

TJALVISTEN

MEDLEMSBLAD FOR



IDRETTSKLUBBEN TJALVE

Nr.5 Mai 2025

Digital utgave

110. årgang

Kulseng 20.86 og 46.41



Kibrab 13:16.37



Andreas Kulseng og Awet Kibrab satte klubbrekorder på henholdsvis 200m, 400m og 5000m helgen 24-25.mai. Andreas i Brüssel og Awet i Zagreb. Begge er i knallform og vi kan vente oss ytterligere forbedringer i løpet av sesongen. Vi gratulerer! Foto: Bildbyrån og Europeanathletics.com.



HYUNDAI



NorgesGruppen



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 opphissete 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"

Styret 2025/2026

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

Administrasjonen

Daglig leder: Matias Lavik	45204125	matias@tjalve.no
Sportslig leder: John Ertzgaard	92899929	ertzgaard@tjalve.no
Arrangement: Thea Alsaker	40625254	thea@tjalve.no

Ordenskollegiet

Stormester: Haavard Nordlie	91333572	haavardnor@hotmail.com
Skattmester: Per Behrens	92864418	
Seremonimester: Eivind Henriksen	92433079	

Tjalvisten

Bjørn Henriksen	91793453	bjorn-he@online.no
-----------------	----------	--------------------

IK Tjalve

Underhaugsveien 1
0354 Oslo

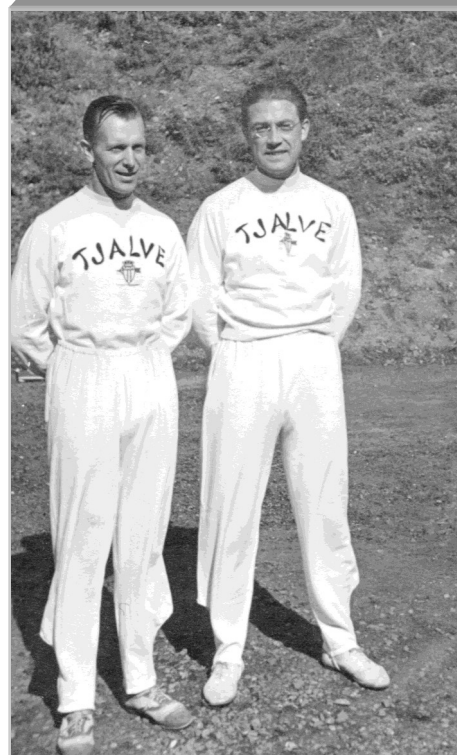
Telefon: 22 60 43 40
E-post: mail@tjalve.no

Web: www.tjalve.no



I dette nummeret

Stort og smått	3
Rapport fra Shanghai DL	4
Rapport fra USA	4
Lambertsetersprinten	5
Per Halle Invitational	6
Rapport fra Göteborgsvarvet	7
Nasjonalt stevne KFUM	8
Rapport fra WACT Zagreb	17
Rapport fra IFAM Outdoor	18
Seier til Amalie i Nairobi	19
Seier til Malin i Karlsruhe	19
Bøker	20
Topp plasseringer 1970-tallet	22
Utøvere fra 1970-tallet	24
Eivind møter verdenseliten	25
Europastatistikken	28
Nordisk statistikk	29
Verdensstatistikken	30
Topp 20 plasseringer Norge	31
Historiske bilder	32
Tjalvetøy	33



Tjalvister anno 1940

Stort og smått fra Oslo & omegn

Amanda Grefstad Frøyenes løp en sterk 600m under åpningsstevnet i Ås. Tiden ble 1:28.54. Hun er nå nr.8 i Norge gjennom alle tider.

SK Vidar arrangerte løpsstevne på Bislett 3.mai med øvelsene 600m og 1500m. Av resultatene kan nevnes at **Atle Wendel Scheie** løp 1500m på 4:08.05. Det er personlig rekord. I kvinneklassen løp **Sonja Moen** sin første 1500m på tiden 4.47.33. **Mina Sørensen** debuterte på 600m med å løpe på 1:41.41. Mina er i ferd med å konvertere fra sprint til mellomdistanse. **Hennie Strand-Omreng** fikk tiden 1:41.85. Hennie fyller 16 år senere i år.

Markus Rooth stilte i en spydkonkurranse i Bærum idrettspark 4.mai. Her fikk han opp et kast på 67.90m. Det er en forbedring av han tidligere personlige rekord fra OL i Paris med 1.03m. Kan vi håpe på over 70m i løpet av sesongen?

Sigrid Borge ble nr.4 i spyd under et stevne i Tsjekkia 11.mai. Hennes lengste kast målte 57.69m. Gedly Tugi fra Estland vant med 58.96m.

Mikkel Blikstad Thomassen var i Trondheim 12.mai og stilte i KM langdistanse. Her ble han nr.3 på 1500m med tiden 3:45.34. Muligens kom dette stevnet litt for tett på Holmenkollstafetten. Kristoffer Sagli fra Aure vant med tiden 3:38.60. Hans tidligere pers var 3:43.15.

Det ble arrangert 5000m på Stockholm stadion lørdag 17.mai. I kvinneklassen ble **Maiken Homlung Prøitz** nr.7 med tiden 16:30.47. Hun klarte da kravet til U23 EM i Bergen senere i sommer. I klassen for menn ble **Ferdinand Kvan Edman** nr.6 med tiden 13:30.22 og **Magnus Tuv Myhre** nr.7 med 13.34.65. For Magnus var dette det første løpet på bane etter skadeproblemer.

Abraham Sandvin Vogelsang deltok i stav under Big Ten Championship i Eugene 16-18.mai. Abraham klarte åpningshøyden på 4.79m i andre forsøk. Han gikk deretter over 4.94m i første før han hadde tre riv på 5.09m.

Moelven IL arrangerte Skarpsno Games søndag 18.mai. Flere Tjalvister var påmeldt, men mange stilte ikke opp av forskjellige grunner vi ikke kjenner til. **Even Bogen Nørjordet** ble nr.4 i det fjerde innledende heatet på 100m med tiden 11.99. Vind; -4.4. På 400m hekk ble **Aiden Vincent Floyd** nr.3 med tiden 55.91.

Amanda Grefstad Frøyenes fortsatte den gode trenden med å bli nr.6 på 800m under Janusz Kusocinski Memorial fredag 23.mai med resultatet 2:02.12. Det er nok en personlig rekord. Hun er dermed nr.8 i Norge gjennom tidene.

Sander Hegni deltok i Nottwill 2025 World para Athletics Grand Prix 23-25.mai. Her ble han nr.2 både på 100m og 200m i klassen T64 med 13.29 og 26.88. På 200m var det motvind -2.3 m/s.

UM/NM i mangekamp ble arrangert på Jessheim 22-23.mai. Kun to Tjalvister stilte til start; **Sondre Jahren** og **Daniel Ryan** (utenfor konkurransen). Sondre åpnet med 11.50 (w) på 100m, fortsatte med 6.96m (w) i lengde og 13.81m i kule. Han gikk inn i høydekonkurransen på 1.91m, men klarte ikke åpningshøyden. Han trakk seg deretter fra resten av konkurransen. Daniel fullførte og



Hennie Strand-Omreng fotografert under Holmenkollstafetten. Foto: Morten Nørjordet

fikk poengsummen 5813. Dessverre klarte han ikke åpningshøyden i stav og mistet en del poeng her.

I klassen G17 ble **Even Bogen Nørjordet** nr.2 med 5600p. **Andreas Kragholm** ble nr.6 med 4082p.

I kvinneklassen ble **Kajsa Rooth** nr.4 i 7-kampen med 4022p. Dessverre ble resultatet ikke godkjent grunnet for mye vind i en av øvelsene..



Kajsa Rooth klar til start på 200m i NM mangekamp. Her er det endelig en utøver som er korrekt kledd med både singlet og bukse fra Mizuno. Foto: Sprintvik.

