

# MEDALJER VED NATIONALE MESTERSKABER GENNEM TIDERNE

## MÆND UDENDØRS

199 medaljer – 62 guld, 63 sølv, 74 bronze

### 100 meter (11 medaljer – 3 guld, 4 sølv, 4 bronze)

|        |       |                      |      |             |               |      |                    |
|--------|-------|----------------------|------|-------------|---------------|------|--------------------|
| Sølv   | 10,71 | Christian Trajkovski | 1965 | Hvidovre AM | 16-18.aug     | 2002 | Langvang, Randers  |
| Bronze | 10,72 | Christian Trajkovski | 1965 | Hvidovre AM | 9.-10. aug.   | 2003 | Hvidovre           |
| Bronze | 11,29 | Christian Trajkovski | 1965 | Hvidovre AM | 6.-7.-8. aug. | 2004 | Østerbro           |
| Bronze | 10,90 | Christian Trajkovski | 1965 | Hvidovre AM | 30.-31. juli  | 2005 | Odense             |
| Sølv   | 11,06 | Christian Trajkovski | 1965 | Hvidovre AM | 4.-5. aug     | 2007 | Odense             |
| Guld   | 10,62 | Kristoffer Hari      | 1997 | Hvidovre AM | 27. juli      | 2013 | Skovdalen, Aalborg |
| Sølv   | 10,65 | Festus Asante        | 1994 | Hvidovre AM | 8. aug        | 2015 | Århus              |
| Guld   | 10,56 | Festus Asante        | 1994 | Hvidovre AM | 27. aug.      | 2016 | Århus              |
| Sølv   | 10,57 | Kristoffer Hari      | 1997 | Hvidovre AM | 27. aug.      | 2016 | Århus              |
| Guld   | 10,40 | Kristoffer Hari      | 1997 | Hvidovre AM | 2. sept.      | 2017 | Skovdalen, Aalborg |
| Bronze | 10,59 | Festus Asante        | 1994 | Hvidovre AM | 2. sept.      | 2017 | Skovdalen, Aalborg |

### 200 meter (10 medaljer – 1 guld, 3 sølv, 6 bronze)

|               |              |                         |             |                    |                   |             |                    |
|---------------|--------------|-------------------------|-------------|--------------------|-------------------|-------------|--------------------|
| Bronze        | 22,1w        | Gert Petersen           | 1943        | Hvidovre IF        | 7-8.aug           | 1965        | Frederiksberg      |
| Sølv          | 21,99        | Parly Jørgensen         | 1957        | Hvidovre IF        | 14-16.aug         | 1981        | Østerbro           |
| Bronze        | 21,71        | Christian Trajkovski    | 1965        | Hvidovre AM        | 16-18.aug         | 2002        | Langvang, Randers  |
| Bronze        | 22,09        | Christian Trajkovski    | 1965        | Hvidovre AM        | 9-10.aug          | 2003        | Hvidovre           |
| Sølv          | 22,11        | Steffen Jørgensen       | 1980        | Hvidovre AM        | 30-31.juli        | 2005        | Odense             |
| Guld          | 21,33        | Kristoffer Hari         | 1997        | Hvidovre AM        | 2.sep             | 2017        | Skovdalen, Aalborg |
| Bronze        | 21,93        | Kasper Olsen            | 1993        | Hvidovre AM        | 24.aug            | 2018        | Odense             |
| Bronze        | 21,39        | Mikkel Johansson        | 2002        | Hvidovre AM        | 26.juni           | 2022        | Aalborg            |
| Sølv          | 21,64        | Andreas Trajkovski      | 1993        | AK Robotnicki      | 9.juli            | 2023        | Skopje (MKD-NC)    |
| <b>Bronze</b> | <b>21,45</b> | <b>Mikkel Johansson</b> | <b>2002</b> | <b>Hvidovre AM</b> | <b>29-30.juni</b> | <b>2024</b> | <b>Hvidovre</b>    |

### 400 meter (18 medaljer – 5 guld, 3 sølv, 10 bronze)

|        |       |                        |      |             |              |      |               |
|--------|-------|------------------------|------|-------------|--------------|------|---------------|
| Bronze | 50,2  | Svend Mathiasen        | 1946 | Hvidovre IF | 16.-17. aug. | 1969 | Haderslev     |
| Sølv   | 49,1  | Svend Mathiasen        | 1946 | Hvidovre IF | 31-1. aug.   | 1971 | Århus         |
| Sølv   | 47,76 | Jan Flemming Nielsen   | 1963 | Hvidovre IF | 18.-19. aug. | 1984 | Frederiksberg |
| Guld   | 48,03 | Steffen Jørgensen      | 1980 | Hvidovre AM | 30.-31. juli | 2005 | Odense        |
| Bronze | 48,68 | Steffen Jørgensen      | 1980 | Hvidovre AM | 22.-23. juli | 2006 | Odense        |
| Bronze | 47,99 | Steffen Jørgensen      | 1980 | Hvidovre AM | 4.-5. aug    | 2007 | Odense        |
| Bronze | 49,65 | Steffen Jørgensen      | 1980 | Hvidovre AM | 2. aug.      | 2008 | Østerbro      |
| Bronze | 48,53 | Kasper Olsen           | 1991 | Hvidovre AM | 27. aug.     | 2016 | Århus         |
| Sølv   | 48,63 | Kasper Olsen           | 1991 | Hvidovre AM | 24. aug.     | 2018 | Odense        |
| Guld   | 47,70 | Nick Ekelund-Arenander | 1989 | Hvidovre AM | 26-28.aug    | 2019 | Esbjerg       |
| Bronze | 48,47 | Kasper Olsen           | 1991 | Hvidovre AM | 26-28.aug    | 2019 | Esbjerg       |

