

UDENDØRS RANGLISTE KVINDER 2012

Tallene i parentes efter de enkelte årgange refererer til de nuværende aldersklubrekorder.
Står der ikke nævnt nogle udøvere i den enkelte øvelse/aldersgruppe, så skyldes det,
at der ikke er opnået noget resultat endnu!

Der er sat **19 klubrekorder i 2011** (11 ungdom, 4 senior, 4 veteran)

40 meter

Ungdom 4-5 år (NM-12,23):

Amélie B. Danielsen (07) 6/5 Tårnby +1,1 10,74
Klubrekord Piger 5 år

Ungdom 8-9 år (7,75-7,22):

Manon B. Danielsen (04) 28/4 Glostrup +1,3 11,86

60 meter

For megen medvind (>2,00 m/s):

Manon B. Danielsen (03) 6/5 Tårnby +2,2 11,63

80 meter

Ungdom 12-13 år (11,34-10,7):

Victoria A. Larsen (00) 28/4 Glostrup -0,3 11,93

For megen medvind (>2,00 m/s):

Julie Kretzchmer (99) 5/5 Tårnby +3,9 12,62

100 meter

DR	11,42	Dorthe Rasmussen	FIF	1983
SR	11,42	Dorthe Rasmussen	FIF	1983
KR	11,9	Berit Danielsen (57)		1979

Ungdom 10-11 år (14,78-14,2):

Misja B. Jepsen (01) 6/5 Tårnby +1,4 16,21

Senior:

Zarah Buchwald (95) 27/8 Odense
Sara Brahmer Svendsen (91) 5/5 Tårnby +1,1 12,83
Mette B. Jepsen (70) 5/5 Tårnby +1,1 12,84

Veteraner K40 (40-44) (12,73):

Mette B. Jepsen (70) 5/5 Tårnby +1,1 12,84

For megen medvind (>2,00 m/s):

Zarah Buchwald (95) 5/5 Tårnby +2,2 12,44
Sara Brahmer Svendsen (91) 5/5 Tårnby +4,2 12,74
Mette B. Jepsen (70) 5/5 Tårnby +4,5 12,79
Cecilie Bønnelycke (97) 5/5 Tårnby +3,0 13,12
Samantha Jensen (96) 5/5 Tårnby +3,6 13,78

Udvikling i snit Top-5:

1997:	13,17	2003:	13,56	2009:	13,90
1998:	13,13	2004:	13,89	2010:	13,95
1999:	13,10	2005:	14,02	2011:	13,32
2000:	13,06	2006:	13,75	2012:	NM
2001:	13,26	2007:	13,89	2013:	
2002:	13,07	2008:	13,85	2014:	

200 meter

DR	23,36	Dorthe Rasmussen	FIF	1983
SR	23,36	Dorthe Rasmussen	FIF	1983
KR	24,5	Berit Danielsen (57)		1981

For megen medvind (>2,00 m/s):

Victoria Larsen (00) 28/4 Glostrup +2,5 31,23

Udvikling i snit Top-5:

1997:	28,47	2003:	28,02	2009:	---
1998:	27,02	2004:	--	2010:	---
1999:	27,61	2005:	---	2011:	29,03
2000:	---	2006:	28,71	2012:	NM
2001:	---	2007:	28,77	2013:	
2002:	28,40	2008:	---	2014:	

300 meter

DR	38,74	Sofie Abildtrup	Sparta	2002
SR	38,74	Sofie Abildtrup	Sparta	2002
KR	41,92	Ditte Larsen (83)		2000

Ungdom 16-17 år (42,75-41,92):

Zarah Buchwald (95) 6/5 Tårnby 41,64
Klubrekord Piger 17 år

Bianca Brahmer Svendsen (96) 6/5 Tårnby 44,41

Ungdom 20-22 år (44,20-43,73-NM):

Sara Brahmer Svendsen (91) 6/5 Tårnby 43,06
Klubrekord Piger 21 år

Senior:

Zarah Buchwald (95) 6/5 Tårnby 41,64
Sara Brahmer Svendsen (91) 6/5 Tårnby 43,06
Mette B. Jepsen (70) 6/5 Tårnby 43,32
Bianca Brahmer Svendsen (96) 6/5 Tårnby 44,41

Veteraner K40 (40-44 år) (NM):

Mette B. Jepsen (70) 6/5 Tårnby 43,32

Klubrekord Veteraner K40

400 meter

DR	52,84	Rikke Rønholt	Sparta	2006
SR	52,84	Rikke Rønholt	Sparta	2006
KR	53,6	Annelise Dam Olesen (42)		1969

Ungdom 10-11år (74,1-68,8):

Misja B. Jepsen (01) 5/5 Tårnby 78,76

Udvikling i snit Top-5:

1997:	68,60	2003:	---	2009:	67,81
1998:	67,43	2004:	--	2010:	65,42
1999:	---	2005:	---	2011:	---
2000:	---	2006:	71,99	2012:	NM
2001:	---	2007:	---	2013:	
2002:	64,31	2008:	---	2014:	

600 meter

Ingen har løbet distancen i 2012 !!!

