden i friidrett som ble satt av Jürgen Schult i 1986. Den rekorden lød på 74.08m og ble satt 16 år før Alekna ble født.

Alekna åpnet med 72.21m før han fulgte opp med 70.32m og 72.89m i de neste to omgangene. I fjerde omgang fikk han opp 70.51m før han noterte 74.35m i femte omgang. Han avsluttet det hele med 70.50m i siste omgang.

Rekorden ble satt på et åpent jorde under meget gode vindforhold, og man skal ikke se bort fra at det vil gå mange år før også denne rekorden blir slått.

Familien Alekna har nå to av de tre lengste diskoskastene i verden da pappa Virgilijus Alekna kastet 73.88m i 2000.

Det er nå snart 63 år siden Jay Silvester som den første i verden kastet over 60m med 60.56m i august 1961. Første nordmann over 60m var Knut Hjeltne som kastet 60.40m i 1975. Han har fortsatt den norske rekorden som lyder på 69.62m fra 1985. Hjeltne var 33 år og 5 mnd. gammel da han satte sin rekord. Hjeltne satte for øvrig 10 norske rekorder i løpet av sin karriere.

Bjørn Henriksen

Seier til Amalie Iuel i Kip Keino Classic



Amalie Iuel løper inn til seier på 400m hekk i Kip Keino Classic etter å ha passert Paulien Couckuyt fra Belgia over den siste hekken. Bilde fra VG-TV

Amalie Iuel overrasket nok både seg selv og andre da hun i sitt comeback etter fødsel løp inn til seier på 400m hekk i Kip Keino Classic 20.april. Tiden ble så god som 54.89. Det er 21/100 bak hennes personlige rekord fra 2022. Resultatet er under kravet til EM i Roma og 4/100 bak kravet til OL i Paris. Det kravet klarer hun enkelt med litt mer konkurransetrening.

I det samme stevnet sesongdebuterte Lakeri Ertzgaard på 400m hvor hun ble nr.5 i den nasjonale klassen med tiden 52.89. Det er bare 19/100 bak personlig rekord fra i fjor. Da sesongdebuterte hun med 53.09 27.mai så dette ser lovende ut. Løpet ble vunnet av Kemi Adekoya fra Burundi med tiden 51.63. For Lakeri er kravet til EM 51.50.

400 m				
RK	LN	Name		Time
1	3	ADEKOYA Kemi	BRN	51.63 PB
2	7	CHEBET Mercy	KEN	51.71 PB
3	5	SHIDA Leni	UGA	52.41 SB
4	4	KAMBERUKA Obakeng	BOT	52.85
5	2	ERTZGAARD Lakeri	NOR	52.89 PB
6	8	THOMAS Maureen Nyaticji	KEN	53.58
7	6	GALEFELE Moroko	BOT	53.79
8	1	NANJALA Jackline	KEN	54.03

Resultater 400m

Bjørn Henriksen

400 m Hurdles				
RK	LN	Name		Time
1	5	IUEL Amalie	NOR	54.89 MR
2	4	COUCKUYT Paulien	BEL	55.23 SB
3	7	STUBLER Bianca	USA	56.69 SB
4	3	LEDECKA Daniela	SVK	56.73 SB
5	1	ZEMS Adelina	KAZ	56.86 PB
6	8	NYAGISERA Vanice Kerubo	KEN	58.15 SB
7	6	SLETTUM Elisabeth	NOR	58.41
	2	UTA Alexandra Stefania	ROU	DNF

Resultater 400m hekk



Amalie og Paulien Couckuyt etter løpet. Foto: Instagram

Seier til Betty i John McDonnell Invitational

Elisabeth Thon Rosvold stilte til start i John McDonnell Invitational i Fayetteville, Arkansas fredag 18.april. Betty har hatt en god start på sesongen og vi var spente på om hun nok en gang kunne kaste rundt 55m. Dessverre var ikke værforholdene gode for diskos denne dagen med vindstille forhold og 13°C.

Betty åpnet konkurransen med et ugyldig kast. I de to neste omgangene fikk hun opp 48.76m og 49.06m. Hun startet finaleomgangene med nok et ugyldig kast før hun fikk opp dagens lengste i femte omgang med 50.30m. Hun avsluttet konkurransen med nok et ugyldig kast.

Betty vant en suveren seier. Hun var 6m foran nr.2 Aaliyah Mathis. Det er verdt å merke seg at Mathis kastet 49.35m under et stevne 8.april. Det sier litt om forholdene. Av de ni utøverne som gikk til finalen ble det prestert 21 ugyldige kast.

Bjørn Henriksen



John McDonnell Invitational

Fayetteville, AR | April 18-19, 2024

Event Index

PI ↓	Athlete	Best	Rnd 1	Rnd 2	Rnd 3	Rnd 4	Rnd 5	Rnd 6	Pos ↓
1	 Betty ROSVOLD Iowa State [Jr]	50.30m 165-0	X	48.76 160-0	49.06 160-11 [1]	X	50.30 165-0	X	1-14
2	 Aaliyah MATHIS Little Rock [Jr]	44.05m 144-6	41.79 137-1	X	X [2]	44.05 144-6	X	41.94 137-7	1-13
3	 Emma BERRY Southeastern Oklahoma State [Fr]	36.93m 121-2	35.28 115-9	33.03 108-4	35.76 117-4 [4]	36.93 121-2	35.29 115-9	X	1-09
4	 Cornelia WATTS Arkansas-Pine Bluff [Fr] 	36.39m 119-4	30.75 100-10	36.39 119-4	X [3]	X	X	35.32 115-10	1-03
5	 Lytic LOVE Arkansas-Pine Bluff [Jr] 	35.16m 115-4	35.16 115-4	X	X [5]	X	X	X	1-07
6	 Kaelyn KIMBLE Arkansas-Pine Bluff [Jr]	34.67m 113-9	X	33.42 109-8	34.67 113-9 [6]	32.02 105-1	33.77 110-9	X	1-08
7	 Keitian BELL Southeastern Oklahoma State [Jr]	33.63m 110-4	30.20 99-1	32.64 107-1	31.91 104-8 [7]	31.70 104-0	32.91 107-11	33.63 110-4	1-01
8	 Alison STEPHENS Little Rock [Sr]	32.63m 107-0	32.63 107-0	X	X	X	X	X	1-12

Resultater diskos

5.plass til Karoline i Adidas Race Event

Den fjerde utgaven av Adidas Race Events ble arrangert rundt deres hovedkvarter i Herzogenaurach lørdag 27.april. Mange av verdenseliten både på kvinne og herresiden stilte til start, også Karoline Bjerkeli Grøvdal, som har vært fabrikkløper for Adidas i mange år nå.

Karoline ble nr.5 blant kvinnene med tiden 30:52, 20 sekunder bak sin egen norske rekord fra Hytteplanmila i 2020. Det er verdt å merke seg at World Athletics nå bare godkjenner rekorder i rene kvinneklasser uten noen menn svirrende rundt i løypa. Tiden til Karoline ble derfor utropt som ny nasjonal rekord.

Kvinneklassen ble vunnet av Agnes Jebet med den sterke tiden 30:03, foran Chelimo 30:39 og Chelangat 30:46. Karoline ble slått av Jebet med 0:49, men var ikke langt unna pallplass.

Som mange sikkert har fått med seg satser Karoline på halvmaraton i årets EM i Roma. Det høres veldig fornuftig ut da hun har klart størst sjanse på en medalje i denne øvelsen.



Samlet gruppe i starten på løpet. Karoline nærmest kamera. Foto: Instagram.