Amalie 52.17, Lakeri 52.93, Laura 53.93 i Shanghai

Amalie Iuel, Lakeri Ertzgaard og Laura Veen stilte til start på 400m under Wanda Diamond League i Shanghai. Jentene løp i nasjonal klasse hvor Amalie var best med 52.17. Josefine Tomine Eriksen fra Sem IF ble nr.2 med 52.73, Lakeri Ertzgaard nr.3 med 52.93, Elisabeth Slettum fra Skjalg nr.4 med 53.79, og Laura Veen nr.5 med 53.93. Lauras tid var personlig rekord. Hun hadde tidligere 54.19 fra 2024.

I det samme stevnet ble Marie-Therese Obst nr.6 i spyd med et kast på 60.46m.

Når vi først er i Kina; Amalie Iuel løp på det norske laget som ble nr.4 på 4x400m stafett i World Athletics Relay i Guangzhou 11.mai. Jentene satte norsk og nordisk rekordrekord med tiden 3:25.35 og ble nr.4. De er dermed kvalifisert for VM i Tokyo. Lakeri skulle også ha løpt på dette laget, men ble dessverre syk og ble erstattet av Elisabeth Slettum.

Ida Breigan har slitt litt i lengde i årets utendørssesong.



Det norske laget på 4x400m stafett. Josefine Tomine Eriksen, Amalie Iuel, Lakeri Ertzgaard, Laura Veen og Elisabeth Slettum. Foran: Henriette Jæger. Foto: privat

Ida Breigan 23.81 og 6.50m i USA

Før konkurransen i AAA Outdoor Championship hadde hun som best hoppet 6.37m, men hun har også hatt resultater på lave 6m og endog et stevne under 6m.

Under stevnet i Charlotte 15-17.mai gikk det adskillig bedre. I lengde på torsdag 16.mai fikk hun opp 6.50m. Det er ny personlig rekord utendørs. Hun hadde også hopp på 6.31m og 6.45m. Hun hadde seks gyldige hopp i konkurransen. De tre andre var 6.05m, 6.06m og 6.17m. Hoppene vitner om at hun fortsatt er litt ustabil, men begynner å nærme seg det hun presterte i fjor.

Ida løper også 200m, og 3.mai oppnådde hun 23.43 i litt for mye medvind. Under stevnet i Charlotte løp hun inn til 23.81. Det er ny klubbrekord i IK Tjalve. Den tidligere hadde Kaitesi Ertzgaard fra 2022 med 23.87. Maren bakke Amundsen presterte 23.91 i fjor og vil nok etter hvert melde seg på i konkurransen om å sette klubbrekord på distansen. Det vil nok også Lakeri Ertzgaard.

Ida stilte også til start i de såkalte Regionals torsdag 29.mai. Under normale omstendigheter skulle hun ikke ha hatt problemer med å kvalifisere seg til Nationals, men nok en gang fikk hun ikke sveis på lengdehoppingen. Hun ble nr.21 med resultatet 6.25m. For å gå til finalen (Nationals) måtte hun ha hoppet 6.37m.



Utøverne fra UTSA tapetserte pallen under lengdekonkurransen i AAA Outdoor Championship. Rachela Page ble nr.2 og Oreluva Adamson nr.3. Foto: privat

Tre nye klubbrekorder i Lambertsetersprinten

Det har blitt en tradisjon at Lambertsetersprinten arrangeres dagen før Holmenkollstafetten. Slik var det også i år.

Noen av våre beste sprintere benyttet muligheten til å få blåst ut litt gørr før den store stafetten.

I fjor satte Maren Bakke Amundsen klubbrekord på 150m. Den forbedret hun i år med 4/100 til 17.93. Hun vant øvelsen klart foran Lilje Lopes Patey fra IL i BUL. Vi kan ellers nevne at Frida Valstad Elsness fikk 19.70 og Hedda Endsjø 19.82.

Den som nok imponerte mest var Andreas Kulseng. Først løp han 150m på 15.53 og forbedret sin personlige rekord med ca. halvsekundet. Deretter presterte han 33.07 på 300m, 17/100 bak pers fra 2022. Begge resultatene var nye klubbrekorder. Vi gleder oss til å se han etter hvert både på 200m og 400m.

Det var flere av gutta som løp bra på Lambertseter. Levi Boniface Kodjo Normann-Afanou løp 150m på 16.57. Han fyller 17 år i august. Denne utøveren har vi aldri hørt om før. I følge friidrett.no var dette hans første offisielle løp. Kim Kamanzi fikk tiden 17.14 og Lucas Nande Eggen 17.23.

Lucas Nande Eggen løp også en god 300m med tiden 36.22. Han fyller 17 år i juli. Kim Kamanzi ble klokket inn på 36.62.



Andreas Kulseng. Foto Morten Nørjordet



Vi hadde dessverre ingen fotograf på Lambertseter i år. Vi må derfor klare oss med noen arkivbilder av de nevnte utøverne. Her ser vi Maren Bakke Amundsen. Foto: Bjørn Henriksen



Lucas Nande Eggen. Foto: Bjørn Henriksen

Amanda Grefstad Frøynes 2:02.63 i Per Halle Invitational

Flere av våre mellomdistanseløpere hadde tatt turen til Tønsberg 15.mai for å delta i Per Halle Invitational. Øvelsene som ble løpt var 800m, 1500m og 3000m.

Amanda Grefstad Frøynes gjorde sin utendørs debut med å løpe sin personlige rekord ned til 2:02.63 på 800m. Fra før hadde hun 2:03.29 innendørs i vinter og 2:03.92 utendørs fra 2021. Amanda fikk følge av Anne Gine Løvnes som fulgte henne tett gjennom hele løpet og fikk tiden 2:03.09. Tidligere pers var 2:04.37 fra 2024. Mina Sørensen løp sin første 800m på 2:16.82. Det holdt til en 9.plass. Solveig Hernandez Vråle var hare for våre jenter under løpet.

På guttas 800m ble Nikolai Solum nr.5 med 1:54.59. Det var bare 51/100 bak personlig rekord fra i fjor.

På 1500m var vi spente på hva Mikkel Blikstad Thomassen kunne få til, etter å ha løpt på 3:45.34 noen dager tidligere. Da haren ga seg etter to runder overtok Mikkel teten og dro resten av løpet. På de siste 100 meterene ble det litt for tøft og han ble passert av Magnus Øyen fra Rindal. Tiden til Mikkel ble 3.44.26. Bakr Ettayebi fulgte godt med og kom inn til 3:52.12, som er personlig rekord. Vår tredje deltaker på distansen, Børge Nilsen Berg, fikk tiden 3:59.56, litt over et sekund bak personlig rekord fra i fjor.

På 3000m for kvinner stilte Sonja Moen og Sara Yasmin Abid til start. Etter et veldisponert løp kom de i mål til henholdsvis 9:47.43 og 9:48.52. Sonja debuterte på distansen, mens Sara hadde 9:46.98 i fjor.

I guttas løp over 3000m ble det personlige rekorder på de tre fra Tjelve som stilte til start. Axel Wold Møller løp sin bestetid ned fra 8:38.03 til 8:24.25, Atle Wendel Scheie fra 9:03.36 til 8:43.05 og Henrik Velle fra 8:52.05 8.45.84.



Amanda fikk bestemannspremien for jentene. For gutta gikk prisen til Moa Bollerød fra Sem IF for sin 3000m på 7:53.82. Foto: Kjell Vigestad/Kondis



Amanda løper inn til seier med Anne Gine rett bak (gjemt bak Amanda). Foto: Kjell Vigestad/Kondis



Mikkel Blikstad Thomassen i tet på 1500m feltet. Foto: Kjell Vigestad/Kondis

Karoline 1:08.33, Senay 1:04.04 i Göteborgsvarvet

I følge arrangøren er Göteborgsvarvet verdens største halvmaratonløp. I år gikk løpet av stabelen 17.mai, på selveste nasjonaldagen.