## Udendørs DM-medaljer for Hvidovre-atleter gennem tiderne

|               |              |                               |             |                 |                |             |                          |
|---------------|--------------|-------------------------------|-------------|-----------------|----------------|-------------|--------------------------|
| Guld          | 46,60        | Nick Ekelund-Arenander        | 1989        | Malmö AI        | 14-16.aug      | 2020        | Uppsala (SWE-NC)         |
| Bronze        | 48,61        | Kasper Olsen                  | 1991        | Hvidovre AM     | 14-16.aug      | 2020        | Østerbro                 |
| Guld          | 46,94        | Nick Ekelund-Arenander        | 1989        | Hvidovre AM     | 25-27.juni     | 2021        | Odense                   |
| Guld          | 47,08        | Nick Ekelund-Arenander        | 1989        | Malmö AI        | 27-29.aug      | 2021        | Borås (SWE-NC)           |
| Bronze        | 47,90        | Nick Ekelund-Arenander        | 1989        | Hvidovre AM     | 25.juni        | 2022        | Aalborg                  |
| Bronze        | 48,82        | Nick Ekelund-Arenander        | 1989        | Hvidovre AM     | 24-26.juni     | 2023        | Aalborg                  |
| <b>Bronze</b> | <b>46,73</b> | <b>Nick Ekelund-Arenander</b> | <b>1989</b> | <b>Malmö AI</b> | <b>28.juni</b> | <b>2024</b> | <b>Uddevall (SWE-NC)</b> |

### 5.000 meter (2 medaljer – 2 guld, 0 sølv, 0 bronze)

|      |          |                 |      |             |              |      |       |
|------|----------|-----------------|------|-------------|--------------|------|-------|
| Guld | 14.36.4  | Sten Svejdal    | 1942 | Hvidovre IF | 12.-13. aug. | 1967 | Århus |
| Guld | 14.15.91 | Abdi Hakin Ulad | 1991 | Hvidovre AM | 8. aug       | 2015 | Århus |

### 10.000 meter (7 medaljer – 6 guld, 0 sølv, 1 bronze)

|        |          |                 |      |             |           |      |          |
|--------|----------|-----------------|------|-------------|-----------|------|----------|
| Guld   | 30.54.6  | Steen Svej Dahl | 1942 | Hvidovre IF | 07-aug    | 1966 | Odense   |
| Bronze | 30.51.8  | Steen Svej Dahl | 1942 | Hvidovre IF | 13-aug    | 1967 | Århus    |
| Guld   | 28.58.89 | Abdi Hakin Ulad | 1991 | Hvidovre AM | 23-maj    | 2015 | Århus    |
| Guld   | 29.41.17 | Abdi Hakin Ulad | 1991 | Hvidovre AM | 14-maj    | 2016 | Allerød  |
| Guld   | 29.23.28 | Abdi Hakin Ulad | 1991 | Hvidovre AM | 20-maj    | 2017 | Hvidovre |
| Guld   | 29.43.53 | Abdi Hakin Ulad | 1991 | Hvidovre AM | 14.august | 2020 | Østerbro |
| Guld   | 29.59.41 | Abdi Hakin Ulad | 1991 | Hvidovre AM | 24.juni   | 2022 | Aalborg  |

### 3.000 meter forhindringsløb (7 medaljer – 4 guld, 0 sølv, 3 bronze)

|        |         |                         |      |             |              |      |                    |
|--------|---------|-------------------------|------|-------------|--------------|------|--------------------|
| Bronze | 9.17.9  | Claus Scharnberg Jensen | 1957 | Hvidovre AK | 18.-20. aug. | 1978 | Østerbro           |
| Bronze | 9.13.9  | Claus Scharnberg Jensen | 1957 | Hvidovre AK | 17.-19. aug. | 1979 | Skovdalen, Aalborg |
| Bronze | 9.01.1  | Claus Scharnberg Jensen | 1957 | Hvidovre AK | 8.-10. aug.  | 1980 | Glostrup           |
| Guld   | 9.27.80 | Stephan Alex Jensen     | 1983 | Hvidovre AM | 4.-5. aug    | 2007 | Odense             |
| Guld   | 9.20.97 | Stephan Alex Jensen     | 1983 | Hvidovre AM | 2. aug.      | 2008 | Østerbro           |
| Guld   | 9.33.30 | Stephan Alex Jensen     | 1983 | Hvidovre AM | 30. aug      | 2009 | Odense             |
| Guld   | 8.56.57 | Stephan Alex Jensen     | 1983 | Hvidovre AM | 7. aug       | 2010 | Odense             |

### Kort Cross (4 km) (1 medaljer – 0 guld, 1 sølv, 0 bronze)

|      |       |                 |      |             |        |      |         |
|------|-------|-----------------|------|-------------|--------|------|---------|
| Sølv | 11.44 | Abdi Hakin Ulad | 1991 | Hvidovre AM | 29.jan | 2017 | Næstved |
|------|-------|-----------------|------|-------------|--------|------|---------|

### Lang Cross (10 km) (6 medaljer – 4 guld, 2 sølv, 0 bronze)

|      |         |                      |      |             |         |      |            |
|------|---------|----------------------|------|-------------|---------|------|------------|
| Guld | 25.08,2 | Sten Svej Dahl (8km) | 1942 | Hvidovre IF | ??      | 1967 | ??         |
| Guld | 32.35   | Abdi Hakin Ulad      | 1991 | Hvidovre AM | 30.jan  | 2016 | Esbjerg    |
| Sølv | 35.44   | Abdi Hakin Ulad      | 1991 | Hvidovre AM | 4.marts | 2017 | Fredericia |
| Guld | 31.36   | Abdi Hakin Ulad      | 1991 | Hvidovre AM | 3.marts | 2018 | Fredericia |
| Guld | 30.54   | Abdi Hakin Ulad      | 1991 | Hvidovre AM | 9.marts | 2019 | Roskilde   |
| Sølv | 31.56   | Abdi Hakin Ulad      | 1991 | Hvidovre AM | 8.marts | 2020 | Roskilde   |

### 10 km landevej (4 medaljer – 3 guld, 0 sølv, 1 bronze)

|      |       |                 |      |             |          |      |       |
|------|-------|-----------------|------|-------------|----------|------|-------|
| Guld | 29.20 | Abdi Hakin Ulad | 1991 | Hvidovre AM | 12.marts | 2016 | Strib |
|------|-------|-----------------|------|-------------|----------|------|-------|