Bjørn Henriksen



Karoline passerer målstreken med Welde fra Etiopia rett bak.

10 km women

1		Jebet Ngetich, Agnes (KEN)	00:30:03
2		Chelimo, Margaret (KEN)	00:30:39 +00:35
3		Chelangat, Jesca (KEN)	00:30:46 +00:42
4		Chelimo, Joan (ROU)	00:30:52 +00:48
5		Grovdal, Karoline (NOR)	00:30:52 +00:49
6		Welde, Bertukan (ETH)	00:30:52 +00:49
7		Gebrzihair, Girmawit (ETH)	00:30:56 +00:53
8		Getachew, Senayet (ETH)	00:30:59 +00:55
9		Ndiwa, Stacy (KEN)	00:31:01 +00:57
10		Yaregal, Yalemget (ETH)	00:31:15 +01:11

Resultater kvinner senior

Nok et langt hopp av Ida Breigan i for mye vind

Ida Breigan presterte et nytt langt hopp i lengde under Texas Invitational 26.april. Hun landet på 6.65m, men dessverre var vinden nok engang +2.3. Resultatet er bare 3 cm bak norsk rekord og 5 cm bak kravet til EM i Roma. Vi får håpe at vinden etter hvert løyer i USA slik at vi kan få et langt godkjent resultat av Ida. Av ukjente grunner hoppet hun ikke de tre siste omgangene, men ingenting tyder på at det er en skade i bildet.

Konkurransen ble vunnet av Ackelia Smith fra Texas med resultatet 7.10m. Et artig poeng ellers var at Ida fikk opp resultatet 7.01m på live-oppdateringen i andre hopp. Resultatet stod der i noen minutter før hoppet ble erklært ugyldig. Det var nesten så undertegnede falt ut av sofaen. En stund trodde vi at hoppet ble målt og så underkjent, men siden Ida ikke har nevnt noe på sin Instagram konto var det nok bare en feil.

Neste gang Ida skal i ilden er under AAC outdoors i San Antonio 11.mai. Da skal hun hoppe på hjemmebane og vi får håpe at vinden kan være litt grei for en gang skyld.

Videre skal hun delta i NCAA Prelims som går av stabelen 22-25 mai.

Bjørn Henriksen



Ida fotografert på stadion i Austin konkurransedagen. Foto: Instagram

Results

PLACE	ATHLETE	RESULT	1ST	2ND	3RD	4TH	5TH	6TH	POS
1	 Ackelia Smith Texas [JR]	7.10 23-3 ½ w: 3.1	7.10 23-3 ½ w: 3.1	–	6.82 22-4 ½ w: 2.7	–	–	–	3-12
2	 Tyra Gittens PUMA	6.72 22-0 ¾ w: 2.7	6.72 22-0 ¾ w: 2.7	X	6.67 21-10 ¾ w: 4.1	6.37 20-10 ¾ w: 1.8	X	X	3-9
3	 Ida Breigan UTSA [FR]	6.65 21-10 w: 2.3	6.48 21-3 ¼ w: 2.9	X	6.65 21-10 w: 2.3	–	–	–	3-10
4	 Michelle Graham Texas [SR]	6.27 20-7 w: 2.9	X	6.27 20-7 w: 2.7	X	5.87 19-3 ¼ w: 2.5	6.27 20-7 w: 2.9	5.89 19-4 w: 1.9	3-7
5	 Aaliyah Foster Texas [FR]	6.27 20-7 w: 3.6	X	6.27 20-7 w: 3.6	6.14 20-1 ¾ w: 2.6	5.49 18-0 ¼ w: 2.6	X	6.10 20-0 ¼ w: 2.1	3-11
6	 Eliza Kraule Rice [JR]	6.02 19-9 w: 3.1	5.94 19-6 w: 3.4	6.02 19-9 w: 3.1	5.99 19-8 w: 2.4	4.15 13-7 ½ w: 1.4	5.82 19-1 ¼ w: 2.7	5.72 18-9 ¼ w: 1.6	3-8
7	 Edlin Laur UTSA [FR]	5.90 19-4 ¼ w: 2.8	X	5.69 18-8 w: 2.6	5.76 18-10 ¾ w: 2.0	5.70 18-8 ½ w: 1.8	X	5.90 19-4 ¼ w: 2.8	3-5
8	 Faith Nze Stephen F. Austin [SO]	5.75 18-10 ½ w: 3.2	5.63 18-5 ¾ w: 1.8	5.75 18-10 ½ w: 3.2	5.54 18-2 ¼ w: 2.4	5.29 17-4 ¼ w: 2.3	X	5.50 18-0 ½ w: 2.1	3-2
9	 Elissa Perkins Wisconsin [FR]	5.74 18-10 w: 2.9	5.72 18-9 ¼ w: 2.3	5.74 18-10 w: 2.9	5.60 18-4 ½ w: 1.7	X	X	5.58 18-3 ¾ w: 4.2	2-8

Solid sesongåpning av Ingeborg Østgård

Ingeborg Østgård hadde lagt sesongpremieren til Trondheim stadion og 3000m for alle. Ingeborg vant en meget klar seier på distansen etter en rolig åpning. Hun løp etter hvert ifra Grethe Tyldum fra Steinkjer og Sigrid Alvik fra Tyrving og vant med 20 sekunder. Tyldum og Alvik vant for øvrig sølv og bronse under NM terreng uken før.

Tiden til Ingeborg ble 9:20.36, ca. fem sekunder bak hennes personlige rekord på 9:15.65 fra i fjor.

Neste oppgave for Ingeborg blir Holmenkollstafetten 4.mai.



Tidlig i løpet hvor Tyldum fortsatt klarte å henge med. Foto: Kondis



Ingeborg mot mål til en klar seier. Foto: Kondis

Bjørn Henriksen

3000m kvinner (godkjente sko)					
Ingeborg Østgård	2003	Tjalve IK	211	9.20,36	1
Grethe Tyldum	2001	Steinkjer FIK	393	9.40,67	2
Sigrid Alvik	2003	Tyrving IL	496	9.49,48	3
Sunniva Isabel Cook	2002	Strindheim IL	300	9.58,53	4
Maja Belsås	2004	Ranheim IL	206	10.18,23	5
Maya Jones Arnesen	2002	Heming IL	298	10.24,94	6
Hanna Eckhardt Andersen	2002	Lyn Ski	299	10.36,52	7
Emilie Solheim Johnsen	2007	Strindheim IL	216	DNF	
Guro Bakke Johnsen	2000.	Strindheim IL	6085	DNF	

Norsk bestenotering på 600m av Tobias

Under et stevne i Milano lørdag 27.april løp Tobias Grønstad inn til tiden 1.15.22 på 600m. Han slettet dermed den norske bestenoteringen til Vebjørn Rodal med 7/100 og sin egen personlige rekord med 11/100. Han er dermed nr.11 i Europa gjennom alle tider.

Tobias fikk følge av Francesco Pernici (Italia) helt inn til mål som kom inn til 1.15.32.

Tobias måtte gjøre hele løpet selv, da haren trakk seg rett før de skulle løpe. Han prøver seg for øvrig på en ny 600m i Pliezhausen, Tyskland 5.mai. Her får han også med seg Malin Nyfors som løper samme distanse i kvinneklassen.