800 meter

DR	2.00,97	Karen Gydesen	1900	1994
SR	2.01,11	Heidi Jensen	IF Sparta	1999
KR	2.01,77	Annelise Dam Olesen (42)		1972

Ingen har løbet distancen i 2012 !!!

Udvikling i snit Top-5:

1997:	2.48,63	2003:	2.45,14	2009:	---
1998:	2.38,06	2004:	--	2010:	2.26,27
1999:	2.49,53	2005:	---	2011:	---
2000:	---	2006:	2.38,65	2012:	
2001:	---	2007:	2.27,44	2013:	
2002:	2.47,06	2008:	2.27,61	2014:	

1.000 meter

DR	2,38,62	Heidi Jensen	Køge	1999
SR	2,38,62	Heidi Jensen	Køge	1999
KR	2,53,19	Lisbeth Pedersen (75)		2010

Ingen har løbet distancen i 2012 !!!

1.500 meter

DR	4.07,18	Heidi Jensen	IF Sparta	2002
SR	4.07,18	Heidi Jensen	IF Sparta	2002
KR	4.19,81	Lisbeth Pedersen (75)		2009

Ingen har løbet distancen i 2012 !!!

Udvikling i snit Top-5:

1997:	5.57,85	2003:	---	2009:	---
1998:	---	2004:	--	2010:	4.59,30
1999:	6.16,70	2005:	---	2011:	---
2000:	---	2006:	---	2012:	NM
2001:	---	2007:	---	2013:	
2002:	---	2008:	4.56,77	2014:	

1 mile (1.609,34 meter)

DR	4.30,2	Loa Olofsson	KIF	1978
SR	4.30,2	Loa Olofsson	KIF	1978
KR	5.20,2	Kirsten Bjørklund (44)		1974
	5.20,2	Aino Jensen (67)		1982

Ingen har løbet distancen i 2012 !!!

2.000 meter

DR	5.43,7	Gitte Karlshøj	Køge	1991
SR	5.43,7	Gitte Karlshøj	Køge	1991
KR	6.46,5	Aino Jensen (67)		1981

Ingen har løbet distancen i 2012 !!!

3.000 meter

DR	8.42,3	Loa Olofsson	KIF	1978
SR	8.42,3	Loa Olofsson	KIF	1978
KR	9.34,01	Lisbeth Pedersen (75)		2010

Ingen har løbet distancen i 2012 !!!

5.000 meter

DR	15.08,8	Loa Olofsson	KIF	1978
SR	15.08,8	Loa Olofsson	KIF	1978
KR	17.11,35	Lisbeth Pedersen (75)		2009

Ingen har løbet distancen i 2012 !!!

Udvikling i snit Top-5:

1997:	---	2003:	---	2009:	18.41,20
1998:	---	2004:	--	2010:	---
1999:	---	2005:	---	2011:	---
2000:	---	2006:	---	2012:	NM
2001:	---	2007:	---	2013:	
2002:	---	2008:	18.56,31	2014:	

10.000 meter

DR	31.45,4	Loa Olofsson	KIF	1978
SR	31.45,4	Loa Olofsson	KIF	1978
KR	40.46,0	Aino Jensen (67)		1981

Ingen har løbet distancen i 2012 !!!