## Udendørs DM-medaljer for Hvidovre-atleter gennem tiderne

|        |       |                 |      |             |          |      |           |
|--------|-------|-----------------|------|-------------|----------|------|-----------|
| Guld   | 29.19 | Abdi Hakin Ulad | 1991 | Hvidovre AM | 1.april  | 2017 | Strib     |
| Guld   | 29.06 | Abdi Hakin Ulad | 1991 | Hvidovre AM | 17.marts | 2018 | Strib     |
| Bronze | 30.04 | Abdi Hakin Ulad | 1991 | Hvidovre AM | 10.juni  | 2019 | København |

### Halvmaraton (5 medaljer – 5 guld, 0 sølv, 0 bronze)

|      |         |                  |      |             |        |      |           |
|------|---------|------------------|------|-------------|--------|------|-----------|
| Guld | 1.02.48 | Abdi Hakin Ulad  | 1991 | Hvidovre AM | 13.sep | 2015 | København |
| Guld | 3.26.35 | Abdi Hakin Ulad  | 1991 | Hvidovre AM | 17.sep | 2017 | København |
| Guld | 1.04.58 | Abdi Hakin Ulad  | 1991 | Hvidovre AM | 17.sep | 2017 | København |
|      |         | Michael Jeppesen | 1988 |             |        |      |           |
|      |         | Benjamin Savill  | 1994 |             |        |      |           |
| Guld | 1.05.02 | Abdi Hakin Ulad  | 1991 | Hvidovre AM | 10.aug | 2019 | København |
| Guld | 1.03.30 | Abdi Hakin Ulad  | 1991 | Hvidovre AM | 19.sep | 2021 | København |

### Maraton (2 medaljer – 0 guld, 1 sølv, 1 bronze)

|               |                |                              |             |                    |              |             |                  |
|---------------|----------------|------------------------------|-------------|--------------------|--------------|-------------|------------------|
| <b>Sølv</b>   | <b>2.18.08</b> | <b>Mark Olsen</b>            | <b>1995</b> | <b>Hvidovre AM</b> | <b>5.maj</b> | <b>2024</b> | <b>København</b> |
| <b>Bronze</b> | <b>7.15.59</b> | <b>Mark Olsen</b>            | <b>1995</b> | <b>Hvidovre AM</b> | <b>5.maj</b> | <b>2024</b> | <b>København</b> |
|               |                | <b>Jesper Andkjær Larsen</b> | <b>1977</b> |                    |              |             |                  |
|               |                | <b>Morten Green</b>          | <b>1987</b> |                    |              |             |                  |

### 110 meter hæk (5 medaljer – 0 guld, 1 sølv, 4 bronze)

|        |       |                    |      |             |              |      |                    |
|--------|-------|--------------------|------|-------------|--------------|------|--------------------|
| Sølv   | 15,2  | Erling Hansen      | 1954 | Hvidovre IF | 21.-22. aug. | 1976 | Århus              |
| Bronze | 15,21 | Erling Hansen      | 1954 | Hvidovre IF | 26.-28. aug. | 1977 | Hvidovre           |
| Bronze | 15,24 | Torben Kristiansen | 1955 | Hvidovre AK | 17.-19. aug. | 1979 | Skovdalen, Aalborg |
| Bronze | 15,11 | Torben Kristiansen | 1955 | Hvidovre AK | 8.-10. aug.  | 1980 | Glostrup           |
| Bronze | 14,8  | Torben Kristiansen | 1955 | Hvidovre AK | 14.-16. aug. | 1981 | Østerbro           |

### 400 meter hæk (6 medaljer – 0 guld, 4 sølv, 2 bronze)

|             |              |                               |             |                    |                   |             |                 |
|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|--------------------|-------------------|-------------|-----------------|
| Sølv        | 55,53        | Torben Kristiansen            | 1955        | Hvidovre AK        | 18.-20. aug.      | 1978        | Østerbro        |
| Bronze      | 54,7         | Torben Kristiansen            | 1955        | Hvidovre AK        | 8.-10. aug.       | 1980        | Glostrup        |
| Sølv        | 54,33        | Christian Nickelsen           | 1974        | Hvidovre AM        | 6.-8. aug.        | 1999        | Østerbro        |
| Sølv        | 59,16        | Marc Lorentzen                | 1981        | Hvidovre AM        | 6. aug            | 2011        | Østerbro        |
| Bronze      | 54,65        | Martin Kristensen             | 1992        | Hvidovre AM        | 27. aug.          | 2016        | Århus           |
| <b>Sølv</b> | <b>58,66</b> | <b>Nick Ekelund-Arenander</b> | <b>1989</b> | <b>Hvidovre AM</b> | <b>29-30.juni</b> | <b>2024</b> | <b>Hvidovre</b> |

### 4x100 meter stafet (7 medaljer – 0 guld, 2 sølv, 5 bronze)

|        |       |                      |      |             |            |      |                    |
|--------|-------|----------------------|------|-------------|------------|------|--------------------|
| Sølv   | 41,41 | Christian Trajkovski | 1965 | Hvidovre AM | ??         | 2003 | ??                 |
|        |       | Christian Hansen     | 1978 |             |            |      |                    |
|        |       | Steffen Jørgensen    | 1980 |             |            |      |                    |
|        |       | Mark Jacobsen        | 1981 |             |            |      |                    |
| Bronze | 43,07 | Daryoush Yazdanyar   | 1986 | Hvidovre AM | 4-5.aug    | 2007 | Odense             |
|        |       | Steffen Jørgensen    | 1980 |             |            |      |                    |
|        |       | Kasper Olsen         | 1991 |             |            |      |                    |
|        |       | Steven Kwasi Korang  | 1989 |             |            |      |                    |
| Bronze | 42,88 | Arnór Jónsson        | 1987 | Hvidovre AM | 27-28.juli | 2013 | Skovdalen, Aalborg |
|        |       | Kasper Olsen         | 1991 |             |            |      |                    |
|        |       | Steffen Jørgensen    | 1980 |             |            |      |                    |