Ingen tvil om at Tobias nå er god for en tid ned på 1:44-tallet på 800m. Vi minner om EM-kravet som er 1:45.20 og OL kravet som er 1:44.70



Tobias ammen med Pernici etter løpet. Det er andre gang i løpet av to år at de møtes på denne distansen. Foto: Instagram

RESULTS - Official Ranking (27 apr 18:45)

Serie 1 - 600m U

Arena Civica - 27 Apr 2024 - 18:21

Pos	Lane	Bib	Athlete	Year	Cat.	Teams	Mark
1	7 i	251	GRØNSTAD Tobias	2002	U23 M	NOR NORWAY	1:15.22
2	8 i	262	<u>PERNICI Francesco</u>	2003	U23 M	RM056 G.A. FIAMME GIALLE	1:15.32
3	3 i	257	MCPHILLIPS Cian	2002	U23 M	IRL IRELAND	1:16.32
4	4 i	274	VUKOVIĆ Jan	2000	M	SLO SLOVENIA	1:16.86
5	5 e	252	<u>LAZZARO Giovanni</u>	2004	U23 M	PD140 ASSINDUSTRIA SPORT	1:17.85
6	2 i	263	POŽGAJ Anže Svit	2003	U23 M	SLO SLOVENIA	1:18.63
7	3 e	226	<u>ADAMOLI Simone</u>	2000	M	RM390 ATHLETICA VATICANA A.S.D.	1:18.79
8	6 e	253	<u>MACHMACH Abdessalam</u>	1989	M35	BZ066 ATHLETIC CLUB 96 ALPERIA	1:19.34
9	6 i	255	<u>MARELLI Davide</u>	1994	M	VA123 CUS INSUBRIA VARESE COMO	1:19.60
10	5 i	232	BELČIĆ Andrej	2003	U23 M	CRO CROATIA	1:19.85
11	2 e	246	<u>FEDERICI Andrea</u>	1999	M	MI089 PRO SESTO ATL. CERNUSCO	1:20.37
12	1 e	258	<u>MELONI Ithocor</u>	2001	M	CA001 C.U.S. CAGLIARI	1:20.66
13	1 i	231	BALESTRA Filippo	2003	U23 M	SUI SWITZERLAND	1:21.03

Resultater 600m

Bjørn Henriksen

Mikkel Blikstad Thomassen 3:44.79 i åpningsstevne

IL i BUL og Ull/Kisa arrangerte åpningsstevne på Bislett søndag 28.april. Dette var et rent løpsstevne med øvelsene 600m, 1500m og 5000m. Været kunne ha vært bedre. Det var 6 grader i lufta og regn. Ikke akkurat ideelle forhold å konkurrere i.

Atle Scheie valgte å stille til start på 5000m. Målet var å slå personlig rekord på 15:45.25. Etter et kontrollert løp kom han inn til 15.45.16 og klarte målet for dagen. Løpet ble vunnet av August Da Silva Sveen med småpene 14:12.53.



Atle (171) i teten for en gruppe løpere. Foto: Bjørn Henriksen

ROSTER ATHLETICS 					
Løpstevne 28 April Bislett Competitions Log in					
#	ORDER	PARTICIPANT	BIB	CLUB	RESULT
1	-	August Da Silva SVEEN 2004 - NOR	158	Idrottslaget Jotun	14:12.53 PB
2	-	Andreas IDEN 1995 - NOR	151	FRI IL	14:33.33 PB
3	-	Elias Haugen TORJUSSEN 2007 - NOR	163	Vidar, Sportsklubben	15:32.89 PB
4	-	Herman HESJEDAL-TRONSTAD 2005 - NOR	325	Spydeberg IL	15:41.23 PB
5	-	Marius Haugen STRANDHAUG 2003 - NOR	180	Lillehammer Idrettsforening	15:44.08 PB
6	-	Atle Wendel SCHEIE 1995 - NOR	171	Tjalve Idrettsklubben	15:45.16 PB
7	-	Ola MATRE 1989 - NOR	179	Vidar, Sportsklubben	15:48.90
8	-	Knut Jonny HJERTVIK 1990 - NOR	294	Vidar, Sportsklubben	16:07.77 PB
9	-	Halvor MYHRVOLD 1990 - NOR	190	Vidar, Sportsklubben	16:23.35 PB
10	-	Magnus HØJEN 1993 - NOR	251	Vidar, Sportsklubben	16:26.18 SB
-	-	Vebjørn HOVDEJORD 2003 - NOR	120	Snøgg Notodden Friidrett	DNF

Resultat 5000m



Atle var fornøyd med innsatsen. Foto: Bjørn Henriksen

På 1500m for menn hadde Tjalve en utøver i hvert heat. I det man kan kalle B-heatet løp Axel Wold Møller som til daglig representerer Koll IL. Muligens var Axel litt for hissig på grøten til å begynne med da han ble med hovedfeltet på de første to rundene. Etter hvert ble det litt tungt, men Axel kom inn til tiden 4:09.12. Det var ca. 2,5 sek. dårligere enn personlig rekord fra i fjor.



Det ble litt tøft for Axel mot slutten etter en frisk åpning. Foto: Bjørn Henriksen

Åpningsstevne 2024

#	ORDER	PARTICIPANT	BIB	CLUB	RESULT
1	1	Teodor HANSEN 2006 · NOR	184	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	3:58.51 PB
2	14	Andreas Lindebø KVÆRNER 2006 · NOR	183	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	3:59.02 PB
3	2	Robin Wathne NEDREHAGEN 1999 · NOR	185	Idrottslaget i Bul	4:00.73 PB
4	15	Haakon Heltzer SØRSTAD 2008 · NOR	187	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	4:01.61 PB
5	4	Christoffer Da Silva VAMRÅK 2006 · NOR	332	Idrottslaget Jotun	4:04.12 PB
6	9	Lukas BUNCIC 2007 · NOR	188	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	4:06.25 PB
7	6	Eirik OFFENBERG 1996 · NOR	193	Runar, IL	4:06.38 PB
8	3	Axel Wold MØLLER 2008 · NOR	194	Tjølve Idrettsklubben	4:09.12 PB
9	5	Lauritz Grønvold MENKERUD 2007 · NOR	195	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	4:10.09 PB
10	16	Fredrik HESJEDAL-TRONSTAD 2007 · NOR	329	Spydeberg IL	4:10.48 PB

Resultater 1500m, heat B

Vi var veldig spente på hva Mikkel Blikstad Thomassen kunne få til etter fin løping under NM terreng uken før. Mikkel valgte å bli med i hovedfeltet og hang med nesten helt inn til mål, selv om kometen Håkon Moe Berg fra Kyrksæterøra ble for sterk mot slutten. Berg løp inn tiden 3:41.26 fulgt av Mikkel som fikk tiden 3:44.79. Tidligere personlige rekord fra i fjor var 3:48.59. Mikkel var selv ikke helt fornøyd, men det har han all grunn til å være under de rådende forholdene.



Mikkel underveis i løpet i ryggen på Kristian Børve fra Ull/Kisa. Foto: Bjørn Henriksen

#	ORDER	PARTICIPANT	BIB	CLUB	RESULT
1	2	Håkon Moe BERG 2006 · NOR	142	Kyrksæterøra Idrettslag Kil	3:41.26 PB
2	7	Mikkel THOMASSEN 2003 · NOR	164	Tjølve Idrettsklubben	3:44.79 PB
3	8	Kristian Bråthen BØRVE 2006 · NOR	159	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	3:48.62 PB
4	4	Kristoffer SAGLI 2002 · NOR	147	Aure Idrettslag	3:50.02 PB
5	11	Vetle FARBU-SOLBAKKEN 2003 · NOR	168	Idrottslaget i Bul	3:50.96 PB
6	14	Åsmund Sunde FØRDE 2007 · NOR	174	Jølster Idrettslag	3:52.99 PB
7	5	Johannes TEIGLAND 1995 · NOR	156	Idrottslaget Gular	3:54.19 PB
8	10	Simon Nebjø STEINSHAMN 1999 · NOR	167	Idrottslaget i Bul	3:55.83
9	13	Sebastian van der VEEN 2002 · NOR	173	Idrottslaget i Bul	3:57.02 PB
10	15	Mads Orø OLSEN 2002 · NOR	175	Ringerike Friidrettsklubb	3:59.22 PB

Resultater 1500m, heat A

På 1500m for kvinner var det bare en kvinne (jente) som valgte å stille til start. Aurora Brandt Sande løp godt inne i vinter og vant bronse i NM terreng for en uke siden.