5 km landevej			
KR	18.10	Lisbeth Pedersen (75)	2009

Senior:

Nina Nakai (62) 11/3 Østerbro 22.04

Veteraner K50 (50-54 år) (38.12):

Nina Nakai (62) 11/3 Østerbro 22.04

Klubrekord Veteraner K50

Udvikling i snit Top-5:

1997: ---	2003: ---	2009: 18.33
1998: ---	2004: --	2010: 19.37
1999: ---	2005: ---	2011: ---
2000: ---	2006: 21.04	2012: NM
2001: ---	2007: 19.32	2013: ---
2002: ---	2008: 20.43	2014: ---

10 km landevej

DR	32.06	Dorthe Rasmussen	GIC	1983
SR	32.06	Dorthe Rasmussen	GIC	1983
KR	36.28	Anne Sophie Eriksen (77)		2010

Senior:

Nina Nakai (62) 11/3 Østerbro 45.43

Veteraner K50 (50-54 år) (52.03):

Nina Nakai (62) 11/3 Østerbro 45.43

Klubrekord Veteraner K50

Udvikling i snit Top-5:

1997: ---	2003: ---	2009: 38.35
1998: ---	2004: --	2010: 38.58
1999: ---	2005: ---	2011: ---
2000: ---	2006: 50.05	2012: ---
2001: ---	2007: 40.52	2013: ---
2002: ---	2008: 40.15	2014: ---

15 km landevej

DR	49.08	Dorthe Rasmussen	GIC	1991
SR	49.08	Dorthe Rasmussen	GIC	1991
KR	65.34	Dorthe Olsson (67)		1986

Senior:

Nina Nakai (62) 11/3 Østerbro 1.09.01

Veteraner K50 (50-54 år) (NM):

Nina Nakai (62) 11/3 Østerbro 1.09.01

Klubrekord Veteraner K50

20 km landevej

DR	1.07.06	Dorthe Rasmussen	GIC	1982
SR	1.07.06	Dorthe Rasmussen	GIC	1982
KR	1.16.50	Signe Gadegaard (82)		2009

Ingen har løbet distancen i 2012 !!!

Halvmaraton

DR	1.09.48	Dorthe Rasmussen	GIC	1991
SR	1.09.48	Dorthe Rasmussen	GIC	1991
KR	1.20.57	Signe Gadegaard (82)		2009

Ingen har løbet distancen i 2012 !!!

Maraton

DR	2.29.34	Dorthe Rasmussen	GIC	1989
SR	2.29.34	Dorthe Rasmussen	GIC	1989
KR	3.18.43	Vibeke Hansen (58)		1996

Ingen har løbet distancen i 2012 !!!

100 meter hæk

DR	13,2	Dorthe Rasmussen	FIF	1981
SR	13,2	Dorthe Rasmussen	FIF	1981
KR	13,8	Annelise Dam Olesen (42)		1970

For megen medvind (>2,00 m/s):

Josefine S. Nickelsen (01) 5/5 Tårnby +2,8 13,37

Udvikling i snit Top-5:

1997: ---	2003: ---	2009: ---
1998: ---	2004: --	2010: ---
1999: ---	2005: ---	2011: ---
2000: 19,35	2006: ---	2012: NM
2001: ---	2007: ---	2013: ---
2002: 18,25	2008: ---	2014: ---

200 meter hæk

DR	27,3	Dorthe Rasmussen	FIF	1981
SR	27,3	Dorthe Rasmussen	FIF	1981
KR	29,5	Anette Kromann (49)		1970

Ingen har løbet distancen i 2012 !!!

400 meter hæk

DR	55,97	Sara Petersen		1900	2011
SR	57,04	Rikke Rønholt	TIF		1997
KR	61,0	Berit Danielsen (57)			1980

Ingen har løbet distancen i 2012 !!!

3.000 meter forhindring

DR	10.04,65	Louise Mørch	Sparta	2005
SR	10.04,65	Louise Mørch	Sparta	2005
KR	11.23,39	Signe Gadegaard (82)		2008

Ingen har løbet distancen i 2012 !!!

4 x 60 meter stafet

Ingen har løbet distancen i 2012 !!!

4 x 100 meter stafet			
DR	46,60	IF Sparta	1986
SR	46,60	IF Sparta	1986
KR	47,8	Marianne Søderberg (45) Tone Kyhn (45) Annelise Dam Olesen (42) <u>Gitte M. Jensen (51)</u> Gitte M. Jensen (51) Tone Kyhn (54) Marianne Søderberg (45) Elinor Bertelsen (44)	1971 1972

Ingen har løbet distancen i 2012 !!!

4 x 200 meter stafet			
DR	1.39,35	Århus 1900 A/M	1992
SR	1.39,8	Tronggården IF	1983
KR	1.41,0		1970

Ingen har løbet distancen i 2012 !!!

1.000 meter stafet			
DR	2.09,6	Hvidovre AM	1972
SR	2.09,6	Hvidovre AM	1972
KR	2.09,6	Marianne Søderberg (45) Tone Kyhn (54) Gitte M. Jensen (51) Annelise Dam Olesen (42)	1972

Ingen har løbet distancen i 2012 !!!