## Udendørs DM-medaljer for Hvidovre-atleter gennem tiderne

|        |       |                        |      |             |            |      |                    |
|--------|-------|------------------------|------|-------------|------------|------|--------------------|
| Bronze | 42,60 | Martin Kristensen      | 1992 | Hvidovre AM | 2-3.aug    | 2014 | Odense             |
|        |       | Simon Mathiasen        | 1996 |             |            |      |                    |
|        |       | Arnór Jónsson          | 1987 |             |            |      |                    |
|        |       | Kasper Olsen           | 1991 |             |            |      |                    |
| Sølv   | 42,14 | Martin Kristensen      | 1992 | Hvidovre AM | 27-28.aug  | 2017 | Skovdalen, Aalborg |
|        |       | Rodney Pradtavis       | 1993 |             |            |      |                    |
|        |       | Festus Asante          | 1994 |             |            |      |                    |
|        |       | Jacob Chua Ziska       | 1997 |             |            |      |                    |
| Bronze | 42,78 | Kasper Olsen           | 1991 | Hvidovre AM | 26-28.juli | 2019 | Esbjerg            |
|        |       | Kasper Olsen           | 1997 |             |            |      |                    |
|        |       | Jacob Chua Ziska       | 1989 |             |            |      |                    |
|        |       | Nick Ekelund-Arenander | 1991 |             |            |      |                    |
| Bronze | 41,76 | Simon Mathiasen        | 1996 | Hvidovre AM | 3.sep      | 2022 | Odense             |
|        |       | Andreas Trajkovski     | 1993 |             |            |      |                    |
|        |       | Nick Ekelund-Arenander | 1989 |             |            |      |                    |
|        |       | Jacob Chua Ziska       | 1997 |             |            |      |                    |
|        |       | Mikkel Klejnstrup      | 1987 |             |            |      |                    |

### 1.000 meter stafet (1 medaljer – 0 guld, 1 sølv, 0 bronze)

|      |         |                   |      |             |    |      |    |
|------|---------|-------------------|------|-------------|----|------|----|
| Sølv | 1.58,64 | Asger Sverrild    | 1983 | Hvidovre AM | ?? | 2003 | ?? |
|      |         | Martin Stegemeyer | 1981 |             |    |      |    |
|      |         | Mark Jacobsen     | 1981 |             |    |      |    |
|      |         | Steffen Jørgensen | 1980 |             |    |      |    |

### 4x400 meter stafet (8 medaljer – 4 guld, 2 sølv, 2 bronze)

|             |                |                               |             |                 |               |             |                         |
|-------------|----------------|-------------------------------|-------------|-----------------|---------------|-------------|-------------------------|
| Guld        | 3.16,44        | Cesar Posse                   | 1970        | Hvidovre AM     | 30-31.juni    | 2005        | Odense                  |
|             |                | Rasmus Olsen                  | 1989        |                 |               |             |                         |
|             |                | Carsten Schmidt               | 1979        |                 |               |             |                         |
|             |                | Steffen Jørgensen             | 1980        |                 |               |             |                         |
| Sølv        | 3.20.59        | Kasper Olsen                  | 1991        | Hvidovre AM     | 4-5.aug       | 2007        | Odense                  |
|             |                | Steffen Jørgensen             | 1980        |                 |               |             |                         |
|             |                | NielsChristianWernerfeldt     | 1987        |                 |               |             |                         |
|             |                | Steven Kwasi Korang           | 1989        |                 |               |             |                         |
| Bronze      | 3.27.98        | Simon Mathiasen               | 1996        | Hvidovre AM     | 27-28.aug     | 2016        | Århus                   |
|             |                | Navid Bazgir                  | 1995        |                 |               |             |                         |
|             |                | Martin Kristensen             | 1992        |                 |               |             |                         |
|             |                | Kasper Olsen                  | 1991        |                 |               |             |                         |
| Sølv        | 3.14.50        | Iasonas Koniaris              | 1997        | Hvidovre AM     | 26-28.juli    | 2019        | Esbjerg                 |
|             |                | Mikkel Kleinstrup             | 1986        |                 |               |             |                         |
|             |                | Kasper Olsen                  | 1991        |                 |               |             |                         |
|             |                | Nick Ekelund-Arenander        | 1989        |                 |               |             |                         |
| Guld        | 3.11,11        | Nick Ekelund-Arenander        | 1989        | Malmö AI        | 28-29.maj     | 2022        | Göteborg (SWE-NC)       |
| Bronze      | 3.20,59        | 3 andre svenskere             |             | Hvidovre AM     | 3.sep         | 2022        | Odense                  |
|             |                | Andreas Trajkovski            | 1993        |                 |               |             |                         |
|             |                | Mikkel Klejnstrup             | 1987        |                 |               |             |                         |
|             |                | Jacob Chua Ziska              | 1997        |                 |               |             |                         |
| Guld        | 3.11,34        | Nick Ekelund-Arenander        | 1989        | Malmö AI        | 9-10.sep      | 2023        | Södertälje (SWE-NC)     |
|             |                | 3 andre svenskere             |             |                 |               |             |                         |
|             |                | Nick-Ekelund-Arenander        | 1989        |                 |               |             |                         |
|             |                | 3 andre svenskere             |             |                 |               |             |                         |
| <b>Guld</b> | <b>3.08,95</b> | <b>Nick-Ekelund-Arenander</b> | <b>1989</b> | <b>Malmö AI</b> | <b>26.maj</b> | <b>2024</b> | <b>Uppsala (SWE-NC)</b> |
|             |                | <b>3 andre svenskere</b>      |             |                 |               |             |                         |