For Tjalveutøverne ble det en god dag med seier til Karoline Bjerkeli Grøvdal for kvinnene og 2.plass til Senay Fissehatsion i klassen for menn. I denne klassen ble det et spurtoppgjør mellom Sondre Norstad Moen fra SK Vidar og svensken Suldan Hassan. Sondre var først i mål, men etter en time med diskusjoner ble han disket fort å ha hindret svensken med en albue rett før mål. Dermed rykket Senay en plass opp på resultatlisten.

Karoline fikk med seg hjem både laurbærkrans, en stor pokal og en sjekk på 4000 Euro. Det skulle tilsvare noe sånt som 48 000 NOK. For Senay ble det også en økonomisk god dag med en sjekk på 3000 Euro.

Karoline var helt suveren i sin klasse og slo nr.2 med nesten fem minutter. Det bør legges til at det bare var skandinavisk deltagelse i årets løp.

Karoline passerte 5km på 16:09 og 10km på 32:16. Dvs. at hun brukte to sekunder kortere tid på den andre 5 km. På de to neste 5 km gikk tiden litt opp. Fram til 15km brukte hun 16:23 og fram til 20 km 16:29. Et meget jevnt løp. Hun kom da i mål på 1:08.33.

Senay løp også et jevnt løp med 15:05 på de første 5km, 15.10 på de fem neste, deretter 15:13, og 15:17 på de neste fram til 20 km. Sluttiden ble 1:04.04. Hans bestetid gjennom tidene er 1:02.47.



Karoline med pokalen som var nesten like stor som jenta. Foto: Bildbyrå



Karoline går i mål som vinner. Foto: Bildbyrå



Senay med sjekken. Foto: Bildbyrå

Flere gode resultater i KFUMs åpningsstevne

20.mai var det klart for KFUMs tradisjonelle åpningsstevne på Bislett stadion. Løpsøvelser var 100m, 200m, 400m og 800m. I tillegg var det lagt inn høyde og lengde for begge kjønn. Det var sol og varme under første del av stevnet, men etter hvert skyet det til og temperaturen sank flere grader.

Den første positive overraskelsen for Tjalve kom allerede i første heat på 100m for menn. Under Lambertsetersprinten dagen før Holmenkollstafetten dukket det opp en kar fra Koll med det klinkende navnet Levi Boniface Kodjo Normann-Afanou. Da konkurrerte han for første gang på 150m. Levi er for øyeblikket bare 16 år, men fyller 17 år litt senere i år. På Bislett var det tid for å prøve seg på 100m. Levi løp en meget god 100m og ble klokket inn til 11.17, bare slått av Patrick Bifuko fra Trondheim Friidrett. Vinden ble målt til -0.3.



Slik ser han ut det nye sprinthåpet fra Koll. Foto: Bjørn Henriksen

Koll har flere ungdommer som forhåpentligvis vil danne grunnstammen i Tjalve om noen år. Vi kan nevne Vetle Lier som konkurrerer i G15. Han løp inn til 11.86. I fjor løp han på 12.44 så fremgangen er formidabel.

Av de mer rutinerte sprinterne fikk Marcus Gardner Stålby 11.42 og Kim Kamanzi 11.57.

Lakeri Ertzgaard har konsentrert seg om 400m de siste årene, men valgte å løpe både 100m og 200m under dette stevnet. På 100m ble hun nr.3 med tiden 11.90 i motvind -0.7. Det er bare 2/100 bak personlig rekord fra 2023.

På 200m ble det en ny 3.plass, men hun benyttet anledning til å senke personlig rekord fra 24.26 til 24.06. Også under dette løpet var det svak motvind, -0.4. Storesøster Kaitesi løp inn til 24.63. Det må hun være fornøyd med tatt i betraktning at hun har vært borte i lang tid grunnet skade.



Vetle Lier. Foto: Bjørn Henriksen

Mina Sørensen er i ferd med å konvertere fra ren sprint til å løpe noe lengre. I Tønsberg løp hun 800m, på Bislett valgte hun 400m. Mina ble nr.4 med tiden 59.75. Hun har løpt distansen en gang tidligere. Det var innendørs i vinter. Da ble tiden 60.02. 16-årige Hennie Strand-Omreng fikk tiden 63.02. Hun vant for øvrig sitt heat, og har helt klart mer inne.

Nikolai Solum var en annen utøver som nok var fornøyd med dagen. Han løp inn til tiden 1:53.67 på 800m. Det holdt til 4.plass. Han forbedret seg dermed fra 1:54.XX.08enny Emi Tijani-Ajayi sesongdebuterte med å bli nr.2 på 200m med tiden 21.76. Han ble bare slått av Øyvind Strømmen Kjerpeset som virker å være i knallform nå på vårparten. Marius Bull Hjeltnes ble nr.6 med 22.34 og Even Pettersen (nybakt far) nr.8 med 23.07.

På 400m løp 17 år gamle Lucas Nande Eggen inn til 51.32. Det er ny personlig rekord. I fjor løp han på 53.23. Kim Kamanzi fulgte rett bak med 51.37. Kim har 50.33 fra 2020 som pers.

I de teknisk øvelsene merker vi oss at Mari Thelle Vegsund hoppet 1.55m i høyde. Det er en forbedring av personlig rekord med 10 cm. Blant gutta hoppet Andreas Kragholm (G17) 5.31m i lengde.



Øverst: Patrick Bifuko fra Trondheim Friidrett vinner knapt foran Levi Boniface Kodjo Normann-Afanou.
Nederst: Andreas Kragholm (126) og Vette Lier (225) blir henholdsvis nr.6 og nr.3 i det andre heatet. Foto: Bjørn Henriksen





Øverst: Det tredje og beste heatet på 200m på vei ut av svingen. Fra venstre: Marius Bull Hjeltnes, Øyvind Strømmen Kjerpeset (Florø), Kenny Emi Tijani-Ajayi, Oliver Tellefsen (Moss), Christian Mensah (SK Vidar) og Even Pettersen. Nederst: Vetle Lier (225) vinner det første heatet med tiden 23.67. Foto: Bjørn Henriksen





Øverst: Lakeri Ertzgaard (133) løper inn til en 3.plass på 100m med tiden 11.90.
Nederst til venstre: Lakeri og Kaitesi Ertzgaard på vei mot mål på 200m. Til høyre: Hedda Endsjø (155) i mål på 100m. Foto: Bjørn Henriksen.





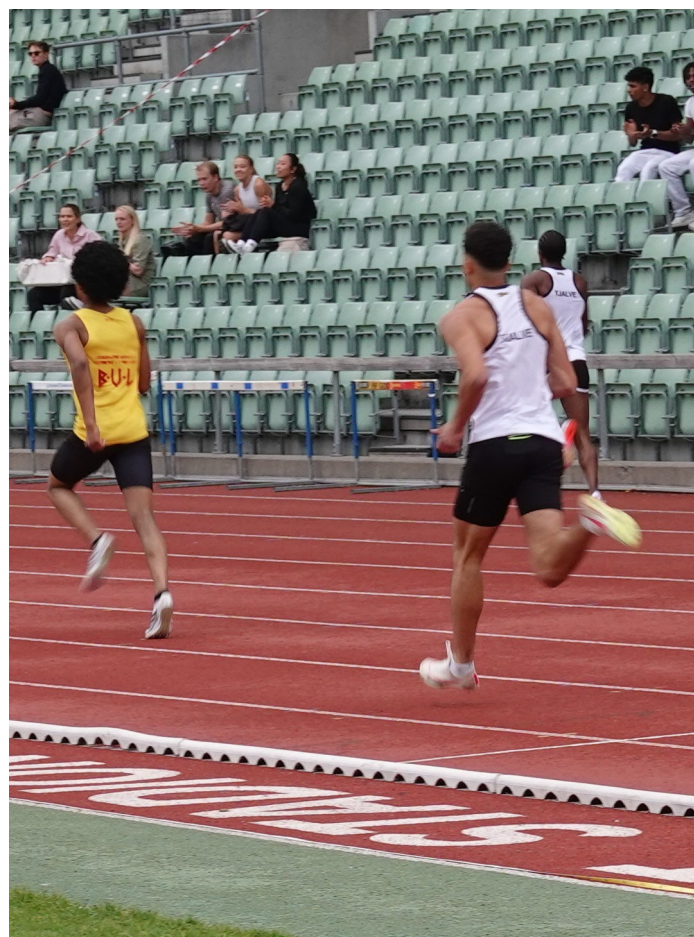
Øverst: Startskuddet har gått på 800m menn første heat med Adrean Holmen Bakke i bane tre.
Nederst: Heat to med Nikolai Solum i bane fire. Foto: Bjørn Henriksen





Øverst: Adrean Holmen Bakke (121) i det første heatet og Niklai Solum (helt til høyre i rosa trøye) i det andre heatet på 800m har her fullført sine løp.

