

# UDENDØRS RANGLISTE

## KVINDER 2024

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 **15 klubrekorder i 2024** (0 piger, 7 senior, 8 masters)

**1 Dansk Masters Rekorder**

### 40 meter

#### Ungdom 6-7 år (8,53-8,02):

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

|                                         |      |       |
|-----------------------------------------|------|-------|
| Saphira Bogs-Weisleder (16) 25/8 Hvid   | +3,7 | 8,48  |
| Naja Holm-Hansen (16) 25/8 Hvidovre     | +3,7 | 8,95  |
| Sofia Ivanova Jensen (18) 25/8 Hvidovre | +3,7 | 9,24  |
| Victoria Bogs-Weisleder (18) 29/9 Greve | +2,5 | 9,30  |
| Astrid Raae Johannsen (19) 25/8 Hvidov  | +3,7 | 10,24 |

### 60 meter

#### Ungdom 10-11 år (9,46-9,11):

|                                         |      |       |
|-----------------------------------------|------|-------|
| Katharina Vilja Gade (13) 16/6 Hvidovre | -0,6 | 10,34 |
| Saphira Bogs-Weisleder (16) 28/9 Greve  | +0,1 | 11,24 |

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

|                                         |      |       |
|-----------------------------------------|------|-------|
| Emilia H. Hannibal (14) 25/8 Hvidovre   | +3,5 | 9,91  |
| Katharina Vilja Gade (13) 25/8 Hvidovre | +3,5 | 10,04 |
| Ella Holm-Hansen 814) 25/8 Hvidovre     | +3,5 | 10,86 |
| Betty Østergaard (14) 25/8 Hvidovre     | +3,5 | 11,56 |
| Sofia Munk Larsen (13) 25/8 Hvidovre    | +3,5 | 11,73 |

### 80 meter

#### Ungdom 10-11 år (12,6-12,23):

#### Ungdom 12-13 år (11,34-10,7):

### 100 meter

|    |       |                     |        |      |
|----|-------|---------------------|--------|------|
| DR | 11,32 | Ida Karstoft (95)   | Sparta | 2022 |
| ØR | 11,32 | Ida Karstoft (95)   | Sparta | 2022 |
| KR | 12,02 | Zarah Buchwald (95) |        | 2015 |

#### Udvikling i snit Top-5:

|       |       |       |       |       |       |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1997: | 13,17 | 2007: | 13,89 | 2017: | 12,75 |
| 1998: | 13,13 | 2008: | 13,85 | 2018: | 12,83 |
| 1999: | 13,10 | 2009: | 13,90 | 2019: | 12,91 |
| 2000: | 13,06 | 2010: | 13,95 | 2020: | 13,78 |
| 2001: | 13,26 | 2011: | 13,32 | 2021: | 13,90 |
| 2002: | 13,07 | 2012: | 12,85 | 2022: | 13,09 |
| 2003: | 13,56 | 2013: | 12,74 | 2023: | 13,45 |
| 2004: | 13,89 | 2014: | 12,72 | 2024: | 13,41 |
| 2005: | 14,02 | 2015: | 12,95 |       |       |
| 2006: | 13,75 | 2016: | 13,19 |       |       |

#### Ungdom 14-15 år (12,4-12,0):

|                                    |      |       |
|------------------------------------|------|-------|
| Astrid Østergaard (09) 21/9 Lyngby | +0,0 | 13,79 |
| Clara Jørgensen (09) 15/6 Hvidovre | -0,7 | 15,16 |
| Viola Avnskjold (09) 15/6 Hvidovre | -0,7 | 16,91 |

#### Ungdom 16-17 år (12,57-12,1):

|                                     |      |       |
|-------------------------------------|------|-------|
| Aimee R Vilhelmsen (07) 7/9 Randers | +1,3 | 14,54 |
|-------------------------------------|------|-------|

#### Ungsenior 20-22 år (12,02-12,32-11,9):

|                                |      |       |
|--------------------------------|------|-------|
| Emma Surlykke (03) 27/4 Tårnby | -1,0 | 18,04 |
|--------------------------------|------|-------|

#### Senior:

|                                      |      |       |
|--------------------------------------|------|-------|
| Zarah Buchwald (95) 14/8 Østerbro    | -1,8 | 12,49 |
| Misja B. Jepsen (01) 6/6 Skara SWE   | +2,0 | 12,55 |
| Mette B. Jepsen (70) 14/9 Greve      | +1,7 | 13,36 |
| Astrid Østergaard (09) 15/6 Hvidovre | +0,1 | 14,11 |
| Aimee R Vilhelmsen (07) 7/9 Randers  | +1,3 | 14,54 |
| Clara Jørgensen (09) 15/6 Hvidovre   | -0,7 | 15,16 |
| Viola Avnskjold (09) 15/6 Hvidovre   | -0,7 | 16,91 |
| Emma Surlykke (03) 27/4 Tårnby       | -1,0 | 18,04 |

#### Masters K50 (50-54år) (13,75):

|                                 |      |       |
|---------------------------------|------|-------|
| Mette B. Jepsen (70) 14/9 Greve | +1,7 | 13,36 |
|---------------------------------|------|-------|

**Klubrekord Masters K50**

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

|                                      |      |       |
|--------------------------------------|------|-------|
| Astrid Østergaard (09) 25/8 Hvidovre | +2,7 | 14,06 |
| Silje B. Ahleson (12) 25/8 Hvidovre  | +2,7 | 14,57 |

| 150 meter |       |                      |     |      |
|-----------|-------|----------------------|-----|------|
| DR        | 17,55 | Mathilde Kramer (93) | FIF | 2018 |
| ØR        | 18,11 | Mathilde Kramer (93) | FIF | 2018 |
| KR        | 18,49 | Zarah Buchwald (95)  |     | 2018 |

Ingen har lavet øvelsen i denne sæson !!!