Aurora valgte å legge seg i ryggen på sin hardeste konkurrent i J16, Tuva Alme fra Sandnes IL. Det holdt i et par runder før Alme dro ifra. Aurora kom inn til tiden 4:35.71 som er en forbedring av utendørs persenen på 4:47.05. Inne i vinter løp hun på 4:38.33. Kristine Lande Dommersnes vant kvinneklassen med tiden 4:19.07.



Aurora underveis i ryggen på Tuva Alme. Foto: Bjørn Henriksen

Åpningsstevne 2024

ROSTER ATHLETICS					
Løpsteve 28 April Bislett Competitions Log in					
Search					
#	ORDER	PARTICIPANT	BIB	CLUB	RESULT
1	-	Kristine Lande DOMMERSNES 1999 · NOR	134	Haugesund Idrettslag Friidrett - gr.	4:19.07 PB
2	-	Selma Løchen ENGBAHL 2001 · NOR	141	Friidrettsklubben Orion	4:23.28 PB
3	-	Wilma Anna Bekkemoen TORBJÖRNSSON 2007 · NOR	153	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	4:25.27 PB
4	-	Tuva ALME 2008 · NOR	182	Sandnes Idrettslag	4:30.26 PB
5	-	Mathea LÆGRAN 2007 · NOR	328	Idrettslaget Skjalg	4:30.83 PB
6	-	Aurora Kanutte Brandt SANDE 2008 · NOR	191	Tjålve, IK	4:35.71 PB
7	-	Venus Abraham TEFFERA 2008 · NOR	297	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	4:37.91 PB
8	-	Synnøve Antonsen TORP 1999 · NOR	172	Ranheim IL	4:47.55
9	-	Else LOGE NOR	331	Idrottslaget i Bul	5:20.81 PB

Resultater 1500m kvinner



Her går Aurora i mål etter sin første 1500m ute i 2024 sesongen. Foto: Bjørn Henriksen



Mikkel etter fullført løp. Foto: Bjørn Henriksen



Noen synes at det hele var ganske kjedelig. Juni Baustad Kristiansen var tilstede på sitt første friidrettsstevne sammen med mamma Margrete og pappa Rudi. Foto: Bjørn Henriksen

Bjørn Henriksen

Ida Eikeng brøt syvkampen i Multistars

Ida Eikeng stilte til start i syvkamp under det årlige Multistars i Italia 27-28.april. I år var stevnet lagt til byen Brescia for første gang på 30 år. Brescia var vertskap for de første syv utgavene av Multistars fra 1988-1994.

Ida har en personlig rekord på 6114 poeng satt i fjor. Da hadde hun serien: 13.26 (100 hekk), 1.72m (høyde), 14.39m (kule), 23.87 (200m), 6.03m (lengde), 51.06m (spyd) og 2:37.97 (800m). Både i lengde og på 200m var vinden over 2.0m/s.

Forholdene var ikke de beste første dag av Multistars med forholdsvis kraftig motvind på 100m hekk. Ida var plassert i heat 4 (det beste) hvor hun ble nr. 5 med tiden 13.85. Vind: -2.3. Det ga henne nøyaktig 1000p, noe bak rekorden fra i fjor. Øvelsen ble vunnet av Taliyah Brooks (95 modell) fra USA med den sterke tiden 13.14. Svenske Lovisa Karlsson gjorde et bra hekkeløp og ble nr.2 med 13.47. Ida endte på en 5.plass.

Pos	Lane	Bib	Athlete	Year	Cat.	TEAM	Mark	Wind	Points
1	3	2	BROOKS Taliyah	1995	W	USA U.S.A	13.14	-2.3	1103
2	2	23	KARLSSON Lovisa	2000	W	SWE SVEZIA	13.47	-2.3	1055
3	6	14	JANSEN Celine	1996	W	SUI SVIZZERA	13.79	-2.3	1008
4	8	1	DADIC Ivona	1993	W	AUT AUSTRIA	13.84	-2.3	1001
5	7	12	EIKENG Ida	1999	W	NOR NORVEGIA	13.85	-2.3	1000
6	3	6	O'DOWDA Jade	1999	W	GBR GRAN BRETAGNA	13.87	-2.8	997
7	4	21	HEMPHILL Meg	1996	W	JPN GIAPPONE	14.01	-2.3	977
8	3	25	ADEL Katelyn	2002	U23 W	SUI SVIZZERA	14.05	-0.8	971
9	7	28	VAN BAAST Hanna	2004	U23 W	NED PAESI BASSI	14.13	-0.8	960
10	5	8	LIGARSKA Paulina	1996	W	POL POLONIA	14.23	-0.8	946
11	2	11	BURNS Shaina	1996	W	USA U.S.A	14.23	-2.8	946
12	6	5	O'CONNOR Kate	2000	W	IRL IRLANDA	14.24	-2.8	945
13	4	18	VAN DE WIEL Myke	1997	W	NED PAESI BASSI	14.25	-2.8	943
14	6	24	KRISZT Sarolta Mária	2006	U20 W	HUN UNGHERIA	14.27	-0.8	941
15	8	3	AGNOU Caroline	1996	W	SUI SVIZZERA	14.28	-2.8	939
16	7	19	ROSING Mareike	1999	W	GER GERMANIA	14.31	-2.0	935
17	2	22	SLOCKA Julia	2001	W	POL POLONIA	14.47	-2.0	913
18	5	15	BIELSKA Edyta	2001	W	POL POLONIA	14.53	-2.0	905
19	5	26	GIOVANNINI Marta giaeale	2001	W	PIO81 ATLETICA CASCINA	14.57	-2.8	899

Resultat 100m hekk

Høyde er øvelse nr.2 i syvkamp. Ida hoppet i gruppe B og gikk inn i konkurransen på 1.53m som hun klarte i første forsøk. Etter å ha stått over 1.56m klarte hun høydene 1.59m, 1.62m og 1.65m i første forsøk. På 1.69m og 1.71m måtte hun bruke to forsøk før hun var over. 1.74m ble for høyt denne gang, men Ida vant denne puljen og ble nr.7 totalt. For resultatet 1.71m oppnådde hun 867 poeng. Høyde ble vunnet av Bianca Salming fra Sverige med resultatet 1.83m.

Etter to øvelser hadde Ida 1867p og lå på en 6.plass. Taliyah Brooks var fortsatt i ledelsen med 2044p. Lovisa Karlsson var nr.2 med 1922p og Jade O'Dowda fra Storbritannia nr.3 med 1900p.