Nederst: Bildet til venstre viser Lucas Nande Eggen som vinner det første heatet på 400m. Foto: Koll IL. Til høyre ser vi Marcus Stålby (nærmest) og Kim Kamanzi som blir nr.5 og nr.7 i det andre. Foto: Bjørn Henriksen





Noen av Tjalves lengdehoppere. Øverst: Mathilda Finborud Reigstad (191) og Ane Morken Os (128). Nederst: Mari Thelle Vegsund (181) og Andreas Kragholm (126). Mari hoppet lengst av jentene med 4.66m. Andreas fikk 5.31m i sitt lengste. Foto: Bjørn Henriksen





Øverst: Første heat på 400m for kvinner med Ava Sætнан Valio (245) og Hennie Strand-Omreng (157).
Nederst: Første heat på 100m for kvinner med Ane Mathilde Vinje-Hoff (127), Mathilda Finborud Reigstad (191), Ane Morken Os (128) og Else Bjone Larre (147). Alle Tjalvejentene løper vanligvis i klasse J15. Foto: Bjørn Henriksen





Øverst: Mari Thelle Vegsund fotografert i tilløpet i høyde. Foto: Koll IL.

Nederst: Marcus Stålby (179) og Kim Kamanzi (nr.2 fra høyre) fotografert på vei mot mål på 100m. Foto: Bjørn Henriksen



Seier til Amalie Iuel og klubbrekord til Awet Kibrab i Zagreb

Tre Tjalvister hadde tatt turen til WACT Zagreb 24.mai; Amalie Iuel, Awet Kibrab og Eivind Henriksen

Amalie Iuel sesongdebuterte på 400m hekk med å vinne øvelsen med tiden 55.05. Den andre norske deltakeren i løpet, Line Kloster fra SK Vidar, falt over den siste hekken og kom inn til 87.11.

Awet Kibrab stilte på 5000m med mål om å slette 5000m rekorden til Knut Kvalheim. Tre afrikanere skilte seg ut, men bak disse tre kom to nordmenn. Narve Gilje Nordås fra Sandnes ble nr.4 med tiden 13:13.50, fulgt av Awet Kibrab med 13.16.37. Dermed var rekorden til Knut Kvalheim saga blott. Den har nå stått siden 26.juni 1974 så det var kanskje på tide at den ble slått. Om denne rekorden overlever sesongen vil tiden vise. Både Ferdinand Kvan Edman og Magnus Tuv Myhre vil nok også ha et ord med i laget.

Eivind Henriksen stilte i sin første konkurranse siden OL i Paris. Det ble ingen stor suksess. I første kastet fikk han ikke fremdrift i ringen og slapp slegga ut på 69.57m. De to neste gikk i buret. Da det var ni utøvere med i konkurransen ble det ingen finale på Eivind. Da får vi bare håpe på et bedre resultat i Trond Mohn Games 3.juni.Franske Yann Chaussinand vant med sterke 81.91m.



Amalie vinner 400m hekk. Foto: Arrangøren

(so, 24.5.2025 - 18:10)		OFFICIAL		PŘIHLÁŠKY		VÝSLEDKY	
Um.	SČ	Jméno	Roč.	Oddíl/stát	Dr.	Výkon	Reakce
1		Amalie IUDEL	94	Norway		5 SB 55.06	0.148
2		Elena KELETY	99	Germany		6 SB 55.16	0.225
3		Tia-Adana BELLE	96	Barbados		3 56.01	0.175
4		Hilla UUSIMÄKI	96	Finland		7 SB 56.34	0.185
5		Daniela LEDECKÁ	96	Slovakia		2 SB 56.55	0.142
6		Bianca STUBLER	99	United States		8 56.91	0.187
7		Natalija ŠVENDA	02	Croatia		1 58.05	0.179
8		Line KLOSTER	90	Norway		4 SB 87.11	0.133

Resultat 400m hekk

(so, 24.5.2025 - 19:15)		OFFICIAL		PŘIHLÁŠKY		VÝSLEDKY	
Um.	SČ	Jméno	Roč.	Oddíl/stát	Dr.	Výkon	Laps
1		Denis KIPKOECH	06	Kenya		5 MR 13:03.17	
2		Andrew Kiptoo ALAMISI	07	Kenya		11 PB 13:03.30	
3		Biniam MEHARY	06	Ethiopia		15 SB 13:03.57	
4		Narve Gilje NORDAS	98	Norway		13 13:13.50	
5		Awet Nftalem KIBRAB	95	Norway		8 SB 13:16.37	
6		Thomas VANOPPEN	99	Belgium		2 PB 13:17.53	
7		Florian BREMM	00	Germany		12 SB 13:17.54	
8		Abriha GEBRU	05	Ethiopia		10 PB 13:18.07	
9		Abdulkerim TEKI	05	Ethiopia		14 PB 13:18.91	
10		Yayewsew Golla ZELEKE	06	Ethiopia		9 PB 13:22.98	

Resultat 5000m.



Awet løper inn til 5.plass. Foto: Arrangøren

To nye klubbrekorder av Andreas Kulseng i Brüssel

Flere Tjalvister hadde tatt turen til Brüssel og stevne IFAM Outdoor 24-25.mai.

Andreas Kulseng har løpt fort både i Lambertsetersprinten og Holmenkollstafetten. Hva kunne han få til på favorittdistansen 400m? Andreas innfridde forventningene og kom i mål på tiden 46.41. Det er klubbrekord i IK Tjalve, og veldig nær hans personlige rekord på 46.23 fra 2023. Tiden ga han en 3.plass i det såkalte forprogrammet.

Søndag stilte han på 200m. Personlig rekord var 21.22 fra 2022. Andreas hadde fått plass i 2.heat av 20 og løp inn til 20.86 i vind -0.6m/s. Dette holdt til seier, da Andrew Egan fra Irland i 1.heat hadde 1/1000 dårligere tid. Tiden er klubbrekord i IK Tjalve. Den tidligere hadde Carl Fredrik Bunæs med 20.9 og Kenny Emi Tijani-Ajayi med 20.94. Dermed røk begge rekordene til Bunæs disse to dagene i Brüssel.

På 400m for kvinner stilte vi med to utøvere i forprogrammet. Laura Veen tok et nytt jafs av persen da hun løp inn til en 2.plass med tiden 53.52. Maren Bakke Amundsen var heller ikke snau da hun forbedret sin pers fra 56.71 til 54.84. Det blir nok flere 400m på Maren i løpet av sesongen, selv om 200m er favorittdistansen.