| 200 meter               |       |                      |        |       |           |
|-------------------------|-------|----------------------|--------|-------|-----------|
| DR                      | 22,67 | Ida Karstoft (95)    | Sparta | 2022  |           |
| ØR                      | 22,67 | Ida Karstoft (58)    | Sparta | 2022  |           |
| KR                      | 24,5  | Berit Danielsen (57) |        | 1981  |           |
| Udvikling i snit Top-5: |       |                      |        |       |           |
| 1997:                   | 28,47 | 2007:                | 28,77  | 2017: | 26,72     |
| 1998:                   | 27,02 | 2008:                | ---    | 2018: | 26,81     |
| 1999:                   | 27,61 | 2009:                | ---    | 2019: | 26,64     |
| 2000:                   | ---   | 2010:                | ---    | 2020: | 28,71     |
| 2001:                   | ---   | 2011:                | 29,03  | 2021: | 28,54 (4) |
| 2002:                   | 28,40 | 2012:                | 26,60  | 2022: | 27,24 (4) |
| 2003:                   | 28,02 | 2013:                | 26,07  | 2023: | 27,14     |
| 2004:                   | --    | 2014:                | 25,96  | 2024: | 27,71     |
| 2005:                   | ---   | 2015:                | ---    |       |           |
| 2006:                   | 28,71 | 2016:                | 29,72  |       |           |

#### Ungdom 12-13 år (28,7-27,4):

Lea Gatzwiller (11) 7/7 Göteborg +0,9 31,11

#### Ungdom 16-17 år (25,66-24,9):

Beatrice Kristensen (07) 8/9 Randers -0,6 27,68

Aimee R Vilhelmsen (07) 8/9 Randers -0,6 31,25

#### Senior:

Zarah Buchwald (95) 12/8 Bellinzona IT +0,4 24,81

Misja B. Jepsen (01) 6/6 Skara SWE -0,3 25,35

Beatrice Kristensen (07) 8/9 Randers -0,6 27,68

Katrine Saaby Nielsen (98) 14/8 Øbro -1,6 29,46

Aimee R Vilhelmsen (07) 8/9 Randers -0,6 31,25

| 300 meter |       |                             |      |
|-----------|-------|-----------------------------|------|
| DR        | 38,55 | Anne Sofie Kierkegaard (98) | 2016 |
| ØR        | 38,55 | Sparta                      | 2016 |
| KR        | 40,24 | Zarah Buchwald (95)         | 2023 |

#### Ungdom 10-11 år (55,59-53,5):

Katharina Vilja Gade (13) 15/6 Hvidovre 56,23

#### Ungdom 12-13 år (51,5-49,3):

Lea Gatzwiller (11) 15/6 Hvidovre 49,74

#### Senior:

Zarah Buchwald (95) 27/7 Leuven BEL 38,92

#### Klubrekord Kvinder

Misja B. Jepsen (01) 28/4 Tårnby 39,94

Katrine Saaby Nielsen (98) 28/4 Tårnby 46,02

KR Misja B. Jepsen (01) 39,94s (28/4 Tårnby)  
Zarah Buchwald (95) 38,92a (27/7 Leuven)

| 400 meter |       |                          |        |      |
|-----------|-------|--------------------------|--------|------|
| DR        | 52,84 | Rikke Rønholt (76)       | Sparta | 2006 |
| ØR        | 52,84 | Rikke Rønholt (76)       | Sparta | 2006 |
| KR        | 53,6  | Annelise Dam Olesen (42) |        | 1969 |

#### Udvikling i snit Top-5:

|       |       |       |       |       |           |
|-------|-------|-------|-------|-------|-----------|
| 1997: | 68,60 | 2007: | ---   | 2017: | 65,09     |
| 1998: | 67,43 | 2008: | ---   | 2018: | 62,90     |
| 1999: | ---   | 2009: | 67,81 | 2019: | 64,37     |
| 2000: | ---   | 2010: | 65,42 | 2020: | ---       |
| 2001: | ---   | 2011: | ---   | 2021: | 64,92 (2) |
| 2002: | 64,31 | 2012: | 65,05 | 2022: | 58,63 (2) |
| 2003: | ---   | 2013: | 59,37 | 2023: | 61,75     |
| 2004: | --    | 2014: | 61,13 | 2024: | 62,00     |
| 2005: | ---   | 2015: | 68,15 |       |           |
| 2006: | 71,99 | 2016: | ---   |       |           |

#### Ungdom 12-13 år (65,1-66,0):

Lea Brader Gatzwiller (11) 26/6 Ballerup 75,97

#### Ungdom 16-17 år (58,99-56,88):

Beatrice Kristensen (07) 7/9 Randers 64,19

#### Senior:

Zarah Buchwald (95) 22/6 Sestriere (ITA) 54,05A

Misja B. Jepsen (01) 14/7 Helsingborg 57,36

Beatrice Kristensen (07) 7/9 Randers 64,19

Katrine Saaby Nielsen (98) 4/8 Greve 65,48

Mette B. Jepsen (70) 14/9 Greve 68,91

#### Masters K50 (50-54 år)(67,11):

Mette B. Jepsen (70) 14/9 Greve 68,91

| 600 meter |  |
|-----------|--|
|-----------|--|

Ingen har lavet øvelsen i denne sæson !!!

| 800 meter |         |                          |        |      |
|-----------|---------|--------------------------|--------|------|
| DR        | 2.00,97 | Karen Gydesen (67)       | 1900   | 1994 |
| ØR        | 2.01,11 | Heidi Jensen (66)        | Sparta | 1999 |
| KR        | 2.01,77 | Annelise Dam Olesen (42) |        | 1972 |