### Højdespring (11 medaljer – 2 guld, 4 sølv, 5 bronze)

## Udendørs DM-medaljer for Hvidovre-atleter gennem tiderne

|        |      |                 |      |             |              |      |               |
|--------|------|-----------------|------|-------------|--------------|------|---------------|
| Guld   | 2,06 | Sven Breum      | 1943 | Hvidovre IF | 31.-1.aug.   | 1971 | Århus         |
| Sølv   | 2,03 | Sven Breum      | 1943 | Hvidovre IF | 12.-13. aug. | 1972 | Frederiksberg |
| Sølv   | 2,03 | Sven Breum      | 1943 | Hvidovre IF | 28.-29. juli | 1973 | Århus         |
| Bronze | 2,03 | Arne Kjærgård   | 1957 | Hvidovre AK | 8.-10. aug.  | 1980 | Glostrup      |
| Guld   | 2,15 | Leon Axen       | 1961 | Hvidovre AK | 14.-16.aug   | 1982 | Østerbro      |
| Sølv   | 2,06 | Frank Knudsen   | 1959 | Hvidovre IF | 14.-16. aug. | 1981 | Østerbro      |
| Bronze | 1,97 | Kenneth Olsen   | 1981 | Hvidovre AM | 6.-8. aug.   | 2004 | Østerbro      |
| Bronze | 1,94 | Kenneth Olsen   | 1981 | Hvidovre AM | 22.-23. juli | 2006 | Odense        |
| Bronze | 1,85 | Jonas Strunge   | 2004 | Hvidovre AM | 24.juni      | 2022 | Aalborg       |
| Sølv   | 1,85 | Jonas Strunge   | 2004 | Hvidovre AM | 24-26.juni   | 2023 | Aalborg       |
| Bronze | 1,80 | Jonas Linnemand | 2000 | Hvidovre AM | 24-26.juni   | 2003 | Aalborg       |

### Stangspring (19 medaljer – 7 guld, 5 sølv, 7 bronze)

|        |      |                      |      |             |              |      |                    |
|--------|------|----------------------|------|-------------|--------------|------|--------------------|
| Sølv   | 4,07 | Flemming Johansen    | 1946 | Hvidovre IF | 7.-8. aug.   | 1965 | Frederiksberg      |
| Bronze | 4,30 | Flemming Johansen    | 1946 | Hvidovre IF | 12.-13. aug. | 1967 | Århus              |
| Sølv   | 4,20 | Flemming Johansen    | 1946 | Hvidovre IF | 17.-18. aug. | 1968 | Frederiksberg      |
| Guld   | 4,60 | Flemming Johansen    | 1946 | Hvidovre IF | 16.-17. aug. | 1969 | Haderslev          |
| Guld   | 4,80 | Flemming Johansen    | 1946 | Hvidovre IF | 15.-16. aug. | 1970 | Lyngby             |
| Guld   | 4,70 | Flemming Johansen    | 1946 | Hvidovre IF | 31.-1.aug.   | 1971 | Århus              |
| Guld   | 4,90 | Flemming Johansen    | 1946 | Hvidovre IF | 12.-13. aug. | 1972 | Frederiksberg      |
| Guld   | 4,90 | Flemming Johansen    | 1946 | Hvidovre IF | 28.-29. juli | 1973 | Århus              |
| Bronze | 4,30 | Erling Hansen        | 1954 | Hvidovre    | 28.-29. juli | 1973 | Århus              |
| Guld   | 4,80 | Flemming Johansen    | 1946 | Hvidovre IF | 10.-11. aug. | 1974 | Lyngby             |
| Guld   | 4,60 | Flemming Johansen    | 1946 | Hvidovre IF | 21.-22. aug. | 1976 | Århus              |
| Bronze | 4,60 | Flemming Johansen    | 1946 | Hvidovre IF | 26.-28. aug. | 1977 | Hvidovre           |
| Sølv   | 4,80 | Flemming Johansen    | 1946 | Hvidovre IF | 18.-20. aug. | 1978 | Østerbro           |
| Bronze | 4,60 | Flemming Johansen    | 1946 | Hvidovre IF | 17.-19. aug. | 1979 | Skovdalen, Aalborg |
| Sølv   | 4,50 | Jacob Juul Rasmussen | 1972 | Hvidovre AM | 9.-10. aug.  | 2003 | Hvidovre           |
| Bronze | 4,30 | Alexander Grelland   | 1966 | Hvidovre AM | 9.-10. aug.  | 2003 | Hvidovre           |
| Sølv   | 4,85 | Alexander Grelland   | 1966 | Hvidovre AM | 6.-8. aug.   | 2004 | Østerbro           |
| Bronze | 4,35 | Alexander Grelland   | 1966 | Hvidovre AM | 30.-31. juli | 2005 | Odense             |
| Bronze | 3,82 | Jacob Juul Rasmussen | 1972 | Hvidovre AM | 4.-5. aug    | 2007 | Odense             |

### Længdespring (10 medaljer – 4 guld, 4 sølv, 2 bronze)

|             |             |                           |             |                      |               |             |                        |
|-------------|-------------|---------------------------|-------------|----------------------|---------------|-------------|------------------------|
| Sølv        | 7.09        | Erling Hansen             | 1954        | Hvidovre IF          | 26.-28. aug.  | 1977        | Hvidovre               |
| Bronze      | 7.02        | Erling Hansen             | 1954        | Hvidovre IF          | 18.-20. aug.  | 1978        | Østerbro               |
| Bronze      | 6.99        | Torben Kristiansen        | 1955        | Hvidovre AK          | 17.-19. aug.  | 1979        | Skovdalen, Aalborg     |
| Sølv        | 6.98        | Torben Kristiansen        | 1955        | Hvidovre AK          | 8.-10. aug.   | 1980        | Glostrup               |
| Sølv        | 7,57        | Andreas Trajkovski        | 1993        | Hvidovre AM          | 14-16.aug     | 2020        | Østerbro               |
| Sølv        | 7,83        | Andreas Trajkovski        | 1993        | Hvidovre AM          | 25-27.juni    | 2021        | Odense                 |
| Guld        | 7,31        | Andreas Trajkovski        | 1993        | AK Rabotnicki        | 9.juli        | 2022        | Skopje (MKD-NC)        |
| Guld        | 7,56        | Andreas Trajkovski        | 1993        | Hvidovre AM          | 24-26.juni    | 2023        | Aalborg                |
| Guld        | 7,63        | Andreas Trajkovski        | 1993        | AK Robotnicki        | 9.juli        | 2023        | Skopje (MKD-NC)        |
| <b>Guld</b> | <b>7,63</b> | <b>Andreas Trajkovski</b> | <b>1993</b> | <b>AK Robotnicki</b> | <b>18.maj</b> | <b>2024</b> | <b>Skopje (MKD-NC)</b> |