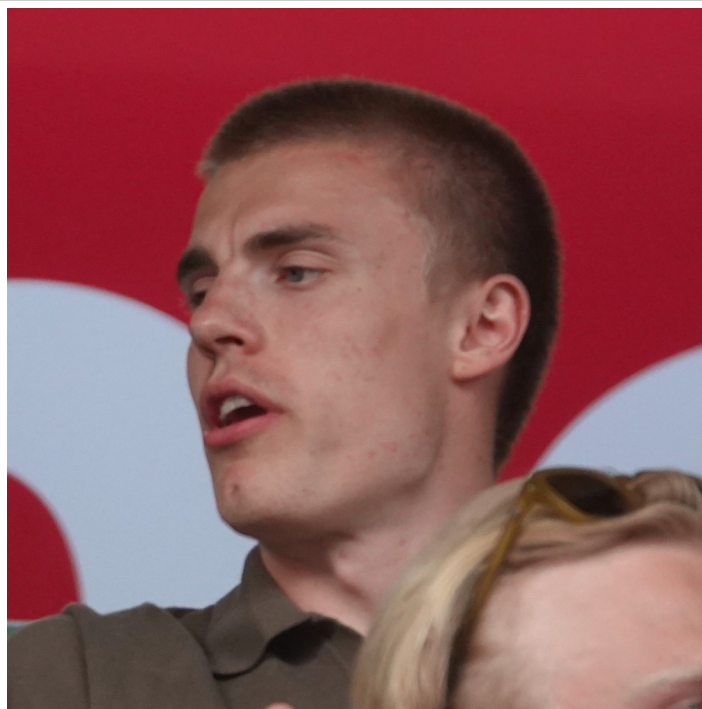
Søndag stilte Laura også opp på 200m. Før dette løpet hadde hun en personlig rekord på 24.47 fra 2022. Laura fikk faktisk løpe to 200m i denne konkurransen. I forprogrammet vant hun sitt heat med tiden 24.06. Det holdt til en 6.plass. Her var vinden +1.2m/s. I hovedprogrammet ble hun nr.15 med nok en personlig rekord, 23.98. I det siste løpet var vinden +2.0.

Amanda Grefstad Frøynes løp en meget sterk 800m i Polen på fredag (2:02.12). Søndag stilte hun på 1500m i Brüssel. Her ble hun nr.9 med tiden 4.15.42 etter å ha vunnet sitt heat. Tiden er personlig rekord. Tidligere pers var 4:29.77 fra 2021.

Sara Yasmin Abid løp 3000m hinder i juniorklassen. Her ble hun nr.4 med tiden 10:47.34, noen sekunder bak personlig rekord fra junior-NM i fjor. Det må legges til at Sara var svært uheldig med en av hinderpassering og var



Amanda Grefstad Frøynes fotografert under åpningsstevne på Bislett. Foto: Bjørn Henriksen



Andreas Kulseng fotografert i sivilt antrekk på Bislett under åpningsstevne. Foto: Bjørn Henriksen



Laura Veen satte to fine personlige rekorder i løpet av stevnet. Her er hun fotografert på 200m under NM på Jessheim i 2023. Foto: Bildbyrå

nær ved å drukne☺.

Sistemann ut i konkurransen var Aiden Floyd Vincent på 400m hekk. Aiden har en personlig rekord fra i fjor på 54.75. I år har han løpt på 55.91. Aiden ble nr. 46 med tiden 55.81. Det er årsbeste på distansen.

Ny seier til Amalie Iuel på 400m hekk



Amalie Iuel vinner 400m hekk i Kip Keino Classic på tiden 54.80. Foto: arrangøren

Amalie Iuel og Lakeri Ertzgaard hadde tatt turen til Nairobi og Kip Keino Classic 31.mai.

Amalie vant sin andre seier for året på 400m hekk da hun løp inn til tiden 54.80. Det er bare 12/100 bak hennes personlige rekord og 15/100 bak VM-kravet.



Lakeri klar til start. Foto: privat

På 400m nasjonalklasse ble det et durabelig oppgjør mellom Lakeri og Josefine Tomine Eriksen fra Sem IL om 4.plassen. Denne kampen avgjorde Lakeri til sin fordel. Tidene ble 52.39 og 52.40. For Lakeri var det bare 13/100 bak persen fra i fjor.

Seier til Malin Nyfors i Karlsruhe

Samme dagen stilte Malin Nyfors til start på 800m i Lange Laufnacht i Karlsruhe.

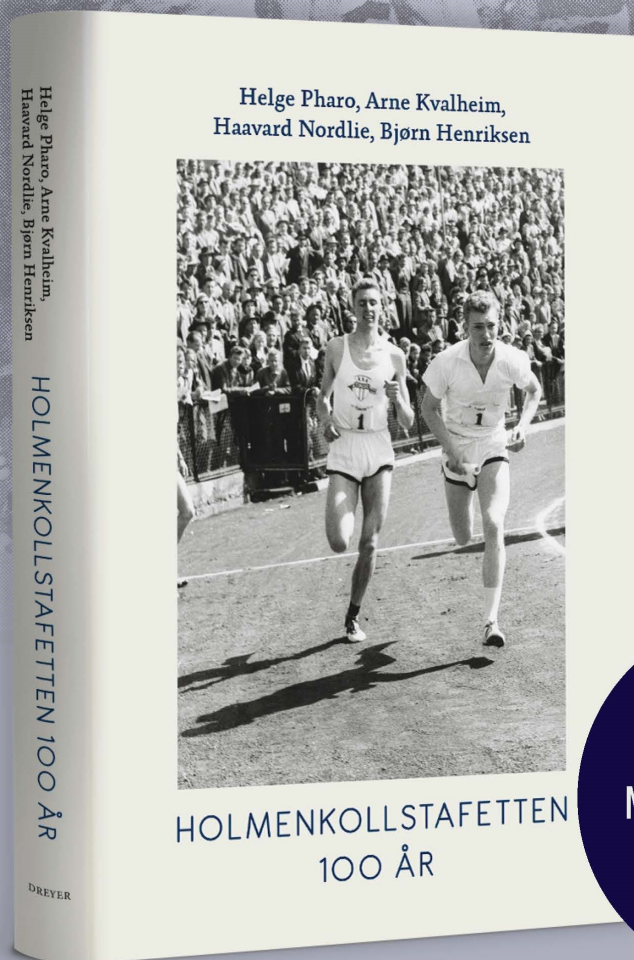
Malin var helt suveren i dette løpet og vant med tiden 2:03.39. Med noe mer konkurranse hadde nok tiden blitt adskillig bedre.

1	Nyfors Malin	NOR	2:03,39	1./IX	W
708	Norwegen	1997			
2	Parewyck Mariska	BEL	2:04,31	2./IX	W
83	Belgien	1988			
3	Hinriksdóttir Aníta	ISL	2:04,42	3./IX	W
336	Fimleikafelag Hafnafjardar	1996			
4	Sloot Bregje	NED	2:04,72	4./IX	W
692	Nederlande	2000			
5	von Flüe Fiona	SUI	2:04,77	5./IX	WJU18
1108	LC Zürich	2008			
6	Bilo Laure	BEL	2:04,93	6./IX	WU23
53	ASVO	2003			
7	Sturm Lucia	GER	2:05,02	7./IX	W
524	TSV Moselfeuer Lehmen	2002			
8	Odendahl Hannah	GER	2:06,39	1./VIII	W
502	Sportclub Krefeld 1905	2005			
9	Peter Anna	SUI	2:06,60	2./VIII	W
1092	LV Winterthur	1995			
10	Füllgraf Natalie	GER	2:06,63	3./VIII	W

Resultater 800m kvinner



NY PRAKTBOK OM HOLMENKOLLSTAFETTENS HISTORIE



RIKT ILLUSTRERT
MED BILDER, KART,
OG STATISTIKK

HOLMENKOLLSTAFETTEN 100 ÅR

AV HELGE PHARO, ARNE KVALHEIM, HAAVARD NORDLIE OG BJØRN HENRIKSEN

- » 100 års norsk idrettshistorie
- » Hvorfor ble stafetten så utrolig populær?
- » Hvorfor fikk ikke kvinner delta opprinnelig?
 - » Et vell av artige anekdoter

Boka finnes i alle landets bokhandlere og koster 449kr.

«NESTEN
LIKE GODE SOM
GUTTA MINE.»