Pos	Bib	Athlete	Year	Cat.	TEAM	Mark	Points	+
1	10	SALMING Bianca	1998	W	SWE SVEZIA	1.83	1016	+
2	2	BROOKS Taliyah	1995	W	USA U.S.A	1.77	941	+
3	6	O'DOWDA Jade	1999	W	GBR GRAN BRETAGNA	1.74	903	+
3	5	O'CONNOR Kate	2000	W	IRL IRLANDA	1.74	903	+
5	25	ADEL Katelyn	2002	U23 W	SUI SVIZZERA	1.74	903	+
6	23	KARLSSON Lovisa	2000	W	SWE SVEZIA	1.71	867	+
7	12	EIKENG Ida	1999	W	NOR NORVEGIA	1.71	867	+
8	11	BURNS Shaina	1996	W	USA U.S.A	1.71	867	+
8	22	SLOCKA Julia	2001	W	POL POLONIA	1.71	867	+
10	8	LIGARSKA Paulina	1996	W	POL POLONIA	1.68	830	+
10	19	ROSING Mareike	1999	W	GER GERMANIA	1.68	830	+
10	16	KIENAST Lucie	2001	W	GER GERMANIA	1.68	830	+
10	21	HEMPHILL Meg	1996	W	JPN GIAPPONE	1.68	830	+
14	14	JANSEN Celine	1996	W	SUI SVIZZERA	1.68	830	+
15	28	VAN BAAST Hanna	2004	U23 W	NED PAESI BASSI	1.68	830	+
16	7	MAUDENS Hanne	1997	W	BEL BELGIO	1.65	795	+
16	26	GIOVANNINI Marta giaeale	2001	W	PIO81 ATLETICA CASCINA	1.65	795	+
16	24	KRISZT Sarolta Mária	2006	U20 W	HUN UNGHERIA	1.65	795	+
19	15	BIELSKA Edyta	2001	W	POL POLONIA	1.65	795	+

Resultat høyde

Pos	Bib	Athlete	Year	Cat.	TEAM	Points	Team points
1	2	BROOKS Taliyah	1995	W	USA U.S.A	2044	
2	23	KARLSSON Lovisa	2000	W	SWE SVEZIA	1922	
3	6	O'DOWDA Jade	1999	W	GBR GRAN BRETAGNA	1900	
4	10	SALMING Bianca	1998	W	SWE SVEZIA	1883	
5	25	ADEL Katelyn	2002	U23 W	SUI SVIZZERA	1874	
6	12	EIKENG Ida	1999	W	NOR NORVEGIA	1867	
7	5	O'CONNOR Kate	2000	W	IRL IRLANDA	1848	
8	14	JANSEN Celine	1996	W	SUI SVIZZERA	1838	
9	11	BURNS Shaina	1996	W	USA U.S.A	1813	
10	21	HEMPHILL Meg	1996	W	JPN GIAPPONE	1807	
11	28	VAN BAAST Hanna	2004	U23 W	NED PAESI BASSI	1790	
12	22	SLOCKA Julia	2001	W	POL POLONIA	1780	
13	8	LIGARSKA Paulina	1996	W	POL POLONIA	1776	
14	19	ROSING Mareike	1999	W	GER GERMANIA	1765	
15	24	KRISZT Sarolta Mária	2006	U20 W	HUN UNGHERIA	1736	
16	16	KIENAST Lucie	2001	W	GER GERMANIA	1727	
17	18	VAN DE WIEL Myke	1997	W	NED PAESI BASSI	1702	
18	15	BIELSKA Edyta	2001	W	POL POLONIA	1700	
19	26	GIOVANNINI Marta giaeale	2001	W	PIO81 ATLETICA CASCINA	1694	
20	1	DADIC Ivona	1993	W	AUT AUSTRIA	1690	
21	3	AGNOU Caroline	1996	W	SUI SVIZZERA	1663	
22	7	MAUDENS Hanne	1997	W	BEL BELGIO	1647	

Multistars 2024

Ida har en sterk personlig rekord i kule med 14.63m. Ida hadde dessverre ikke dagen i denne øvelsen og endte med 13.22m og 742p. En meter lenger her ville ha hjulpet godt. Best i øvelsen var Ivona Dadic fra Østerrike med 14.55m.

Pos	Bib	Athlete	Year	Cat.	TEAM	Mark	Points	+
1	1	DADIC Ivona	1993	W	AUT AUSTRIA	14.55	831	+
2	10	SALMING Bianca	1998	W	SWE SVEZIA	14.11	801	+
3	3	AGNOU Caroline	1996	W	SUI SVIZZERA	14.03	796	+
4	5	O'CONNOR Kate	2000	W	IRL IRLANDA	13.84	783	+
5	9	SLOBODA Daryna	1995	W	UKR UCRAINA	13.82	782	+
6	8	LIGARSKA Paulina	1996	W	POL POLONIA	13.71	775	+
7	22	SLOCKA Julia	2001	W	POL POLONIA	13.55	764	+
8	16	KIENAST Lucie	2001	W	GER GERMANIA	13.42	755	+
9	11	BURNS Shaina	1996	W	USA U.S.A	13.39	753	+
10	12	EIKENG Ida	1999	W	NOR NORVEGIA	13.22	742	+
11	6	O'DOWDA Jade	1999	W	GBR GRAN BRETAGNA	13.18	739	+
12	14	JANSEN Celine	1996	W	SUI SVIZZERA	13.14	737	+
13	2	BROOKS Taliyah	1995	W	USA U.S.A	13.11	735	+
14	19	ROSING Mareike	1999	W	GER GERMANIA	13.00	727	+
15	7	MAUDENS Hanne	1997	W	BEL BELGIO	12.66	705	+
16	25	ADEL Katelyn	2002	U23 W	SUI SVIZZERA	12.65	704	+
17	4	ZHENG Nina	1998	W	CHN CINA	12.63	703	+
18	23	KARLSSON Lovisa	2000	W	SWE SVEZIA	12.43	690	+
19	21	HEMPHILL Meg	1996	W	JPN GIAPPONE	12.31	682	+
20	26	GIOVANNINI Marta giacole	2001	W	PI081 ATLETICA CASCINA	12.08	666	+

Resultat kule

Etter kulekonkurransen var Ida fortsatt nr.6 med 2609p. Taliyah Brooks ledet fortsatt med 2779p, mens Bianca Salming var kommet seg opp på 2.plass med 2684p etter å ha støtt 14.11m.

Første dag ble avsluttet med 200m. Her var Ida plassert i det fjerde heatet hvor hun ble nr.4 med tiden 24.45 (-0.8). Totalt ble Ida nr.6 og oppnådde 938p. Etter første dag hadde hun 3547p og hadde avansert helt opp til en 2.plass bak Taliyah Brooks med sine 3767p. Lovisa Karlsson var nr.3 med 3530p.

Nå har nok Ida en bedre første dag enn annen dag, men hun har en god øvelse andre dag og det er spyd.

Dag to startet med lengde hvor Ida har en personlig rekord på 6.01m. Spørsmålet var om hun kunne hoppe i nærheten av persen.

Ida startet med 5.63m før hun økte til 5.69m i andre hopp. I tredje ble det 5.55m. Med dette resultatet var hun en av de svakeste i feltet og falt ned til en 6.plass totalt. Skil hun hevde seg i toppen må hun nok hoppe 30-40cm lenger. Etter fem øvelser stod hun med 4303p etter å ha fått 756p i lengde. Taliyah Brooks bare fortsatte å øke sin ledelse etter å ha hoppet 6.52m.