#### Udvikling i snit Top-5:

|       |         |       |         |       |          |
|-------|---------|-------|---------|-------|----------|
| 1997: | 2.48,63 | 2007: | 2.27,44 | 2017: | ---      |
| 1998: | 2.38,06 | 2008: | 2.27,61 | 2018: | 2.36,59  |
| 1999: | 2.49,53 | 2009: | ---     | 2019: | ---      |
| 2000: | ---     | 2010: | 2.26,27 | 2020: | ---      |
| 2001: | ---     | 2011: | ---     | 2021: | 2.40 (2) |
| 2002: | 2.47,06 | 2012: | ---     | 2022: | 2.56 (2) |
| 2003: | 2.45,14 | 2013: | 2.25,34 | 2023: | 2.54,95  |
| 2004: | --      | 2014: | 2.28,26 | 2024: | ---      |
| 2005: | ---     | 2015: | ---     |       |          |
| 2006: | 2.38,65 | 2016: | ---     |       |          |

#### Ungdom 14-15 år (2.15,4-2.17,6):

Katrine Kähler Holst (09) 21/9 Lyngby 2.58,36

#### Senior:

Katrine Kähler Holst (09) 21/9 Lyngby 2.58,36

### 1.000 meter

|    |         |                       |      |      |
|----|---------|-----------------------|------|------|
| DR | 2,38,62 | Heidi Jensen (66)     | Køge | 1999 |
| ØR | 2,38,62 | Heidi Jensen (66)     | Køge | 1999 |
| KR | 2,53,19 | Lisbeth Pedersen (75) |      | 2010 |

#### Ungdom 10-11 år (3.41,6-3.45,3):

Marie Bergheim Ahleson (14) 25/8 Hvid 4.11,11

#### Ungdom 12-13 år (3.24,0-3.17,8):

Ines Badalassi (11) 21/9 Lyngby 4.11,87

### 1.500 meter

|    |         |                       |           |      |
|----|---------|-----------------------|-----------|------|
| DR | 4,07,18 | Heidi Jensen (66)     | IF Sparta | 2002 |
| ØR | 4,07,18 | Heidi Jensen (66)     | IF Sparta | 2002 |
| KR | 4,19,81 | Lisbeth Pedersen (75) |           | 2009 |

#### Udvikling i snit Top-5:

|       |         |       |          |       |          |
|-------|---------|-------|----------|-------|----------|
| 1997: | 5.57,85 | 2007: | ---      | 2017: | 5.53,67  |
| 1998: | ---     | 2008: | 4.56,77  | 2018: | 5.34,22  |
| 1999: | 6.16,70 | 2009: | ---      | 2019: | 6.20,17  |
| 2000: | ---     | 2010: | 4.59,30  | 2020: | ---      |
| 2001: | ---     | 2011: | ---      | 2021: | ---      |
| 2002: | ---     | 2012: | 5.48,90  | 2022: | ---      |
| 2003: | ---     | 2013: | ---      | 2023: | 6.22 (2) |
| 2004: | --      | 2014: | 5.15,46  | 2024: | 6.45 (2) |
| 2005: | ---     | 2015: | 6.42 (4) |       |          |
| 2006: | ---     | 2016: | ---      |       |          |

#### Senior:

Louise Østergaard (94) 14/9 Ballerup 6.02,52

Mette B. Jepsen (70) 14/5 Ballerup 7.26,59

#### Masters K30 (30-34år) (4.19,81):

Louise Østergaard (94) 14/9 Ballerup 6.02,52

#### Masters K50 (50-54år) (5.57,87):

Mette B. Jepsen (70) 14/5 Ballerup 7.26,59

### 1 mile (1.609,34m)

|    |        |                        |     |      |
|----|--------|------------------------|-----|------|
| DR | 4,30,2 | Loa Olofsson (58)      | KIF | 1978 |
| ØR | 4,30,2 | Loa Olofsson (58)      | KIF | 1978 |
| KR | 5,20,2 | Kirsten Bjørklund (44) |     | 1974 |
|    | 5,20,2 | Aino Jensen (67)       |     | 1982 |

Ingen har lavet øvelsen i denne sæson !!!

### 2.000 meter

|    |        |                     |      |      |
|----|--------|---------------------|------|------|
| DR | 5,43,7 | Gitte Karlshøj (59) | Køge | 1991 |
| ØR | 5,43,7 | Gitte Karlshøj (59) | Køge | 1991 |
| KR | 6,46,5 | Aino Jensen (67)    |      | 1981 |

Ingen har lavet øvelsen i denne sæson !!!

### 3.000 meter

|    |         |                       |     |      |
|----|---------|-----------------------|-----|------|
| DR | 8,42,3  | Loa Olofsson 858)     | KIF | 1978 |
| ØR | 8,42,3  | Loa Olofsson (589)    | KIF | 1978 |
| KR | 9,34,01 | Lisbeth Pedersen (75) |     | 2010 |

Ingen har lavet øvelsen i denne sæson !!!

### 5.000 meter

|    |          |                         |     |      |
|----|----------|-------------------------|-----|------|
| DR | 15,07,70 | Anna Emilie Møller (97) | BLL | 1978 |
| ØR | 15,07,70 | Anna Emilie Møller (97) | BLL | 1978 |
| KR | 17,11,35 | Lisbeth Pedersen (75)   |     | 2009 |

#### Udvikling i snit Top-5:

|       |     |       |           |       |           |
|-------|-----|-------|-----------|-------|-----------|
| 1997: | --- | 2007: | ---       | 2017: | 21.14 (3) |
| 1998: | --- | 2008: | 18.56,31  | 2018: | 20.56,54  |
| 1999: | --- | 2009: | 18.41,20  | 2019: | 24.45,87  |
| 2000: | --- | 2010: | ---       | 2020: | ---       |
| 2001: | --- | 2011: | ---       | 2021: | 22.13 (2) |
| 2002: | --- | 2012: | ---       | 2022: | ---       |
| 2003: | --- | 2013: | ---       | 2023: | ---       |
| 2004: | --  | 2014: | ---       | 2024: | ---       |
| 2005: | --- | 2015: | 19.24 (3) |       |           |
| 2006: | --- | 2016: | ---       |       |           |

#### Senior:

Vibeke Hansen (58) 14/9 Ballerup 24.15.78

#### Masters K65 (65-69år) (23.47,45):

Vibeke Hansen (58) 14/9 Ballerup 24.15.78

### 10.000 meter

|    |         |                   |     |      |
|----|---------|-------------------|-----|------|
| DR | 31,45,4 | Loa Olofsson (58) | KIF | 1978 |
| ØR | 31,45,4 | Loa Olofsson (58) | KIF | 1978 |
| KR | 40,46,0 | Aino Jensen (67)  |     | 1981 |

Ingen har lavet øvelsen i denne sæson !!!