GJERT
INGEBRIGTSEN

BRØDRENE KVALHEIM

TO LØPERLIV

THOR GOTAAS

Boka om Arne og Knut Kvalheim ble gitt ut i 2020, men kan fortsatt kjøpes på nett. Ark og Norli opererer med en pris på 363 kr, mens Platekompaniet ikke skal ha mer enn 349,13 kr. Løp og kjøp



GYLDENDAL

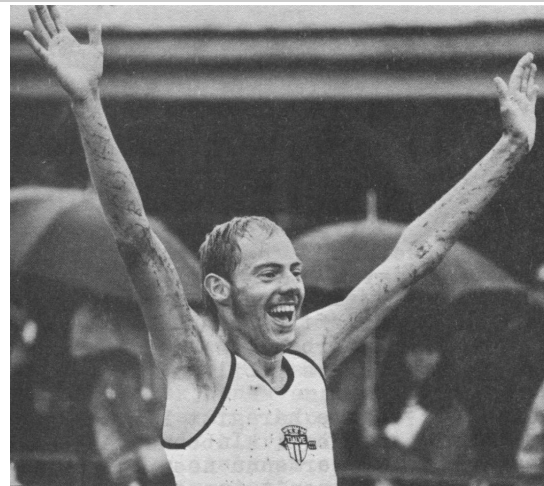
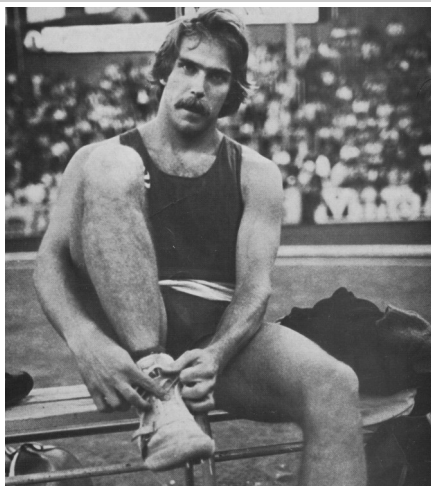
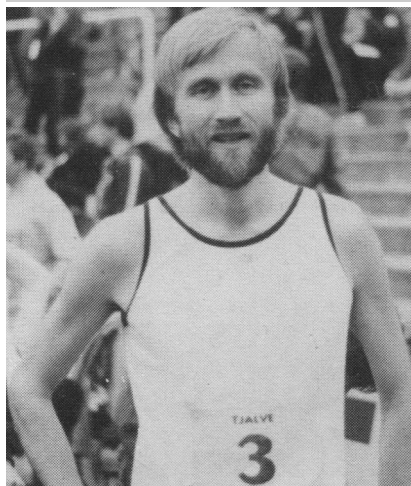
Topp 20 plasseringer Norgesstatistikken 1975 og 1976

Menn		Menn	
200m		100m	
Svein Kolsrud	22.6 (20)	Per Sletholt	10.9 (5)
400m		400m	
Jan Torgersen	49.2 (6)	Åge Galgerud	49.6 (14)
Ove Lillebæk	50.1 (18)	Svein Kolsrud	49.8 (17)
800m		800m	
Åge Galgerud	1:49.0 (2)	Åge Galgerud	1:50.7 (7)
Ove Lillebæk	1:52.9 (12)	Ove Lillebæk	1:52.5 (16)
Halldor Sesseng	1:53.6 (16)		
1500m		1500m	
Arne Kvalheim	3:45.9 (3)	Knut Kvalheim	3:38.1 (2)
Knut Kvalheim	3:46.1 (4)	Claus Hagli	3:47.8 (14)
Eirik Berge	3:48.8 (16)	Odd Aksnes	3:50.1 (19)
Haldor Sesseng	3:48.8 (16)		
1mile		1 mile	
Arne Kvalheim	3:56.4 (1)	Knut Kvalheim	3:57.8 (1)
Knut Kvalheim	4:00.0 (2)		
3000m		3000m	
Knut Kvalheim	7:50.2 (1)	Knut Kvalheim	7:51.2 (1)
Eirik Berge	8:08.6 (6)	Per Haga	8:16.6 (14)
Odd Aksnes	8:18.2 (20)	Johan Kaggestad	8:19.2 (20)
5000m		5000m	
Knut Kvalheim	13:33.0 (2)	Knut Kvalheim	13:20.6 (1)
Eirik Berge	13:57.2 (6)	Arne Kvalheim	13:59.0 (4)
		Johan Kaggestad	14:06.2 (9)
		Eirik Berge	14:07.4 (11)
		Per Haga	14:10.2 (15)
10 000m		10 000m	
Knut Kvalheim	29:41.0 (6)	Knut Kvalheim	28:50.4 (3)
		Eirik Berge	29:01.2 (5)
		Per Haga	29:16.4 (7)
110m hekk		110m hekk	
Arvid Dahm	14.5 (2)	Arvid Dahm	14.7 (5)
400m hekk		400m hekk	
Svein Kolsrud	54.5 (7)	Svein Kolsrud	54.8 (9)
Helge Tryti	56.1 (16)		
3000m hinder		3000m hinder	
Knut Kvalheim	8:40.6 (1)	Knut Kvalheim	8:34.2 (1)
		Thorolf Schrøder-Nielsen	9:10.4 (13)
Høyde		Høyde	
Leif Roar Falkum	2.14m (3)	Leif Roar Falkum	2.12m (1)
Morten Sæther	2.00m (12)		
Tresteg		Stav	
Leif Roar Falkum	14.58m (15)	Espen Winge	3.80m (19)
Diskos		Diskos	
Ivere Hole	56.68m (2)	Iver Hole	56.92m (3)
Ragnar Skautvedt	49.40m (14)	Alf Andreassen	48.00m (16)
Alf Andreassen	46.68m (16)		
Spyd		Spyd	
Reidar Lorentzen	72.40m (7)	Reidar Lorentzen	76.14m (5)

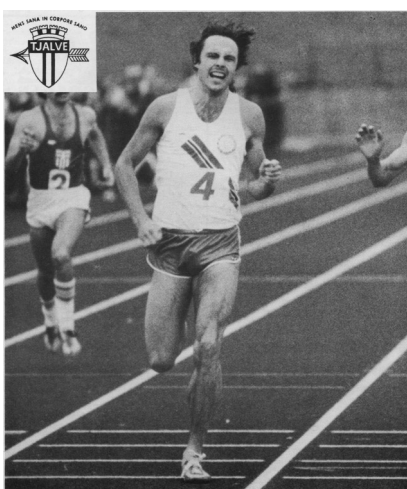
Topp 20 plasseringer Norgesstatistikken 1977 og 1978

Menn		Menn	
200m		400m	
Stein Are Agledal	22.1 (6)	Knut Øverberg	49.3 (11)
400m		800m	
Stein Are Agledal	47.6 (1)	Knut Øverberg	1:50.1 (6)
800m		Åge Galgerud	1:52.1 (13)
Aarstein Rebne	1:52.7 (14)	Ove Lillebæk	1:52.9 (18)
1500m		1500m	
Knut Kvalheim	3:43.1 (2)	Lars Martin Kaupang	3:44.0 (2)
Claus Hagli	3:45.6 (6)	Knut Kvalheim	3:46.2 (5)
Lars Martin Kaupang	3:47.73 (14)	Claus Hagli	3:47.0 (10)
3000m		Eirik Berge	3:47.5 (13)
Knut Kvalheim	7:44.63 (1)	1 mile	
Eirik Berge	8:06.2 (7)	Lars Martin Kaupang	4:02.9 (1)
Per Haga	8:10.5 (8)	3000m	
Claus Hagli	8:13.3 (10)	Knut Kvalheim	7:44.3 (1)
Peder Arne Sylte	8:16.3 (19)	Eirik Berge	8:01.6 (2)
5000m		Peder Arne Sylte	8:09.6 (8)
Knut Kvalheim	13:39.82 (1)	Claus Hagli	8:10.0 (10)
Arne Kvalheim	13:40.1 (2)	5000m	
Eirik Berge	14:01.4 (6)	Knut Kvalheim	13:33.7 (1)
Per Haga	14:15.1 (16)	Eirik Berge	13:45.6 (4)
10 000m		Arne Kvalheim	13:53.3 (5)
Knut Kvalheim	29:33.1 (7)	Peder Arne Sylte	14:03.7 (13)
Peder A. Sylte	30:08.5 (18)	Svein Arve Pedersen	14:04.0 (14)
110m hekk		10 000m	
Arvid Dahm	14.9 (6)	Knut Kvalheim	27:41.3 (1)
400m hekk		Svein Arve Pedersen	29:13.7 (10)
Svein Kolsrud	55.2 (14)	Eirik Berge	29:17.7 (11)
3000m hinder		110m hekk	
Knut Kvalheim	8:39.4 (3)	Arvid Dahm	14.5 (3)
Peder Arne Sylte	9:08.2 (20)	Vidar Aardal	14.6 (5)
Høyde		3000m hinder	
Leif Roar Falkum	2.13m (2)	Peder Arne Sylte	8:52.9 (5)
Diskos		Høyde	
Iver Hole	52.50m (6)	Leif Roar Falkum	2.16m (2)
Alf Andreassen	51.68m (8)	Stav	
Torgeir Skogset	48.46m (17)	Espen Winge	3.90m (19)
Spyd		Diskos	
Reidar Lorentzen	74.26m (4)	Iver Hole	56.32m (4)
		Torgeir Skogset	52.20m (9)
		Spyd	
		Reidar Lorentzen	79.14m (3)