4 x 400 meter stafet			
DR	3.38,65	IF Sparta	2001
SR	3.38,65	IF Sparta	2001
KR	3.44,2	Tone Kyhn (54) Annette Christensen (49) Gitte M. Jensen (51) Annelise Dam Olesen (42)	1972

Ingen har løbet distancen i 2012 !!!

4 x 800 meter stafet			
DR	8.51,54	Århus 1900 AM	1990
SR	8.56,16	Tronggården IF	1989
KR	9.46,2	Helle Mathiasen (72) Tine Jørgensen (68) Tina Adamczesky 869 Tone Kyhn (54)	1986

Ingen har løbet distancen i 2012 !!!

4 x 1.500 meter stafet			
DR	19.47,0	IF Gullfoss	1981
SR	19.47,0	IF Gullfoss	1981
KR	20.38,8		1981

Ingen har løbet distancen i 2012 !!!

Længdespring			
DR	6,96	Renata P. Nielsen	1900 1994
SR	6,72	Lene Demnitz	Sparta 1985
KR	5,93	Lisbeth Larsen (57)	1981

Ungdom 4-5 år (zoneafsæt) (NM-1,51):

Emélie B. Danielsen (07) 675 Tårnby +0,7 1,54
Klubrekord Piger 5 år

Ungdom 8-9 år (zoneafsæt) (3,03-3,67):

Manon B. Danielsen (03) 28/4 Glostrup -1,6 2,71

Ungdom 12-13 år (zoneafsæt) (4,90-5,23):

Victoria A. Larsen (00) 28/4 Glostrup -0,2 4,22
Julie Kretschmer (99) 5/5 Tårnby +1,7 3,90

Ungdom 14-15 år (5,56-5,61):

Cecilie Bønnelycke (97) 6/7 Tårnby +1,1 4,86

Senior:

Cecilie Bønnelycke (97) 6/7 Tårnby +1,1 4,86

For megen medvind (>2,00 m/s):

Cecilie Bønnelycke (97) 6/7 Tårnby +2,5 5,18
Samantha Jensen (96) 6/5 Tårnby +5,5 4,92
Julie Kretschmer (99) 5/5 Tårnby +2,4 4,29
Caroline Larsen (01) 5/5 Tårnby +2,2 2,98

Udvikling i snit Top-5:

1997:	4,86	2003:	4,81	2009:	4,60
1998:	5,07	2004:	4,87	2010:	4,76
1999:	5,12	2005:	---	2011:	5,07
2000:	5,19	2006:	4,76	2012:	NM
2001:	5,03	2007:	4,97	2013:	
2002:	4,87	2008:	4,66	2014:	

Trespring

DR	13,84	Dorthe Jensen	1900	1997
SR	12,61	Lotte Thiesen	Viking	2002
KR	12,27	Karina Johansen (83)		2002

Ingen har lavet øvelsen i 2012 !!!

Udvikling i snit Top-5:

1997:	---	2003:	---	2009:	---
1998:	---	2004:	---	2010:	---
1999:	---	2005:	---	2011:	10,23
2000:	---	2006:	---	2012:	NM
2001:	---	2007:	---	2013:	
2002:	---	2008:	---	2014:	

Højdespring				
DR	1,94	Pia Zinck	1900	1997
SR	1,86	Dorthe Wolfsberg	FIF	1981
KR	1,75	Karina Johansen (83)		1999

Ungdom 10-11 år (1,25-1,35):

Josefine S. Nickelsen (01) 6/5 Tårnby 1,15

Udvikling i snit Top-5:

1997:	1,38	2003:	1,33	2009:	1,26
1998:	1,52	2004:	1,32	2010:	1,32
1999:	1,50	2005:	---	2011:	---
2000:	---	2006:	1,35	2012:	NM
2001:	1,38	2007:	1,41	2013:	
2002:	1,45	2008:	1,33	2014:	

Stangspring				
DR	4,35	Maria B. Rasmussen	1900	2000
SR	4,30	Caroline B. Holm (90)	Sparta	2011
KR	3,10	Line Vibov (83)		2003

Ungdom 14-15 år (2,71-2,40):

Marie Randi Christensen (97) 6/5 Tårnby 2,60

Klubrekord Piger 15 år

Senior:

Marie Randi Christensen (97) 6/5 Tårnby 2,60

Kuglestød				
DR	15,46	Trine Mulbjerg (90)	1900	2011
SR	15,24	Christina Scherwin	Sparta	2006
KR	13,74	Maria Sløk Hansen (83)		2011

Ungdom 8-9 år (2 kg) (6,89-7,56):

Manon B. Danielsen (03) 28/4 Glostrup 6,00

Ungdom 10-11 år (2 kg) (7,10-8,02):

Josefine S. Nickelsen (01) 5/5 Tårnby 8,24

Klubrekord Piger 11 år

Caroline Larsen (01) 5/5 Tårnby 6,79
Misja B. Jepsen (01) 5/5 Tårnby 5,29

Ungdom 12-13 år (2 kg) (9,87-10,15):

Victoria Larsen (00) 28/4 Glostrup 7,37

Ungdom 14-15 år (3kg) (9,72-11,56):

Cecilie Bønnelycke (97) 6/5 Tårnby 10,04

Ungdom 20-22 år (4 kg) (12,41-11,85-12,46):

Maria Lykke Jensen (90) 5/4 Alfas del Pi 10,76
Heidi Toft Hansen (91) 25/3 Hvidovre 10,63

Senior (4kg):

Maria Sløk Hansen (83) 8/4 Alfas del Pi 13,76

Klubrekord Senior Kvinder

Maria Lykke Jensen (90) 5/4 Alfas del Pi 10,76
Sandra Pétursdóttir (89) 5/4 Alfas del Pi 10,67
Heidi Toft Hansen (91) 25/3 Hvidovre 10,63
Inge Faldager (48) 6/5 Tårnby 8,59

Veteran K60 (60-64 år) (3/4kg) (10,30/9,21):

Inge Faldager (48) 8/4 Alfas del Pi 3kg 10,14
Inge Faldager (48) 6/5 Tårnby 4kg 8,59

Udvikling i snit Top-5:

1997:	8,88	2003:	10,53	2009:	8,93
1998:	8,80	2004:	--	2010:	9,73
1999:	9,44	2005:	11,02	2011:	11,13
2000:	---	2006:	10,06	2012:	10,87
2001:	9,80	2007:	10,04	2013:	
2002:	10,47	2008:	10,27	2014:	

KR Maria Sløk Hansen (83) 13,74m(5/4 Alfas del Pi)

Maria Sløk Hansen (83) 13,76m(8/4 Alfas del Pi)

Diskoskast				
DR	56,00	Annette Bøgh	1900	1996
SR	52,82	Vivian Kraft	Holte	1992
KR	47,92	Maria Sløk Hansen (83)		2011

Ungdom 10-11 år (0,75kg) (9,69-16,34):

Josefine S. Nickelsen (91) 5/5 Tårnby 14,74

Senior (1kg):

Maria Sløk Hansen (83) 5/5 Tårnby 47,80
Inge Faldager (48) 5/5 Tårnby 32,60
Sandra Pétursdóttir (89) 5/4 Alfas del Pi 32,17

Veteran K60 (60-64 år) (1kg) (32,90):

Inge Faldager (48) 5/5 Tårnby 32,60

Udvikling i snit Top-5:

1997:	24,44	2003:	26,70	2009:	26,64
1998:	22,82	2004:	--	2010:	32,42
1999:	23,56	2005:	33,55	2011:	37,02
2000:	25,06	2006:	31,09	2012:	22,51
2001:	---	2007:	25,96	2013:	
2002:	33,02	2008:	26,01	2014:	

Hammerkast				
DR	62,49	Vanessa Mortensen	Sparta	2006
SR	62,49	Vanessa Mortensen	Sparta	2006
KR	50,16	Heidi Toft Hansen (91)		2011

Ungdom 20-22 år (4 kg) (40,27-39,78-43,79):

Heidi Toft Hansen (91) 5/4 Alfas del Pi 48,38

Klubrekord piger 21 år

Senior (4kg):

Sandra Pétursdóttir (89) 8/4 Alfas del Pi 50,90

Klubrekord Senior Kvinder

Heidi Toft Hansen (91) 5/4 Alfas del Pi 48,38
Maria Sløk Hansen (83) 6/5 Tårnby 45,24
Inge Faldager (48) 6/5 Tårnby 36,48

Veteran K60 (60-64 år) (3/4kg) (45,14/38,02):

Inge Faldager (48) 6/5 Tårnby 4kg 36,48

Udvikling i snit Top-5:

1997:	---	2003:	27,18	2009:	27,29
1998:	---	2004:	---	2010:	37,29
1999:	---	2005:	28,14	2011:	44,25
2000:	---	2006:	---	2012:	36,20
2001:	---	2007:	31,39	2013:	
2002:	---	2008:	25,66	2014:	

KR Sandra Pétursdóttir (89) 50,90m (8/4 Alfás del Pi)

Vægtkast

DR	17,97	Vanessa Mortensen	Sparta	2006
SR	17,97	Vanessa Mortensen	Sparta	2006
KR	14,59	Maria Sløk Hansen (83)		2011

Ungdom 20-22 år (9,072 kg) (13,62-11,99-12,83):

Heidi Toft Hansen (91) 25/3 Hvidovre 13,13

Klubrekord Piger 21 år og U23

Senior (9,072kg):

Sandra Pétursdóttir (89) 25/3 Hvidovre 16,65

Klubrekord Senior Kvinder

Heidi Toft Hansen (91) 25/3 Hvidovre 13,13

Inge Faldager (48) 11/3 Hvidovre 10,45

Veteran K60 (60-64 år) (5,45/9,08kg) (17,84/11,63):

Inge Faldager (48) 25/3 Hvidovre 5,45kg 13,95

Inge Faldager (48) 11/3 Hvidovre 9,072kg 10,45

Udvikling i snit Top-5:

1997:	---	2003:	---	2009:	9,14
1998:	---	2004:	---	2010:	11,42
1999:	---	2005:	---	2011:	12,83
2000:	---	2006:	---	2012:	8,05
2001:	---	2007:	8,39	2013:	
2002:	---	2008:	8,55	2014:	

KR Sandra Pétursdóttir (89) 16,65m (25/3 Hvido)

Spydcast

DR	64,83	Christina Scherwin	Sparta	2006
SR	64,83	Christina Scherwin	Sparta	2006
KR	48,01	Maria Lykke Jensen (90)		2011

Ungdom 14-15 år (600 gr.) (15,57-NM):

Cecilie Bønnelycke (97) 5/5 Tårnby 31,91

Ungdom 20-22 år (600 gr.) (32,43-37,84-33,94):

Maria L. Jensen (90) 29/4 Maribo 48,93

Klubrekord piger 22år og U23

Senior (600 gr.):

Maria L. Jensen (90) 29/4 Maribo 48,93

Klubrekord Senior Kvinder

Cecilie Bønnelycke (97) 5/5 Tårnby 31,91

Udvikling i snit Top-5:

1997:	27,20	2003:	29,48	2009:	26,66
1998:	30,88	2004:	29,79	2010:	28,22
1999:	33,23	2005:	33,82	2011:	33,97
2000:	---	2006:	34,97	2012:	16,17
2001:	26,78	2007:	33,06	2013:	
2002:	31,71	2008:	28,89	2014:	

KR Maria L. Jensen (90) 48,93m (29/4 Maribo)

Boldkast

Ungdom 4-5 år (145 gr.) (NM-4,00):

Amélie B. Danielsen (07) 6/5 Tårnby 145gr 3,52

Ungdom 8-9 år (145 gr.) (28,19-32,22):

Manon B. Danielsen (03) 6/5 Tårnby 145gr 12,34

Ungdom 10-11 år (145gr.) (38,44-41,26):

Josefine S. Nickelsen (01) 6/5 Tårnby 145gr 37,89

Misja B. Jepsen (01) 6/5 Tårnby 145gr 33,14

7 kamp

DR	5.722p	Dorte Klein	EAF	1983
SR	5.674p	Dorthe Rasmussen	FIF	1981
KR	4.995p	Lisbeth Larsen (57)		1981
(15,40-11,32-1,64-26,50 / 5,59-35,74-2,26,28)				

Ingen har lavet øvelsen i 2012 !!!

Kaste 5-kamp

DR	3.667p	Meiken Greve	Sparta	2010
SR	3.667p	Meiken Greve	Sparta	2010
KR	3.465p	Maria Sløk Hansen (83)		2010
(45,38-12,35-46,16-14,03-27,79)				

Ingen har lavet øvelsen i 2012 !!!

Udvikling i snit Top-5:

1997:	---	2003:	---	2009:	2.299p
1998:	---	2004:	1.156p (2)	2010:	2.844 gl
1999:	---	2005:	---	2011:	2.901 ny
2000:	---	2006:	1.236p (2)	2012:	NM
2001:	---	2007:	2.039p	2013:	
2002:	---	2008:	2.001p	2014:	