### 1 mile landevej

|    |      |                     |  |      |
|----|------|---------------------|--|------|
| KR | 6,39 | Tanja Ravnholt (87) |  | 2018 |
|----|------|---------------------|--|------|

Ingen har lavet øvelsen i denne sæson !!!

### 2 km landevej

Ingen har lavet øvelsen i denne sæson !!!

| 5km landevej            |       |                             |       |       |       |
|-------------------------|-------|-----------------------------|-------|-------|-------|
| DR                      | 15.36 | Anna Emilie Møller (97) BLL | 2019  |       |       |
| ØR                      | 15.36 | Anna Emilie Møller (97) BLL | 2019  |       |       |
| KR                      | 18.10 | Lisbeth Pedersen (75)       | 2009  |       |       |
| Udvikling i snit Top-5: |       |                             |       |       |       |
| 1997:                   | ---   | 2007:                       | 19.32 | 2017: | 24.38 |
| 1998:                   | ---   | 2008:                       | 20.43 | 2018: | 23.58 |
| 1999:                   | ---   | 2009:                       | 18.33 | 2019: | 24.26 |
| 2000:                   | ---   | 2010:                       | 19.37 | 2020: | ---   |
| 2001:                   | ---   | 2011:                       | ---   | 2021: | ---   |
| 2002:                   | ---   | 2012:                       | 24.40 | 2022: | ---   |
| 2003:                   | ---   | 2013:                       | ---   | 2023: | ---   |
| 2004:                   | --    | 2014:                       | 24.23 | 2024: | ---   |
| 2005:                   | ---   | 2015:                       | ---   |       |       |
| 2006:                   | 21.04 | 2016:                       | ---   |       |       |

**Senior:**

Beate Dons (71) 20/5 København 33.06

**Masters K50 (50-54 år) (22.04):**

Beate Dons (71) 20/5 København 33.06

| 10 km landevej          |       |                           |       |       |           |
|-------------------------|-------|---------------------------|-------|-------|-----------|
| DR                      | 32.06 | Dorthe Rasmussen (60) GIC |       | 1983  |           |
| ØR                      | 32.06 | Dorthe Rasmussen (60) GIC |       | 1983  |           |
| KR                      | 36.28 | Anne Sophie Eriksen (77)  |       | 2010  |           |
| Udvikling i snit Top-5: |       |                           |       |       |           |
| 1997:                   | ---   | 2007:                     | 40.52 | 2017: | 50.52     |
| 1998:                   | ---   | 2008:                     | 40.15 | 2018: | 51.52     |
| 1999:                   | ---   | 2009:                     | 38.35 | 2019: | 46.27     |
| 2000:                   | ---   | 2010:                     | 38.58 | 2020: | ---       |
| 2001:                   | ---   | 2011:                     | ---   | 2021: | ---       |
| 2002:                   | ---   | 2012:                     | 49.33 | 2022: | 55.46 (4) |
| 2003:                   | ---   | 2013:                     | 44.39 | 2023: | ---       |
| 2004:                   | --    | 2014:                     | 49.14 | 2024: | ---       |
| 2005:                   | ---   | 2015:                     | ---   |       |           |
| 2006:                   | 50.05 | 2016:                     | ---   |       |           |

**Senior:**

Beate Dons (71) 20/5 København 67.02

**Masters K50 (50-54 år) (44.35):**

Beate Dons (71) 20/5 København 67.02

| 15 km landevej |       |                           |      |  |
|----------------|-------|---------------------------|------|--|
| DR             | 49.08 | Dorthe Rasmussen (60) GIC | 1991 |  |
| ØR             | 49.08 | Dorthe Rasmussen (60) GIC | 1991 |  |
| KR             | 65.34 | Dorthe Olsson (67)        | 1986 |  |

Ingen har lavet øvelsen i denne sæson !!!

| 20 km landevej |         |                           |      |  |
|----------------|---------|---------------------------|------|--|
| DR             | 1.07.06 | Dorthe Rasmussen (60) GIC | 1982 |  |
| ØR             | 1.07.06 | Dorthe Rasmussen (60) GIC | 1982 |  |
| KR             | 1.16.50 | Signe Gadegaard (82)      | 2009 |  |

Ingen har lavet øvelsen i denne sæson !!!

| Halvmaraton |         |                           |      |  |
|-------------|---------|---------------------------|------|--|
| DR          | 1.09.48 | Dorthe Rasmussen (60) GIC | 1991 |  |
| ØR          | 1.09.48 | Dorthe Rasmussen (60) GIC | 1991 |  |
| KR          | 1.20.57 | Signe Gadegaard (82)      | 2009 |  |

**Senior:**

Ulrikke Evensen (94) 14/5 Kolding 1.21.34

| 30 km landevej |         |                        |      |  |
|----------------|---------|------------------------|------|--|
| DR             |         |                        |      |  |
| ØR             |         |                        |      |  |
| KR             | 2.14.12 | Cecilie Mikkelsen (94) | 2017 |  |

Ingen har lavet øvelsen i denne sæson !!!