Noen utøvere fra 1970-tallet



Fra venstre: Claus Hagli, Reidar Lorentzen og Ragnar Schie



Fra venstre: Leif Roar Falkum, Stein Are Agledal og Per Haga



Knut Kvalheim og Arne Kvalheim. Dette er et av få fargebilder av Arne.

De norske slegge-gutta møter OL-mesteren



De norske sleggekasterne møter den olympiske mesteren fra Paris og de fem beste på verdensranking under første dag av Bislett Games 11.juni.

Første del av årets Bislett Games har definitivt ikke noe b-preg når det kommer til konkurransen i ringen og kåringen av ringens herre. Dette er ren skjær verdensklasse.

De fem beste på verdensranking, og de fire beste i Paris, er nemlig klare:

Ethan Katzberg fra Canada

Nummer en på verdensranking.

Personlig rekord: 84.38m

Regjerende olympisk og verdensmester

Mykhaylo Kokhan fra Ukraina

Nummer to på verdensranking

Personlig rekord: 81.14m

Bronsevinner i OL 2024

Pawel Fajdek fra Polen

Nummer tre på verdensranking

Personlig rekord: 83.93m

Fem VM-gull på rad fra 2013 til 2022. Bronse i OL 2021

Bence Halasz fra Ungarn

Nummer fire på verdensranking

Personlig rekord: 80.92m

OL-sølv fra 2024. VM-bronse fra 2019 og 2023.

Wojciech Nowicki fra Polen

Nummer fem på verdensranking

Personlig rekord: 82.52m

Olympisk mester 2021. Bronse i 2016. Sølv i VM 2022 og 2023 og bronse i 2015, 2016, 2017 og 2019.

Eivind Henriksen fra Norge

Nummer åtte på verdensranking

Personlig rekord: 81.58m

OL-sølv i 2021, fjerdeplass i 2024. Bronse i VM 2022.

Thomas Mardal fra Norge

Nummer tretten på verdensranking

Finaledeltaker i OL 2024

Personlig rekord: 77.97m

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

Topp 100 plasseringer Europastatistikken utendørs pr. 31.05

Menn

200m

Andreas Kulseng 20.86 (36)

300m

Andreas Kulseng 33.07 (12)

400m

Andreas Kulseng 46.41 (72)

5000m

Awet Kibrab 13:16.37 (14)

Ferdinand Kvan Edman 13:30.22 (32)

Magnus Tuv Myhre 13:34.65 (50)

110m hekk

Sander Aae Skotheim 14.12 (89)

Abraham Sandvin Vogelsang 14.18 (98)

Høyde

Sander Aae Skotheim 2.19m (38)

Lengde

Sander Aae Skotheim 8.19m (6)

Tikamp

Abraham Sandvin Vogelsang 7874p (21)

5 km vei

Ferdinand Kvan Edman 13:41 (21)

10 km vei

Awet Kibrab 27:45 (12)

Ferdinand Kvan Edman 28:13 (35)

Halvmaraton

Awet Kibrab 1:00.46 (8)

Kvinner

400m

Amalie Iuel 52.17 (40)

Lakeri Ertzgaard 52.39 (47)

600m

Amanda Grefstad Frøynes 1:28.54 (14)

800m

Malin Nyfors 2:01.97 (52)

Amanda Grefstad Frøynes 2:02.12 (56)

Anne Gine Løvnes 2:03.09 (75)

1500m

Amanda Grefstad Frøynes 4:15.42 (97)

400m hekk

Amalie Iuel 55.05 (5)

Lengde

Ida Breigan 6.53m (25)

Spyd

Sigrid Borge 62.62m (4)

Marie-Therese Obst 60.91m (6)

Halvmaraton

Karoline Bjerkeli Grøvdal 1:08.33 (4)

Aktuelle bøker



Topp 50 plasseringer Norden pr. 31.05

Menn

100m	
Abraham Sandvin Vogelsang	10.86 (24)
200m	
Andreas Kulseng	20.86 (3)
Kenny Emi Tijani-Ajayi	21.76 (25)
300m	
Andreas Kulseng	33.07 (2)
Lucas Nande Eggen	36.22 (39)
400m	
Andreas Kulseng	46.41 (5)
800m	
Nikolai Solum	1:53.64 (38)
1500m	
Mikkel Blikstad Thomassen	3:44.26 (20)
Bakr Ettayebi	3:52.12 (34)
5000m	
Awet Kibrab	13:16.37 (2)
Ferdinand Kvan Edman	13:30.22 (6)
Magnus Tuv Myhre	13:34.65 (9)
110m hekk	
Abraham Sandvin Vogelsang	14.18 (3)
400m hekk	
Aiden Floyd Vincent	55.81 (11)
Høyde	
Sander Aae Skotheim	2.19m (3)
Abraham Sandvin Vogelsang	2.05m (15)
Sondre Jahren	2.05m (15)
Stav	
Sander Aae Skotheim	5.25m (13)
Abraham Sandvin Skotheim	5.15m (19)
Lucas Gjesdal	4.80m (38)
Lengde	
Sander Aae Skotheim	8.19m (2)
Abraham Sandvin Vogelsang	7.47m (16)
Marius Bull Hjeltnes	7.28m (27)
Sondre Jahren	7.02m (45)
Diskos	
Abraham Sandvin Vogelsang	43.42m (37)
Slegge	
Eivind Henriksen	69.57m (7)
Spyd	
Sander Aae Skotheim	61.72m (31)
Tikamp	
Abraham Sandvin Vogelsang	7874p (1)

Kvinner

100m	
Lakeri Ertzgaard	11.90 (13)
200m	
Ida Breigan	23.81 (8)
Laura Veen	23.98 (12)
Maren Bakke Amundsen	24.02 (15)
Lakeri Ertzgaard	24.06 (17)
Kaitesi Ertzgaard	24.63 (43)
400m	
Amalie Iuel	52.17 (2)
Lakeri Ertzgaard	52.93 (5)
Laura Veen	53.52 (8)
Amanda Grefstad Frøynes	54.32 (13)
Maren Bakke Amundsen	54.84 (20)
600m	
Amanda Grefstad Frøynes	1:28.54 (2)
800m	
Malin Nyfors	2:01.97 (3)
Amanda Grefstad Frøynes	2:02.12 (4)
Anne Gine Løvnes	2:03.09 (6)
1500m	
Amanda Grefstad Frøynes	4:15.42 (9)
Ingeborg Østgård	4:16.34 (11)
Anne Gine Løvnes	4:18.44 (16)
3000m	
Sigrid Jervell Våg	9:19.35 (16)
Maiken Homlung Prøitz	9:44.70 (49)
5000m	
Maiken Homlung Prøitz	16:30.47(11)
Lengde	
Ida Breigan	6.53m (3)
Tresteg	
Hedda Kronstrand Kvalvåg	12.81m (11)
Mathilde Klokseth	12.38m (31)
Spyd	
Sigrid Borge	62.62m (1)
Marie-Therese Obst	60.91m (2)