Pos	Lane	Bib	Athlete	Year	Cat.	TEAM	Mark	Wind	Points
1	3	2	BROOKS Taliyah	1995	W	USA U.S.A	23.92	-0.8	988
2	6	24	KRISZT Sarolta Mária	2006	U20 W	HUN UNGHERIA	24.35	-1.7	947
3	2	14	JANSEN Celine	1996	W	SUI SVIZZERA	24.35	-0.8	947
4	2	25	ADEL Katelyn	2002	U23 W	SUI SVIZZERA	24.41	-1.2	942
5	7	1	DADIC Ivona	1993	W	AUT AUSTRIA	24.42	-0.8	941
6	5	12	EIKENG Ida	1999	W	NOR NORVEGIA	24.45	-0.8	938
7	8	18	VAN DE WIEL Myke	1997	W	NED PAESI BASSI	24.49	-0.8	934
8	6	23	KARLSSON Lovisa	2000	W	SWE SVEZIA	24.66	-0.4	918
9	7	27	RICCARDI Giulia	2003	U23 W	TN524 G.S. TRILACUM	24.96	-1.7	890
10	4	5	O'CONNOR Kate	2000	W	IRL IRLANDA	25.11	-0.4	877
11	6	16	KIENAST Lucie	2001	W	GER GERMANIA	25.16	-0.8	872
12	5	22	SLOCKA Julia	2001	W	POL POLONIA	25.23	-1.7	866
13	5	20	SCHULER Chiara Belinda	2001	W	AUT AUSTRIA	25.34	-1.2	856
14	4	28	VAN BAAST Hanna	2004	U23 W	NED PAESI BASSI	25.46	-1.2	845
14	7	19	ROSING Mareike	1999	W	GER GERMANIA	25.46	-1.2	845
16	4	8	LIGARSKA Paulina	1996	W	POL POLONIA	25.47	-1.7	844
17	3	21	HEMPHILL Meg	1996	W	JPN GIAPPONE	25.53	-0.4	839
18	4	7	MAUDENS Hanne	1997	W	BEL BELGIO	25.56	-0.8	836
19	2	3	AGNOU Caroline	1996	W	SUI SVIZZERA	25.59	-1.7	833
20	6	11	BURNS Shaina	1996	W	USA U.S.A	25.75	-1.2	819
21	2	15	BIELSKA Edyta	2001	W	POL POLONIA	26.06	-0.4	792

Resultat 200m

Pos	Bib	Athlete	Year	Cat.	TEAM	Points	Team points
1	2	BROOKS Taliyah	1995	W	USA U.S.A	3767	
2	12	EIKENG Ida	1999	W	NOR NORVEGIA	3547	
3	23	KARLSSON Lovisa	2000	W	SWE SVEZIA	3530	
4	14	JANSEN Celine	1996	W	SUI SVIZZERA	3522	
5	25	ADEL Katelyn	2002	U23 W	SUI SVIZZERA	3520	
6	5	O'CONNOR Kate	2000	W	IRL IRLANDA	3508	
7	1	DADIC Ivona	1993	W	AUT AUSTRIA	3462	
8	10	SALMING Bianca	1998	W	SWE SVEZIA	3430	
9	22	SLOCKA Julia	2001	W	POL POLONIA	3410	
10	8	LIGARSKA Paulina	1996	W	POL POLONIA	3395	
11	11	BURNS Shaina	1996	W	USA U.S.A	3385	
12	16	KIENAST Lucie	2001	W	GER GERMANIA	3354	
13	19	ROSING Mareike	1999	W	GER GERMANIA	3337	
14	21	HEMPHILL Meg	1996	W	JPN GIAPPONE	3328	
15	3	AGNOU Caroline	1996	W	SUI SVIZZERA	3292	
16	18	VAN DE WIEL Myke	1997	W	NED PAESI BASSI	3278	
17	24	KRISZT Sarolta Mária	2006	U20 W	HUN UNGHERIA	3270	
18	28	VAN BAAST Hanna	2004	U23 W	NED PAESI BASSI	3221	
19	7	MAUDENS Hanne	1997	W	BEL BELGIO	3188	
20	20	SCHULER Chiara Belinda	2001	W	AUT AUSTRIA	3140	
21	15	BIELSKA Edyta	2001	W	POL POLONIA	3087	
22	27	RICCARDI Giulia	2003	U23 W	TN524 G.S. TRILACUM	3019	

Sammenlagt etter første dag.

Multistars 2024

Øvelse nr.6 er spyd hvor vi visste at Ida kunne ta igjen en del poeng. Ida har så god personlig rekord som 55.56m.

Ida startet med å kaste 49.96m før hun økte til 51.62m i andre forsøk. I tredje omgang ble det et ugyldig kast. Ida var klart best i denne øvelsen hvor hun fikk 892m.

Pos	Bib	Athlete	Year	Cat.	TEAM	Mark	Points	+
1	12	EIKENG Ida	1999	W	NOR NORVEGIA	51.62		+
2	5	O'CONNOR Kate	2000	W	IRL IRLANDA	49.28		+
3	10	SALMING Bianca	1998	W	SWE SVEZIA	47.97		+
4	22	SLOCKA Julia	2001	W	POL POLONIA	47.13		+
5	20	SCHULER Chiara Belinda	2001	W	AUT AUSTRIA	46.67		+
6	3	AGNOU Caroline	1996	W	SUI SVIZZERA	46.04		+
7	1	DADIC Ivona	1993	W	AUT AUSTRIA	45.92		+
8	18	VAN DE WIEL Myke	1997	W	NED PAESI BASSI	43.48		+
9	16	KIENAST Lucie	2001	W	GER GERMANIA	43.23		+
10	8	LIGARSKA Paulina	1996	W	POL POLONIA	43.10		+
11	15	BIELSKA Edyta	2001	W	POL POLONIA	41.44		+
12	19	ROSING Mareike	1999	W	GER GERMANIA	41.07		+
13	26	GIOVANNINI Marta glaele	2001	W	PIO81 ATLETICA CASCINA	40.95		+
14	21	HEMPHILL Meg	1996	W	JPN GIAPPONE	40.83		+
15	24	KRISZT Sarolta Mária	2006	U20 W	HUN UNGHERIA	39.52		+
16	25	ADEL Katelyn	2002	U23 W	SUI SVIZZERA	39.50		+
17	23	KARLSSON Lovisa	2000	W	SWE SVEZIA	39.36		+
18	2	BROOKS Taliyah	1995	W	USA U.S.A	38.53		+
19	27	RICCARDI Giulia	2003	U23 W	TN524 G.S. TRILACUM	38.11		+

Resultater spyd

Før siste øvelse hadde hun klatret opp til en 3.plass med 5195p. Hun hadde allerede på det tidspunkt satt ny klubbrekord i IK Tjalve. Brooks var fortsatt i ledelsen foran Kate O'Connor fra Irland som hadde kommet seg opp på en 2.plass,18 poeng foran Ida.

Ida var plassert i det fjerde heatet på 800m hvor de beste sammenlagt løp. Overraskelsen var stor da det viste seg at Ida ikke stilte til start. Grunnen var at hun var så misfornøyd med egen innsats at hun ikke klarte å motivere seg til å løpe en 800m. Hun fikk dermed ikke noe offisielt resultat og heller ingen klubbrekord. Hadde hun startet og så brutt ville hun fått 0 poeng i øvelsen, men ville fortsatt ha satt klubbrekord.

Syvkampen ble tilslutt vunnet av Taliyah Brooks som ledet fra start til mål. Hun oppnådde poengsummen 6330p. De svenske jentene klarte seg bra. Lovisa Karlsson ble nr.4 med 6050p og Bianca Salming nr.5 med 5915p. Vi får trøste Ida med at resultatet 13.85 på 100m hekk er ny klubbrekord. Den tidligere hadde ingen ringere enn Sally Gunnell med 13.87 satt på Lambertseter i 1985. Hun løp for Tjalve dette året. Sally Gunnell ble olympisk mester på 400m hekk i 1992.