### Trespring (6 medaljer – 0 guld, 1 sølv, 5 bronze)

|        |        |                    |      |             |              |      |          |
|--------|--------|--------------------|------|-------------|--------------|------|----------|
| Bronze | 14,09  | Mogens Finn Jensen | 1941 | Hvidovre    | 6.-7. aug.   | 1966 | Odense   |
| Bronze | 14,12  | Mads Brink Hansen  | 1980 | Hvidovre AM | 22.-23. juli | 2006 | Odense   |
| Sølv   | 14,17w | Mads Brink Hansen  | 1980 | Hvidovre    | 30. aug      | 2009 | Odense   |
| Bronze | 14,05  | Mads Brink Hansen  | 1980 | Hvidovre AM | 7. aug       | 2010 | Odense   |
| Bronze | 14,33  | Jannick Bagge      | 1994 | Hvidovre AM | 25. aug.     | 2012 | Østerbro |

## Udendørs DM-medaljer for Hvidovre-atleter gennem tiderne

|        |       |               |      |             |         |      |        |
|--------|-------|---------------|------|-------------|---------|------|--------|
| Bronze | 14,48 | Jannick Bagge | 1994 | Hvidovre AM | 2. aug. | 2014 | Odense |
|--------|-------|---------------|------|-------------|---------|------|--------|

### Kuglestød (5 medaljer – 2 guld, 0 sølv, 3 bronze)

|             |              |                      |             |                    |                |             |                |
|-------------|--------------|----------------------|-------------|--------------------|----------------|-------------|----------------|
| Bronze      | 16,01        | Thomas Hoffmann      | 1982        | Hvidovre AM        | 2. aug.        | 2008        | Østerbro       |
| Bronze      | 16,14        | Thomas Hoffmann      | 1982        | Hvidovre AM        | 25. aug.       | 2012        | Østerbro       |
| Bronze      | 15,64        | Matthias Hagen       | 1997        | Hvidovre AM        | 25.juni        | 2022        | Aalborg        |
| Guld        | 17,21        | Kenneth Mertz        | 1989        | Hvidovre AM        | 25.juni        | 2023        | Aalborg        |
| <b>Guld</b> | <b>16,71</b> | <b>Kenneth Mertz</b> | <b>1989</b> | <b>Hvidovre AM</b> | <b>22.juni</b> | <b>2024</b> | <b>Herning</b> |

### Diskoskast (3 medaljer – 0 guld, 1 sølv, 2 bronze)

|        |       |                   |      |             |          |      |                    |
|--------|-------|-------------------|------|-------------|----------|------|--------------------|
| Bronze | 48,01 | Andreas Jørgensen | 1991 | Hvidovre AM | 27. juli | 2013 | Skovdalen, Aalborg |
| Sølv   | 49,55 | Andreas Jørgensen | 1991 | Hvidovre AM | 2. aug.  | 2014 | Odense             |
| Bronze | 50,88 | Andreas Jørgensen | 1991 | Hvidovre AM | 8. aug   | 2015 | Århus              |

### Hammerkast (4 medaljer – 2 guld, 1 sølv, 1 bronze)

|        |       |                         |      |             |            |      |          |
|--------|-------|-------------------------|------|-------------|------------|------|----------|
| Bronze | 57,51 | Jonas Striegler Laursen | 1984 | Hvidovre AM | 2. aug.    | 2008 | Østerbro |
| Sølv   | 61,64 | Stefan Lehnert          | 1999 | Hvidovre AM | 25-27.juni | 2021 | Odense   |
| Guld   | 66,46 | Stefan Lehnert          | 1999 | Hvidovre AM | 25.juni    | 2022 | Aalborg  |
| Guld   | 63,67 | Stefan Lehnert          | 1999 | Hvidovre AM | 24-26.juni | 2023 | Aalborg  |

### Vægtkast (7 medaljer – 1 guld, 3 sølv, 3 bronze)

|        |       |                         |      |             |          |      |                    |
|--------|-------|-------------------------|------|-------------|----------|------|--------------------|
| Sølv   | 16,33 | Jonas Striegler Laursen | 1984 | Hvidovre AM | 7. aug   | 2010 | Odense             |
| Bronze | 14,27 | Matthias Hagen          | 1997 | Hvidovre AM | 8. aug   | 2015 | Århus              |
| Bronze | 16,21 | Matthias Hagen          | 1997 | Hvidovre AM | 2. sept. | 2017 | Skovdalen, Aalborg |
| Sølv   | 17,15 | Stefan Lehnert          | 1999 | Hvidovre AM | 30.aug   | 2020 | Bagsværd           |
| Sølv   | 18,02 | Stefan Lehnert          | 1999 | Hvidovre AM | 21.aug   | 2021 | Bagsværd           |
| Bronze | 14,92 | Tobias Riber Jakobsen   | 2001 | Hvidovre AM | 17.sep   | 2022 | Aabenraa           |
| Guld   | 17,99 | Stefan Lehnert          | 1999 | Hvidovre AM | 17.sep   | 2023 | Esbjerg            |

### Spydkast (6 medaljer – 0 guld, 4 sølv, 2 bronze)

|        |       |                  |      |             |              |      |               |
|--------|-------|------------------|------|-------------|--------------|------|---------------|
| Bronze | 60,58 | Erling Søderberg | 1941 | Hvidovre IF | 13.-14. aug. | 1960 | Østerbro      |
| Bronze | 67,47 | Erling Søderberg | 1941 | Hvidovre IF | 11.-12. aug. | 1962 | Frederiksberg |
| Sølv   | 64,97 | Erling Søderberg | 1941 | Hvidovre IF | 14.-16. aug. | 1964 | Lyngby        |
| Sølv   | 68,45 | Erling Søderberg | 1941 | Hvidovre IF | 6.-7. aug.   | 1966 | Odense        |
| Sølv   | 72,32 | Erling Søderberg | 1941 | Hvidovre IF | 12.-13. aug. | 1967 | Århus         |
| Sølv   | 65,25 | Matthias Hagen   | 1997 | Hvidovre AM | 14-16.aug    | 2020 | Østerbro      |