| Maraton |         |                        |      |  |
|---------|---------|------------------------|------|--|
| DR      | 2.29.34 | Dorthe Rasmussen GIC   | 1989 |  |
| ØR      | 2.29.34 | Dorthe Rasmussen GIC   | 1989 |  |
| KR      | 3.09.40 | Cecilie Mikkelsen (94) | 2017 |  |

Ingen har lavet øvelsen i denne sæson !!!

| 60-100 meter hæk        |            |                              |     |       |           |
|-------------------------|------------|------------------------------|-----|-------|-----------|
| DR                      | 12,84      | Mette Graversgaard (95) 1900 |     |       | 2022      |
| ØR                      | 13,2/13,45 | Dorthe Rasmussen (58) FIF    |     |       | 1981      |
| KR                      | 13,8       | Annelise Dam Olesen (42)     |     |       | 1970      |
| Udvikling i snit Top-5: |            |                              |     |       |           |
| 1997:                   | ---        | 2007:                        | --- | 2017: | 17,32 (4) |
| 1998:                   | ---        | 2008:                        | --- | 2018: | 19,99 (1) |
| 1999:                   | ---        | 2009:                        | --- | 2019: | ---       |
| 2000:                   | 19,35      | 2010:                        | --- | 2020: | ---       |
| 2001:                   | ---        | 2011:                        | --- | 2021: | ---       |
| 2002:                   | 18,25      | 2012:                        | --- | 2022: | ---       |
| 2003:                   | ---        | 2013:                        | --- | 2023: | ---       |
| 2004:                   | --         | 2014:                        | --- |       |           |
| 2005:                   | ---        | 2015:                        | --- |       |           |
| 2006:                   | ---        | 2016:                        | --- |       |           |

**Master K45 (45-49 år) (80m) (12,8):**

Marie Louise Levy (79) 15/6 Hvidovre +0,3 13,98

### 200 meter hæk

|    |      |                           |      |
|----|------|---------------------------|------|
| DR | 27,3 | Dorthe Rasmussen (58) FIF | 1981 |
| ØR | 27,3 | Dorthe Rasmussen (58) FIF | 1981 |
| KR | 29,5 | Anette Kromann (49)       | 1970 |

Ingen har lavet øvelsen i denne sæson !!!

### 400 meter hæk

|    |       |                          |      |
|----|-------|--------------------------|------|
| DR | 53,55 | Sara Petersen (87) 1900  | 2016 |
| ØR | 55,56 | Stina Troest (94) Amager | 2015 |
| KR | 61,0  | Berit Danielsen (57)     | 1980 |

Ingen har lavet øvelsen i denne sæson !!!

### 3.000 meter forhindring

|    |          |                             |      |
|----|----------|-----------------------------|------|
| DR | 9.13,46  | Anne Emilie Møller (97) BLL | 2019 |
| ØR | 9.13,46  | Anne Emilie Møller (97) BLL | 2019 |
| KR | 11.23,39 | Signe Gadegaard (82)        | 2008 |

Ingen har lavet øvelsen i denne sæson !!!

### 4x60 meter stafet

Ingen har lavet øvelsen i denne sæson !!!

### 4x80 meter stafet

Ingen har lavet øvelsen i denne sæson !!!

### 4x100 meter stafet

|    |       |                          |      |
|----|-------|--------------------------|------|
| DR | 46,43 | Frederiksberg IF         | 2020 |
| ØR | 46,43 | Frederiksberg IF         | 2020 |
| KR | 47,8  | Marianne Søderberg (45)  | 1971 |
|    |       | Tone Kyhn (45)           |      |
|    |       | Annelise Dam Olesen (42) |      |
|    |       | Gitte M. Jensen (51)     |      |
|    |       | Gitte M. Jensen (51)     | 1972 |
|    |       | Tone Kyhn (54)           |      |
|    |       | Marianne Søderberg (45)  |      |
|    |       | Elinor Bertelsen (44)    |      |

#### Ungsenior 20-22 år (NM-52,71-48,55):

Emma R Langball (02) 7/9 Randers 55,77  
Astrid Østergaard (09)  
Aimee R. Vilhelmsen (07)  
Beatrice Kristensen (07)

#### Senior:

Emma R Langball (02) 7/9 Randers 55,77  
Astrid Østergaard (09)  
Aimee R. Vilhelmsen (07)  
Beatrice Kristensen (07)

### 4x200 meter stafet

|    |         |                |      |
|----|---------|----------------|------|
| DR | 1.39,35 | Århus 1900 A/M | 1992 |
| ØR | 1.39,8  | Trongården IF  | 1983 |
| KR | 1.41,0  |                | 1970 |

Ingen har lavet øvelsen i denne sæson !!!

### 1.000 meter stafet

|    |        |                          |      |
|----|--------|--------------------------|------|
| DR | 2.09,6 | Hvidovre AM              | 1972 |
| ØR | 2.09,6 | Hvidovre AM              | 1972 |
| KR | 2.09,6 | Marianne Søderberg (45)  | 1972 |
|    |        | Tone Kyhn (54)           |      |
|    |        | Gitte M. Jensen (51)     |      |
|    |        | Annelise Dam Olesen (42) |      |

#### Masters K30 (30-34 år) (2.25,0):

Susan S-Ebbesen (83) 14/9 Ballerup 2.43,03  
Mette B. Jepsen (70)  
Signe Boelsmand (91)  
Louise Østergaard (94)

#### Senior:

Susan S-Ebbesen (83) 14/9 Ballerup 2.43,03  
Mette B. Jepsen (70)  
Signe Boelsmand (91)  
Louise Østergaard (94)

### 4x400 meter stafet

|    |         |                          |      |
|----|---------|--------------------------|------|
| DR | 3.38,65 | IF Sparta                | 2001 |
| ØR | 3.38,65 | IF Sparta                | 2001 |
| KR | 3.44,2  | Tone Kyhn (54)           | 1972 |
|    |         | Annette Christensen (49) |      |
|    |         | Gitte M. Jensen (51)     |      |
|    |         | Annelise Dam Olesen (42) |      |

Ingen har lavet øvelsen i denne sæson !!!