Pos	Bib	Athlete	Year	Cat.	TEAM	Points	Team points
1	2	BROOKS Taliyah	1995	W	USA U.S.A	5420	
2	5	O'CONNOR Kate	2000	W	IRL IRLANDA	5213	
3	12	EIKENG Ida	1999	W	NOR NORVEGIA	5195	
4	23	KARLSSON Lovisa	2000	W	SWE SVEZIA	5182	
5	25	ADEL Katelyn	2002	U23 W	SUI SVIZZERA	5156	
6	22	SLOCKA Julia	2001	W	POL POLONIA	5061	
7	10	SALMING Bianca	1998	W	SWE SVEZIA	5001	
8	16	KIENAST Lucie	2001	W	GER GERMANIA	4985	
9	14	JANSEN Celine	1996	W	SUI SVIZZERA	4968	
10	8	LIGARSKA Paulina	1996	W	POL POLONIA	4950	
11	1	DADIC Ivona	1993	W	AUT AUSTRIA	4946	
12	19	ROSING Mareike	1999	W	GER GERMANIA	4896	
13	18	VAN DE WIEL Myke	1997	W	NED PAESI BASSI	4862	
14	11	BURNS Shaina	1996	W	USA U.S.A	4854	
15	3	AGNOU Caroline	1996	W	SUI SVIZZERA	4829	
16	21	HEMPHILL Meg	1996	W	JPN GIAPPONE	4821	
17	24	KRISZT Sarolta Mária	2006	U20 W	HUN UNGHERIA	4808	
18	20	SCHULER Chiara Belinda	2001	W	AUT AUSTRIA	4707	
19	28	VAN BAAST Hanna	2004	U23 W	NED PAESI BASSI	4661	
20	7	MAUDENS Hanne	1997	W	BEL BELGIO	4623	
21	15	BIELSKA Edyta	2001	W	POL POLONIA	4505	
22	27	RICCARDI Giulia	2003	U23 W	TN524 G.S. TRILACUM	4500	

Sammenlagt etter seks øvelser

I 1993 ble hun verdensmester i Stuttgart og satte samtidig verdensrekord med tiden 52.74. Hun avsluttet det hele med å bli Euromester i Helsingfors i 1994. Konklusjonen må være at det er en fordel å ha vært innom Tjalve på veien mot berømmelse.

Bjørn Henriksen



Start 100m hekk med Ida i bane syv (nr.2 fra venstre). Foto: Spot and Sport.

4.plass til Betty Rosvold i Drake Relays med 54.41m

Lørdag 27.april kastet Elisabeth Thon Rosvold over 54m for andre gang i år da hun ble nr.3 med 54.41m i Drakes Relays, Des Moines. Hun hadde serien ugyldig, 54.41m, 52.49m, 52.47m, 53.62m og ugyldig i det siste.

Vi venter nå bare på at diskosen skal fly over 55m. Elise Sanden Søvik åpnet sesongen på Bækkelaget

RESULTS			RECORDS							
Results										
PLACE	ATHLETE	RESULT	1ST	2ND	3RD	4TH	5TH	6TH	POS	
1	Shelby Frank Minnesota [JR]	58.34 191-5	58.34 191-5 Pl: 1	56.33 184-9 Pl: 1	58.24 191-1 Pl: 1	X Pl: 1	X Pl: 1	56.17 184-3 Pl: 1	4	
2	Gabi Jacobs Unattached	57.94 190-1	55.30 181-5 Pl: 3	57.94 190-1 Pl: 2	X Pl: 2	X Pl: 2	X Pl: 2	X Pl: 2	3	
3	Kalynn Meyer Nebraska [JR]	57.58 188-11	55.92 183-5 Pl: 2	52.63 172-8 Pl: 3	57.58 188-11 Pl: 3	52.96 173-9 Pl: 3	X Pl: 3	53.93 176-11 Pl: 3	7	
4	Betty Rosvold Iowa State [JR]	54.41 178-6	X	54.41 178-6 Pl: 4	52.49 172-2 Pl: 4	52.47 172-1 Pl: 4	53.62 175-11 Pl: 4	X Pl: 4	5	
5	Essense Henderson Lafayette Speed Elite	52.89 173-6	X	X	51.13 167-9 Pl: 5	X Pl: 5	X Pl: 5	52.89 173-6 Pl: 5	1	
6	Macy Byer Illinois State [SR]	49.54 162-6	48.06 157-8 Pl: 4	X Pl: 5	X Pl: 6	49.54 162-6 Pl: 6	48.91 160-5 Pl: 6	49.22 161-6 Pl: 6	6	
7	Meredith Clark South Dakota [SR]	49.18 161-4	44.12 144-9 Pl: 5	X Pl: 6	X Pl: 7	46.62 152-11 Pl: 7	X Pl: 7	49.18 161-4 Pl: 7	8	
DNS	Princess Kara Indiana Wesleyan [SR]								9	
DNS	Mine De Klerk Nebraska [JR]								2	



Betty fotografert ved en tidligere anledning. Foto supplert av Thomas Rosvold

Elise Sanden Søvik 12.62m i tresteg

Elise Sanden Søvik sesongdebuterte på Bækkelaget Sports plass 28.april med å sette personlig rekord i tresteg med resultatet 12.62m (-0.1) under lengde/tresteg stevne "Hopp til musikk". Tidligere pers var 12.53m satt i 2023.

Mathilde Klokseth hadde nok ikke helt dagen og fikk resultatet 12.02m (-1.6)

Nora Pauline Helm hoppet lengde og fikk resultatet 5.46m (-1.4).

Vi har dessverre ikke fått tak i seriene til jentene.

Vi gleder oss til fortsettelsen.

Bjørn Henriksen



Elise fotografert på Sports plassen i tradisjonell Tjalvedrakt©. Foto: Instagram.

Fødselsdager i april

01.04 Emilie Grøterud	27 år
05.04 Jan Christian Kaltenborn	44 år
10.04 Elias Sanden Søvik	24 år
10.04 Knut Jæger Hansen	65 år
10.04 Bjørn Henriksen	76 år
15.04 Axel Wold Møller	16 år
16.04 Peder Arne Sylte	70 år
17.04 Amalie Iuel	30 år
22.04 Bjørn Berglund	86 år
25.04 Arne Kvalheim	79 år
28.04 Anne Thidemann	71 år
30.04 Marte Pettersen	27 år

Fødselsdager i mai

01.05 Kristin Maltun Helland	22 år
02.05 Synne Frydenlund	27 år
04.05 Einar Førde Innerdal	13 år
05.05 Randi Nymoen-Jahren	56 år
07.05 Ronny Nilsen	53 år
07.05 Alexander Winger	35 år
08.05 Svein Lilleberg	81 år
11.05 Odd Aksnes	75 år
11.05 Gina Hval	25 år
12.05 Even Bogen Nørjordnet	16 år
13.05 Samuel Hafsafl	47 år
13.05 Tobias Lømo	24 år
14.05 Ole Kristian Johnsen	85 år
15.05 Helge Svaar	83 år
15.05 Roger Becklund	80 år
16.05 Lisbeth Hamnvik	50 år
18.05 Joachim Sandberg	29 år
18.05 Vilde Svortevik	30 år
20.05 Yoann Rouzieres	27 år
25.05 Antzela Gkiona	16 år
25.05 Margrete Baustad	24 år
31.05 Sander Aae Skotheim	22 år

Aktuelle bøker



Årets elbil i verden 2023 IONIQ 6



WINNER

2023 WORLD CAR AWARDS

WORLD CAR OF THE YEAR
WORLD ELECTRIC VEHICLE
WORLD CAR DESIGN OF THE YEAR



RUN, FORREST, RUN!

SÅ KAN VI TA OSS AV HANDLINGEN.