### 5-kamp (5 medaljer – 1 guld, 3 sølv, 1 bronze)

|        |        |                    |      |             |         |      |          |
|--------|--------|--------------------|------|-------------|---------|------|----------|
| Sølv   | 3.430p | Flemming Johansen  | 1946 | Hvidovre IF | 24. maj | 1969 | Roskilde |
| Sølv   | 3.630p | Torben Kristiansen | 1955 | Hvidovre AK | 22. jul | 1979 | Østerbro |
| Bronze | 3.413p | Erling Hansen      | 1954 | Hvidovre IF | 22.jul  | 1979 | Østerbro |
| Sølv   | 3.408p | Torben Kristiansen | 1955 | Hvidovre AK | 19. jul | 1980 | Århus    |
| Guld   | 3.476p | Torben Kristiansen | 1955 | Hvidovre AK | 25. jul | 1981 | Tårnby   |

**10-kamp (15 medaljer – 5 guld, 5 sølv, 5 bronze)**

|        |        |                     |      |             |         |      |                   |
|--------|--------|---------------------|------|-------------|---------|------|-------------------|
| Sølv   | 6.653p | Flemming Johansen   | 1946 | Hvidovre    | 15. sep | 1968 | Skovdalen, Ålborg |
| Sølv   | 7.069p | Flemming Johansen   | 1946 | Hvidovre    | 5. okt  | 1969 | Østerbro          |
| Bronze | 5.996p | Knud Edinger        | 1948 | Hvidovre    | 20. sep | 1970 | Odense            |
| Sølv   | 7.033p | Erling Hansen       | 1954 | Hvidovre IF | 8. jul  | 1973 | Lyngby            |
| Guld   | 7.150p | Erling Hansen       | 1954 | Hvidovre IF | 4. aug  | 1974 | Lyngby            |
| Guld   | 7.364p | Erling Hansen       | 1954 | Hvidovre IF | 1. jun  | 1975 | Århus             |
| Sølv   | 7.310p | Erling Hansen       | 1954 | Hvidovre IF | 7. jun  | 1976 | Århus             |
| Guld   | 7.237p | Erling Hansen       | 1954 | Hvidovre IF | 12. jun | 1977 | Østerbro          |
| Guld   | 7.338p | Erling Hansen       | 1954 | Hvidovre IF | 30. jul | 1978 | Østerbro          |
| Sølv   | 7.205p | Torben Kristiansen  | 1955 | Hvidovre AK | 2. sep  | 1979 | Åbybro            |
| Bronze | 7.047p | Torben Kristiansen  | 1955 | Hvidovre AK | 7. sep  | 1980 | Østerbro          |
| Guld   | 7.078p | Torben Kristiansen  | 1955 | Hvidovre AK | 30. aug | 1981 | Ålborg            |
| Bronze | 7.055p | Torben Kristiansen  | 1955 | Hvidovre IF | 29. aug | 1982 | Hvidovre          |
| Bronze | 6.438p | Christian Nickelsen | 1974 | Hvidovre AM | 1. aug  | 1999 | Roskilde          |
| Bronze | 6.006p | Jannick Bagge       | 1994 | Hvidovre AM | 16. aug | 2015 | Maribo            |

**Kaste 5-kamp (8 medaljer – 2 guld, 2 sølv, 4 bronze)**

|        |        |                       |      |             |        |      |          |
|--------|--------|-----------------------|------|-------------|--------|------|----------|
| Bronze | 3.642p | Michael Bruun Jepsen  | 1965 | Hvidovre AM | ??     | 2002 | ??       |
| Bronze | 3.538p | Michael Bruun Jepsen  | 1965 | Hvidovre AM | ??     | 2004 | ??       |
| Sølv   | 3.239p | Mads Østergaard       | 1964 | Hvidovre AM | 17.sep | 2006 | Glostrup |
| Guld   | 3.822p | Matthias Hagen        | 1997 | Hvidovre AM | 17.sep | 2017 | Odense   |
| Bronze | 3.387p | Stefan Lehnert        | 1999 | Hvidovre AM | 22.sep | 2019 | Ballerup |
| Sølv   | 3.513p | Stefan Lehnert        | 1999 | Hvidovre AM | 20.aug | 2020 | Bagsværd |
| Guld   | 3.812p | Stefan Lehnert        | 1999 | Hvidovre AM | 21.aug | 2021 | Bagsværd |
| Bronze | 3.094p | Tobias Riber Jakobsen | 2001 | Hvidovre AM | 17.sep | 2022 | Aabenraa |
| Guld   | 3.658p | Stefan Lehnert        | 1999 | Hvidovre AM | 17.sep | 2023 | Esbjerg  |

**DM Hold Sprint/Hæk (2 medaljer – 1 guld, 1 sølv, 0 bronze)**

|      |      |                    |      |             |            |      |          |
|------|------|--------------------|------|-------------|------------|------|----------|
| Guld | 177p | Mikkel Roald-Arbøl | 1992 | Hvidovre AM | 12-13.juni | 2011 | Odense   |
|      |      | Marc Lorentzen     | 1980 |             |            |      |          |
|      |      | René Nybo          | 1961 |             |            |      |          |
|      |      | Kasper Olsen       | 1990 |             |            |      |          |
|      |      | Dandan Peng-Li     | 1992 |             |            |      |          |
|      |      | Anders Schönherr   | 1991 |             |            |      |          |
|      |      | Azad Taheri        | 1989 |             |            |      |          |
|      |      | Jesper H. Winkel   | 1992 |             |            |      |          |
|      |      | Marc Lorentzen     | 1980 |             | 9-10.juni  | 2012 | Hvidovre |
|      |      | Kasper Olsen       | 1990 |             |            |      |          |
| Sølv | 239p | Arnór Jónsson      | 1987 |             |            |      |          |
|      |      | Alex Clausen       | 1992 |             |            |      |          |
|      |      | Dandan Peng-Li     | 1992 |             |            |      |          |
|      |      | Anders Schönherr   | 1991 |             |            |      |          |