### 4x800 meter stafet

|    |         |                      |      |
|----|---------|----------------------|------|
| DR | 8.51,54 | Århus 1900 AM        | 1990 |
| ØR | 8.56,16 | Trongården IF        | 1989 |
| KR | 9.46,2  | Helle Mathiasen (72) | 1986 |
|    |         | Tine Jørgensen (68)  |      |
|    |         | Tina Adamczesky (69) |      |
|    |         | Tone Kyhn (54)       |      |

Ingen har lavet øvelsen i denne sæson !!!

### 4x1.500 meter stafet

|    |         |                    |      |
|----|---------|--------------------|------|
| DR | 19.47,0 | IF Gullfoss        | 1981 |
| ØR | 19.47,0 | IF Gullfoss        | 1981 |
| KR | 20.38,8 | Tina Brasch (67)   | 1981 |
|    |         | Dorthe Olsson (67) |      |
|    |         | Susanne Kaa (67)   |      |
|    |         | Aino Jensen (67)   |      |

Ingen har lavet øvelsen i denne sæson !!!

### Højdespring

|    |      |                       |      |      |
|----|------|-----------------------|------|------|
| DR | 1,94 | Pia Zinck (71)        | 1900 | 1997 |
| ØR | 1,86 | Dorthe Wolfsberg (58) | FIF  | 1981 |
| KR | 1,75 | Karina Johansen (83)  |      | 1999 |

#### Udvikling i snit Top-5:

|              |             |       |          |       |          |
|--------------|-------------|-------|----------|-------|----------|
| 1997:        | 1,38        | 2007: | 1,41     | 2017: | 1,48     |
| <b>1998:</b> | <b>1,52</b> | 2008: | 1,33     | 2018: | 1,45     |
| 1999:        | 1,50        | 2009: | 1,26     | 2019: | ---      |
| 2000:        | ---         | 2010: | 1,32     | 2020: | ---      |
| 2001:        | 1,38        | 2011: | ---      | 2021: | 1,22 (3) |
| 2002:        | 1,45        | 2012: | 1,04     | 2022: | 1,30 (3) |
| 2003:        | 1,33        | 2013: | 1,39     | 2023: | 1,20 (2) |
| 2004:        | 1,32        | 2014: | 1,32     | 2024: | 1,18 (2) |
| 2005:        | ---         | 2015: | 1,34 (3) |       |          |
| 2006:        | 1,35        | 2016: | 1,41 (4) |       |          |

#### Ungdom 12-13 år (1,55-1,61):

Silje Bergheim Ahleson (12) 21/9 Lyngby 1,20

#### Ungdom 14-15 år (1,63-1,65):

Clara C. Jørgensen (09) 21/9 Lyngby 1,28

#### Senior:

Clara C. Jørgensen (09) 21/9 Lyngby 1,28

Susan Stenberg Ebbesen (83) 1/9 Esbjerg 1,14

#### Masters K40 (40-44 år) (1,35):

Susan Stenberg Ebbesen (83) 1/9 Esbjerg 1,14

### Stangspring

|    |      |                             |      |
|----|------|-----------------------------|------|
| DR | 4,51 | Caroline B. Holm (90)Sparta | 2022 |
| ØR | 4,51 | Caroline B. Holm (90)Sparta | 2022 |
| KR | 3,55 | Alberte Riber Jakobsen (01) | 2023 |

#### Ungsenior 20-22 år (3,10-3,40-3,55):

Emma Rokkjer Langball (02) 7/9 Randers 2,60

#### Senior:

Emma Rokkjer Langball (02) 7/9 Randers 2,60

Signe Boelsmand (91) 14/9 Ballerup 2,20

#### Masters K30 (30-34 år) (2,50):

Signe Boelsmand (91) 14/9 Ballerup 2,20

### Længdespring

|    |      |                        |        |      |
|----|------|------------------------|--------|------|
| DR | 6,96 | Renata P. Nielsen (66) | 1900   | 1994 |
| ØR | 6,72 | Lene Demsitz (59)      | Sparta | 1985 |
| KR | 5,93 | Lisbeth Larsen (57)    |        | 1981 |

#### Udvikling i snit Top-5:

|       |      |       |      |              |             |
|-------|------|-------|------|--------------|-------------|
| 1997: | 4,86 | 2007: | 4,97 | 2017:        | 4,94        |
| 1998: | 5,07 | 2008: | 4,66 | 2018:        | 4,94        |
| 1999: | 5,12 | 2009: | 4,60 | 2019:        | 5,12        |
| 2000: | 5,19 | 2010: | 4,76 | 2020:        | 4,40        |
| 2001: | 5,03 | 2011: | 5,07 | 2021:        | 4,43        |
| 2002: | 4,87 | 2012: | 4,90 | 2022:        | 4,25 (3)    |
| 2003: | 4,81 | 2013: | 4,71 | 2023:        | 4,70        |
| 2004: | 4,87 | 2014: | 4,81 | <b>2024:</b> | <b>5,28</b> |
| 2005: | ---  | 2015: | 4,52 |              |             |
| 2006: | 4,76 | 2016: | 4,40 |              |             |