LEVERT HJEM

Margrete Baustad har blitt mor



Margrete Baustad fødte en jente 23.mars. Navnet er Juni og ved fødsel var hun 53cm lang og veide 3528g. På bildet til venstre er hele familien samlet på Eivinds Gym for første gang etter fødselen. Pappa er Rudi Kristiansen. Foto: Privat

NFIF INFORMERER

Tildeling av norske mesterskap for 2025

Tildeling av norske mesterskap for 2025 ble utlyst på friidrett.no i januar 2024 med søknadsfrist 15. februar 2024. Etter en vurdering av de innkomne søknadene har styret oppnevnt tekniske arrangører til følgende mesterskap.

- NM og UM mangekamp innendørs: IL Koll.
- NM Innendørs: Oslo Friidrettskrets.
- Ungdomsmesterskapet innendørs: Dimna IL.
- NM Junior: IL Gneist.
- Ungdomsmesterskapet: Stjørdalsalliansen.
- NM 5km gateløp: FIL AKS-77.
- NM 10km gateløp: SK Vidar/Oslo Maraton
- NM Halvmaraton: FIL AKS-77.
- NM Maraton: SK Vidar/Oslo Maraton.
- NM motbakkeløp: Valldal IL.

- NM Terrenkultra: IL Varden Meråker.
- NM Ultraløp 24 timers: Romerike Ultraløperklubb.
- NM Veteran innendørs: Ullensaker/Kisa Friidrett.

NM Hovedmesterskapet er tidligere tildelt Ask Friidrett. Det har ennå ikke meldt seg søkere til øvrige mesterskap.

PS! Kanskje IK Tjalve burde søke om NM stafetter for 2025?

Vi minner om kravene til EM i Roma



Qualification System and Entry Standards (as of November 2023)

Entry Standards

MEN	Event	WOMEN
10.16	100m	11.24
20.45	200m	23.00
45.40	400m	51.50
1:45.20	800m	2:00.00
3:36.00	1500m	4:05.00
13:20.00	5000m	15:15.00
28:20.00	10,000m	33:00.00
8:25.00	3000m SC	9:37.00
13.46	110m H / 100m H	12.98
49.30	400m H	55.70
N/A	4x100m	N/A
N/A	4x400m	N/A
N/A	4x400m Mixed	N/A
1:01:40 (2:11.00 for Marathon)	Half Marathon	1:10:30 (2:29:00 for Marathon)
1:21:30	20km Race Walk	1:31:40
2.26	High Jump	1.92
5.75	Pole Vault	4.50
8.00	Long Jump	6.70
16.80	Triple Jump	14.15
20.85	Shot Put	18.00
65.20	Discus	60.50
76.50	Hammer	71.20
83.00	Javelin	60.00
8200	Combined Events	6300

Så langt har følgende klart kravene til EM:

Amalie Iuel	400m hekk
Karoline Bjerkeli Grøvdal	5000m
Sigrd Borge	Spyd
Marie-Therese Obst	Spyd
Eivind Henriksen	Slegge
Markus Rooth	10-kamp
Sander Aae Skotheim	10-kamp

Topp 20 plasseringer utendørs pr. april 2024

Menn

100m

Sander Hegni 12.61 (4)

200m

Sander Hegni 25.77 (5)
Kenneth Heggdal 25.83 (6)

600m

Tobias Grønstad 1:15.22 (1)

1500m

Mikkel Blikstad Thomassen 3:44.79 (4)
Axel Wold Møller 4:09.12 ()

5000m

Atle Scheie 15.45.16(10)

Diskos

Markus Rooth 52.20m (2)

Kvinner

200m

Ida Eikeng 24.45 (3)

400m

Lakeri Ertzgaard 52.89 (2)

1500m

Aurora Brandt Sande 4:35.71 ()

3000m

Ingeborg Østgård 9:20.36 (1)

100m hekk

Ida Eikeng 13.85 (4)

400m hekk

Amalie Iuel 54.89 (1)

Høyde

Ida Eikeng 1.71m (1)

Lengde

Ida Breigan 6.49m (1)
Ida Eikeng 5.69m (2)
Nora Pauline Helm 5.46m (3)

Tresteg

Elise Sanden Søvik 12.62m (1)
Hedda Kronstrand Kvalvåg 12.39m (3)
Mathilde Klokseth 12.02m (2)

Kule

Ida Eikeng 13.22m (1)

Diskos

Elisabeth Thon Rosvold 54.85m (1)

Spyd

Marie-Therese Obst 61.69m (1)
Sigrid Borge 56.93m (3)
Ida Eikeng 51.62m (4)

Medaljevinnere i EM fra IK Tjalve



Audun Boysen vant bronse på 800m under EM i Bern i 1954 på tiden 1:47.4. Det var norsk rekord. Roger Moens (323) ble nr.5 og Derek Johnson fra UK (137) ble nr.4 på samme tid som Boysen. Ungareren Lajos Szentgali vant med 1:47.1. Foto: Sportsrevy 1954.



UNIVERSITETSBIBLIOTEKET I OSLO
AVISKONTORET

Aktuell

Nr. 39 Oslo, 12. sept. 1959. Pris kr. 1.25
I Sverige 1 kr., i Danmark kr. 1.25

Nordens raskeste

Carl Fredrik Bunes satte ny nordisk rekord på 200 meter under landskampen i fri-idrett mot Sverige i helgen. Se stor reportasje sidene 24—25.

Foto: Sv. A. Berretzen.

Månedens skulptur/statue/minnesmerke



Waving girl statue i Savannah, Georgia. Statuen av Florence Martus er plassert i Morell Park, Riverfront. I mer enn 40 år hilste hun alle ship som kom inn til Savannah fra sitt hjem på Elba Island. Florence Martus var søster til fyrvokteren på øya. Statuen er laget av Felix De Weldon. Foto: Bjørn Henriksen, 2015

MAI



Uke 18

Ons	Tors	Fre	Lør	Søn
01	02	03	04	05

Uke 19

Man	Tir	Ons	Tors	Fre	Lør	Søn
06	07	08	09	10	11	12

Uke 20

Man	Tir	Ons	Tors	Fre	Lør	Søn
13	14	15	16	17	18	19

Uke 21

Man	Tir	Ons	Tors	Fre	Lør	Søn
20	21	22	23	24	25	26

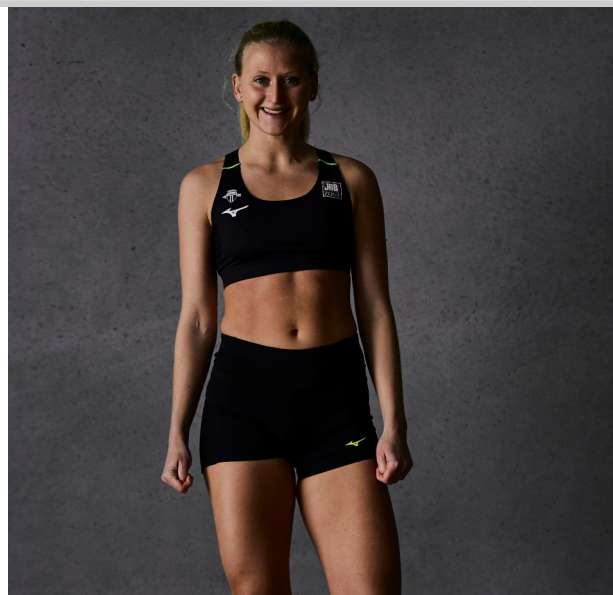
Uke 22

Man	Tir	Ons	Tors	Fre
27	28	29	30	31

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