**DM Hold Kast (3 medaljer – 0 guld, 3 sølv, 0 bronze)**

|      |      |                      |      |             |            |      |        |
|------|------|----------------------|------|-------------|------------|------|--------|
| Sølv | 110p | Mads B. Hansen       | 1980 | Hvidovre AM | 12-13.juni | 2011 | Odense |
|      |      | Thomas Hoffmann      | 1982 |             |            |      |        |
|      |      | Michael Bruun Jepsen | 1965 |             |            |      |        |
|      |      | Casper Nielsen       | 1972 |             |            |      |        |

## Udendørs DM-medaljer for Hvidovre-atleter gennem tiderne

|      |     |                      |      |             |           |      |          |
|------|-----|----------------------|------|-------------|-----------|------|----------|
| Sølv | 65p | René Nybo            | 1978 | Hvidovre AM | 9-10.juni | 2012 | Hvidovre |
|      |     | Thomas Hoffmann      | 1982 |             |           |      |          |
|      |     | Michael Bruun Jepsen | 1965 |             |           |      |          |
|      |     | Casper Nielsen       | 1978 |             |           |      |          |
|      |     | René Nybo            | 1961 |             |           |      |          |
| Sølv | 30p | Jannick Bagge        | 1994 | Hvidovre AM | 1.juni    | 2013 | Randers  |
|      |     | Jørgen Lykke Madsen  | 1972 |             |           |      |          |
|      |     | Thomas Hoffmann      | 1982 |             |           |      |          |
|      |     | Michael Bruun Jepsen | 1965 |             |           |      |          |
|      |     | Casper Nielsen       | 1978 |             |           |      |          |
|      |     | René Nybo            | 1961 |             |           |      |          |

### Danmarksturneringen (4 medaljer – 0 guld, 1 sølv, 3 bronze)

|        |      |                         |      |             |         |      |        |
|--------|------|-------------------------|------|-------------|---------|------|--------|
| Bronze | 12p  | ??                      | ??   | Hvidovre IF | ??      | 1979 | ??     |
| Bronze | 12p  | ??                      | ??   | Hvidovre IF | ??      | 1980 | ??     |
| Sølv   | 80½p | Kasper Olsen            | 1991 | Hvidovre AM | 11.sept | 2010 | ??     |
|        |      | Steven Kwasi-Korang     | 1989 |             |         |      |        |
|        |      | Alex Clausen            | 1992 |             |         |      |        |
|        |      | Rúni Seloy              | 1994 |             |         |      |        |
|        |      | Simon Mathiasen         | 1996 |             |         |      |        |
|        |      | Thim Nørregård Andersen | 1969 |             |         |      |        |
|        |      | Stephan Alex Nielsen    | 1983 |             |         |      |        |
|        |      | Samuel Lutabi           | 1979 |             |         |      |        |
|        |      | Marc Lorentzen          | 1981 |             |         |      |        |
|        |      | Daniel Duvander         | 1983 |             |         |      |        |
|        |      | Mikkel Roald-Arbøl      | 1992 |             |         |      |        |
|        |      | Mark Ahlehuus           | 1987 |             |         |      |        |
|        |      | Mads B. Hansen          | 1980 |             |         |      |        |
|        |      | Kenneth Thorsen         | 1981 |             |         |      |        |
|        |      | Jakob Juul Rasmussen    | 1972 |             |         |      |        |
|        |      | Thomas Hoffmann         | 1982 |             |         |      |        |
|        |      | Jonas Laursen           | 1984 |             |         |      |        |
|        |      | Casper Nielsen          | 1979 |             |         |      |        |
|        |      | Michael Bruun Jepsen    | 1965 |             |         |      |        |
|        |      | Henrik Rossel           | 1985 |             |         |      |        |
|        |      | René Nybo               | 1961 |             |         |      |        |
|        |      | Jørgen Lykke Madsen     | 1972 |             |         |      |        |
| Bronze | 78p  | Abdi Hakin Ulad         | 1991 | Hvidovre AM | 7.sept  | 2019 | Odense |
|        |      | Alexander Guidje        | 1994 |             |         |      |        |
|        |      | Andreas B. Antoft       | 2002 |             |         |      |        |
|        |      | Andreas Trajkovski      | 1993 |             |         |      |        |
|        |      | Bjørn Malskær           | 1965 |             |         |      |        |
|        |      | Daniel Rømer Mathiesen  | 1999 |             |         |      |        |
|        |      | Iasonas Koniaris        | 1997 |             |         |      |        |
|        |      | Jacob Chua Ziska        | 1997 |             |         |      |        |
|        |      | Jeppe Sloth Stauning    | 1984 |             |         |      |        |
|        |      | Jonas D. Linnemann      | 2000 |             |         |      |        |
|        |      | Jørgen Lykke Madsen     | 1972 |             |         |      |        |
|        |      | Kasper Olsen            | 1991 |             |         |      |        |
|        |      | Kenneth Thorsen         | 1981 |             |         |      |        |
|        |      | Martin Kristensen       | 1992 |             |         |      |        |
|        |      | Mathias Sikora'         | 2000 |             |         |      |        |
|        |      | Matthias Hagen          | 1997 |             |         |      |        |
|        |      | Mikael Chua Ziska       | 1999 |             |         |      |        |
|        |      | Mikkel Klejnstrup       | 1987 |             |         |      |        |
|        |      | Mikkel Lindemand        | 2002 |             |         |      |        |



|                        |      |
|------------------------|------|
| Nick Ekelund-Arenander | 1989 |
| Nikolaj Dons           | 2002 |
| Sebastian Hansen       | 2001 |
| Stefan Lehnert         | 1999 |
| Tobias Riber Jakobsen  | 2001 |