#### Ungdom 6-7 år (2,15-3,73):

Victoria Bogs-Weisleder (16) 29/9 Greve -2,0 1,85

Astrid Raae Johannsen (19) 25/8 Hvid +1,4 1,53

#### Piger 8-9 år (3,03-3,67):

Saphira Bogs-Weisleder (16) 29/9 Greve +1,2 2,51

Naja Holm Hansen (16) 25/8 Hvidovre +1,8 2,13

Sofia Ivanonva Jensen (18) 25/8 Hvidovr +1,7 1,39

#### Piger 10-11 år (3,75-4,37):

Katharina Vilja Gade (13) 25/8 Hvidovre +0,6 3,42

Marie Bergheim Ahleson (12) 16/6 Hvid +0,3 3,32

Emilia H. Hannibal (14) 25/8 Hvidovre -0,2 3,20

Betty Østergaard (14) 25/8 Hvidovre +0,4 2,76

Sofia Munk Larsen (13) 25/8 Hvidovre -0,4 2,50

#### Piger 12-13 år (4,90-5,23):

Silje Bergheim Ahleson (12) 21/9 Lyngb +1,2 4,86

Lea Brader Gatzwiller (11) 20/5 Lyngby +,18 4,40

#### Piger 14-15 år (5,56-5,61):

Karoline Gatzwiller (09) 4/8 Greve +1,7 5,30

Astrid Østergaard (09) 7/9 Randers +0,3 4,63

Clara Jørgensen (09) 25/8 Hvidovre +2,0 3,67

Merle Hvid Miiller (10) 25/8 Hvidovre +4,2 3,61

Luna Corina Jønsson (09) 15/6 Hvidovre +0,0 3,12

Viola Avnskjold (09) 15/6 Hvidovre +0,1 3,09

Katrine Kähler Holst (09) 25/8 Hvidovre +1,8 3,07

#### Piger 20-22 år (5,67-5,48-5,81):

Bjørk Nørremark (02) 6/9 Paris (FRA) .0,2 5,76

Emma Surlykke (03) 7/9 Randers -0,2 3,58

#### Senior:

Louise Østergaard (94) 20/5 Lyngby +0,3 5,80

Bjørk Nørremark (02) 6/9 Paris (FRA) -0,2 5,76

Karoline Gatzwiller (09) 4/8 Greve +1,7 5,30

Signe Boelsmand (91) 14/8 Østerbro +0,0 4,81

Louise Laage-Petersen (97) 28/4 Tårnby +1,3 4,74

Emilie Aaen (01) 24/3 Jesolo (ITA) +1,7 4,73

Astrid Østergaard (09) 7/9 Randers +0,3 4,63

Emma Surlykke (03) 7/9 Randers -0,2 3,58

Luna Corina Jønsson (09) 15/6 Hvidovre +0,0 3,12



|                                    |      |      |
|------------------------------------|------|------|
| Viola Avnskjold (09) 15/6 Hvidovre | +0,1 | 3,09 |
| Clara Jørgensen (09) 15/6 Hvidovre | +0,3 | 2,30 |

#### **Masters K30 (30-34år) (5,37):**

|                                    |      |      |
|------------------------------------|------|------|
| Louise Østergaard (94) 20/5 Lyngby | +0,3 | 5,80 |
| Signe Boelsmand (91) 14/8 Østerbro | +0,0 | 4,81 |

**Klubrekord Masters K30**

#### **For meget medvind (>2,00 m/s):**

|                                         |      |      |
|-----------------------------------------|------|------|
| Silje Bergheim Ahleson (12) 25/8 Hvido  | +2,1 | 4,62 |
| Emma Surlykke (03) 28/4 Tårnby          | +2,5 | 3,77 |
| Clara Jørgensen (09) 25/8 Hvidovre      | +2,2 | 3,75 |
| Katharina Vilja Gade (13) 16/6 Hvidovre | +2,4 | 3,12 |
| Akira Betrian (15) 21/9 Lyngby          | NWI  | 3,50 |
| Victoria Bogs-Weisleder (16) 25/8 Hvid  | +2,3 | 1,78 |
| Astrid Raae Johannsen (19) 25/8 Hvid    | +3,3 | 1,54 |

### **Trespring**

|    |       |                    |      |      |
|----|-------|--------------------|------|------|
| DR | 13,99 | Janne Nielsen (93) | 1900 | 2020 |
| ØR | 12,81 | Jessie Ipsen (83)  | KIF  | 2012 |
| KR | 12,61 | May Zertzut (94)   |      | 2019 |

#### **Piger 12-13 år (9,28-10,01):**

|                                         |      |      |
|-----------------------------------------|------|------|
| Lea Brader Gatzwiller (11) 6/7 Göteborg | +0,0 | 8,69 |
|-----------------------------------------|------|------|

#### **Piger 14-15 år (10,88-11,91):**

|                                       |      |       |
|---------------------------------------|------|-------|
| Karoline Gatzwiller (09) 7/7 Göteborg | +1,2 | 10,96 |
|---------------------------------------|------|-------|

#### **Senior:**

|                                       |      |       |
|---------------------------------------|------|-------|
| Karoline Gatzwiller (09) 7/7 Göteborg | +1,2 | 10,96 |
|---------------------------------------|------|-------|

#### **For meget medvind (>2,00 m/s):**

|                                       |      |       |
|---------------------------------------|------|-------|
| Karoline Gatzwiller (09) 7/7 Göteborg | +2,4 | 11,02 |
|---------------------------------------|------|-------|

### **Kuglestød**

|    |       |                           |      |
|----|-------|---------------------------|------|
| DR | 16,97 | Thea Jensen (99) Hvidovre | 2022 |
| ØR | 16,97 | Thea Jensen (99) Hvidovre | 2022 |
| KR | 16,97 | Thea Jensen (99)          | 2022 |

#### **Udvikling i snit Top-5:**

|       |       |       |       |              |              |
|-------|-------|-------|-------|--------------|--------------|
| 1997: | 8,88  | 2007: | 10,04 | 2017:        | 11,69        |
| 1998: | 8,80  | 2008: | 10,27 | 2018:        | 12,76 (4)    |
| 1999: | 9,44  | 2009: | 8,93  | 2019:        | 12,46        |
| 2000: | ---   | 2010: | 9,73  | 2020:        | 12,26        |
| 2001: | 9,80  | 2011: | 11,13 | 2021:        | 11,35        |
| 2002: | 10,47 | 2012: | 11,33 | 2022:        | 13,08        |
| 2003: | 10,53 | 2013: | 10,99 | <b>2023:</b> | <b>13,77</b> |
| 2004: | --    | 2014: | 11,59 | 2024:        | 12,29        |
| 2005: | 11,02 | 2015: | 11,03 |              |              |
| 2006: | 10,06 | 2016: | ---   |              |              |