Topp 100 plasseringer Verdensstatistikken pr. 31.05

Menn

300m	
Andreas Kulseng	33.07 (41)
5000m	
Awet Kibrab	13:16.37 (77)
Lengde	
Sander Aae Skotheim	8.19m (17)
Tikamp	
Abraham Sandvin Vogelsang	7874p (34)
5 km vei	
Ferdinand Kvan Edman	13:41 (65)
10 km vei	
Awet Kibrab	27:45 (51)
Halvmaraton	
Awet Kibrab	1:00.46 (90)

Kvinner

600m	
Amanda Grefstad Frøynes	1:28.54 (40)
400m hekk	
Amalie Iuel	54.80 (17)
Lengde	
Ida Breigan	6.53m (71)
Spyd	
Sigrid Borge	62.62m (11)
Marie-Therese Obst	60.91m (20)
Halvmaraton	
Karoline Bjerkeli Grøvdal	1:08.33 (70)



Mizuno Wave Rebellion Pro 3

Mellomsåle tykkelse: 39,5 mm – 35,5 mm

Dropp: 4 mm

Vekt: 224 gram

Pris: 3000 kr

Topp 20 plasseringer utendørs pr. 31.05

Menn

100m

Sander Aae Skotheim	10.70 (5)
Kenny Emi Tijani-Ajayi	10.70 (5)
Even Pettersen	10.82 (10)
Abraham Vogelsang	10.86 (13)
Marius Bull Hjeltnes	10.93 (16)

150m

Andreas Kulseng	15.53 (1)
Levi Boniface Kodio Normann-Afanou	16.57 (6)
Kim Kamanzi	17.14 (18)
Lucas Nande Eggen	17.23 (19)

200m

Andreas Kulseng	20.86 (1)
Kenny Emi Tijani-Ajayi	21.15 (2)
Marius Bull Hjeltnes	22.34 (12)

300m

Andreas Kulseng	33.07 (1)
Lucas Nande Eggen	36.22 (13)
Kim Kamanzi	36.62 (15)

400m

Andreas Kulseng	46.41 (2)
Sander Aae Skotheim	47.47 (3)
Abraham Sandvin Vogelsang	49.50 (10)

800m

Nicolai Solum	1:53.38 (8)
---------------	-------------

1500m

Mikkel Blikstad Thomassen	3:44.26 (5)
Bakr Ettayebi	3:52.12 (13)

3000m

Magnus Tuv Myhre	8:07.55+ (6)
Ferdinand Kvan Edman	8:07.99+ (7)
Axel Wold Møller	8:24.25 (19)

5000m

Awet Kibrab	13:16.37 (2)
Ferdinand Kvan Edman	13:30.22 (4)
Magnus Tuv Myhre	13:34.65 (6)

110m hekk

Sander Aae Skotheim	14.12 (1)
Abraham Sandvin Vogelsang	14.18 (2)

400m hekk

Aiden Floyd Vincent	55.81 (4)
---------------------	-----------

Høyde

Sander Aae Skotheim	2.15m (1)
Abraham Sandvin Vogelsang	1.95m (3)

Stav

Sander Skotheim	5.10m (3)
Abraham Sandvin Vogelsang	4.94m (5)

Lengde

Sander Aae Skotheim	8.06m (1)
---------------------	-----------

Kule

Sander Aae Skotheim	13.98m (4)
Abraham Sandvin Vogelsang	13.82m (5)
Sondre Jahren	13.18m (8)

Diskos

Sander Aae Skotheim	49.18m (6)
Abraham Sandvin Vogelsang	43.42m (8)
Daniel Ryan (IRL)	40.97m

Slegge

Eivind Henriksen	69.57m (2)
------------------	------------

Spyd

Markus Rooth	67.90m (3)
Eric Christopher Becklund	65.70m (5)
Sander Aae Skotheim	61.72m (6)
Abraham Sandvin Vogelsang	51.22m (11)

Tikamp

Sander Aae Skotheim	8909p (1)
Abraham Sandvin Vogelsang	7874p (1)

Kvinner

100m

Lakeri Ertzgaard	11.90 (5)
------------------	-----------

150m

Maren Bakke Amundsen	17.93 (2)
Frida Valstad Elness	19.70 (15)
Hedda Endsjø	19.82 (19)

200m

Ida Breigan	23.81 (5)
Laura Veen	23.98 (7)
Lakeri Ertzgaard	24.06 (9)
Kaitesi Ertzgaard	24.63 (11)

300m

Frida Valstad Elness	42.37 (8)
Oda Lier	42.85 (9)
Mina Sørensen	43.14 (10)

400m

Amalie Iuel	52.17 (1)
Lakeri Ertzgaard	52.39 (3)
Laura Veen	53.52 (4)
Maren Bakke Amundsen	54.81 (7)
Mina Sørensen	59.08 (15)

600m

Amanda Grefstad Frøynes	1:28.54 (2)
Mina Sørensen	1:41.41 (8)
Hennie Strand-Omreng	1:41.85 (9)

800m

Amanda Grefstad Frøynes	2:02.12 (2)
Anne Gine Løvnes	2:03.09 (3)
Malin Nyfors	2:03.39 (4)
Mina Sørensen	2:16.82 (17)

1500m

Amanda Grefstad Frøynes	4:15.42 (2)
Maiken Homlung Prøitz	4:25.74 (3)
Sonja Moen	4:47.33 (8)

3000m

Sonja Moen	9:47.43 (16)
Sara Yasmin Abid	9:48.52 (18)
Maiken Homlung Prøitz	9:51.62+ (20)

5000m

Maiken Homlung Prøitz	16:30.47 (4)
-----------------------	--------------

400m hekk

Amalie Iuel	54.80 (1)
-------------	-----------

3000m hinder

Sara Yasmin Abid	10:47.34 (4)
------------------	--------------

Høyde

Telma Rostoft Kristjansson	1.71m (2)
Mari Thelle Vegsund	1.55m (15)

Lengde

Ida Breigan	6.50m (1)
Nora Pauline Helm	5.41m (11)

Tresteg

Mathilde Klokseth	12.36m (3)
-------------------	------------

Spyd

Sigrid Borge	62.62m (1)
Marie-Therese Obst	60.91m (2)

Syvkamp

Kajsa Rooth	4002p (7)
-------------	-----------

5 km vei

Maiken Homlung Prøitz	16:43 (3)
-----------------------	-----------

10 km

Sigrid Jervell Våg	34:34 (14)
--------------------	------------

Halvmaraton

Karoline Bjerkeli Grøvdal	1:08.33 (1)
---------------------------	-------------

Historiske bilder

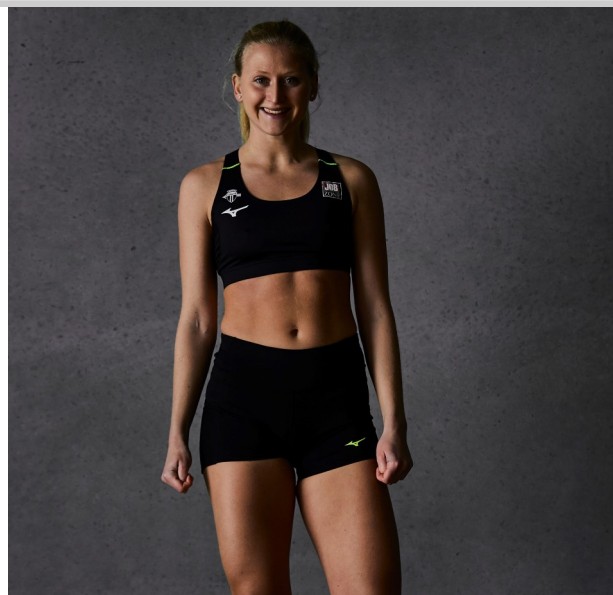


Frognerparken rundt i 1981 med Knut Kvalheim i tet foran Øyvind Dahl, Steve Ovett og Jan Fjærestad. Foto supplert av Knut Øverberg

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



Dagbladet 20.03.2025



MIZUNO NEO ZEN