#### **Ungdom 10-11 år (2kg) (7,10-8,65):**

|                                           |      |
|-------------------------------------------|------|
| Katharina Vilja Gade (13) 16/6 Hvidovre   | 6,13 |
| Marie Bergheim Ahleson (14) 16/6 Hvidovre | 5,23 |
| Betty Østergaard (14) 25/8 Hvidovre       | 5,12 |
| Emilia H. Hannibal (14) 25/8 Hvidovre     | 4,55 |
| Ella Holm Hansen (14) 25/8 Hvidovre       | 4,31 |

#### **Ungdom 12-13 år (2kg) (9,87-11,65):**

|                                           |      |
|-------------------------------------------|------|
| Silje Bergheim Ahleson (12) 16/6 Hvidovre | 8,20 |
| Sonja Gry Lund (11) 21/9 Lyngby           | 6,22 |

#### **Ungdom 14-15 år (3kg) (9,72-15,10):**

|                                         |      |
|-----------------------------------------|------|
| Katrine Kähler Holst (09) 14/9 Hvidovre | 7,19 |
| Merle Hvid Miiller (10) 14/9 Hvidovre   | 6,93 |
| Luna Corina Jønsson (10) 14/9 Hvidovre  | 5,70 |
| Johanne Gnudtzmann (10) 28/9 Hvidovre   | 5,65 |

#### **Ungsenior 20-22 år (4kg) (14,44-15,85-16,42):**

|                                  |      |
|----------------------------------|------|
| Anne Lorenzen (02) 21/9 Ballerup | 9,86 |
|----------------------------------|------|

#### **Senior (4kg):**

|                                       |       |
|---------------------------------------|-------|
| Annesofie Hartmann (00) 30/6 Hvidovre | 15,06 |
| Maria Sløk Hansen (83) 20/8 Göteborg  | 14,76 |
| Niahm Fogarty (99) 21/9 Ballerup      | 14,32 |
| Anne Lorenzen (02) 21/9 Ballerup      | 9,86  |
| Emma Surlykke (03) 28/9 Hvidovre      | 7,46  |

|                                           |      |
|-------------------------------------------|------|
| Sofia Håkansson Buch (77) 1/6 Hvidovre    | 7,08 |
| Susan Stenberg Ebbesen (83) 28/9 Hvidovre | 5,49 |

#### **Masters K40 (40-44 år) (4kg) (15,55):**

|                                           |       |
|-------------------------------------------|-------|
| Maria Sløk Hansen (83) 20/8 Göteborg      | 14,76 |
| Susan Stenberg Ebbesen (83) 28/9 Hvidovre | 5,49  |

#### **Masters K45 (45-49 år) (4kg) (9,33):**

|                                         |      |
|-----------------------------------------|------|
| Sofia Håkansson Buch (77) 13/8 Göteborg | 7,11 |
|-----------------------------------------|------|

#### **Masters K50 (50-54 år) (3-4kg) (11,35-11,09):**

|                                     |      |
|-------------------------------------|------|
| Jette Gnudtzmann (71) 28/9 Hvidovre | 5,99 |
|-------------------------------------|------|

#### **Masters K55 (55-59 år) (3-4kg) (11,58-11,06):**

|                                |      |
|--------------------------------|------|
| Vivian Krafft (66) 1/9 Esbjerg | 9,97 |
|--------------------------------|------|

#### **Masters K75 (75-79 år) (2-4kg) (8,72-NM):**

|                                  |      |
|----------------------------------|------|
| Inge Faldager (48) 17/8 Göteborg | 8,67 |
|----------------------------------|------|

### **Kuglestød sammenlagt**

|    |       |                              |      |
|----|-------|------------------------------|------|
| KR | 20,61 | Maria Sløk (83) (12,83+7,78) | 2021 |
|----|-------|------------------------------|------|

|                                            |       |
|--------------------------------------------|-------|
| Annesofie Hartmann (00) 28/9 (14,10+10,11) | 25,21 |
|--------------------------------------------|-------|

**Klubrekord Senior**

|                                      |       |
|--------------------------------------|-------|
| Niahm Fogarty (99) 28/9 (13,96+8,50) | 22,46 |
|--------------------------------------|-------|

**KR Annesofie Hartmann (00) 25,21 (28/9 Hvidovre)**

| Diskoskast              |       |                         |        |       |       |
|-------------------------|-------|-------------------------|--------|-------|-------|
| DR                      | 61,29 | Lisa Brix (96)          | Sparta | 2022  |       |
| ØR                      | 61,29 | Lisa Brix (96)          | Sparta | 2022  |       |
| KR                      | 58,30 | Annesofie Hartmann (00) |        | 2023  |       |
| Udvikling i snit Top-5: |       |                         |        |       |       |
| 1997:                   | 24,44 | 2007:                   | 25,96  | 2017: | 41,01 |
| 1998:                   | 22,82 | 2008:                   | 26,01  | 2018: | 44,10 |
| 1999:                   | 23,56 | 2009:                   | 26,64  | 2019: | 43,80 |
| 2000:                   | 25,06 | 2010:                   | 32,42  | 2020: | 42,18 |
| 2001:                   | ---   | 2011:                   | 37,02  | 2021: | 42,18 |
| 2002:                   | 33,02 | 2012:                   | 33,51  | 2022: | 44,78 |
| 2003:                   | 26,70 | 2013:                   | 29,25  | 2023: | 47,03 |
| 2004:                   | --    | 2014:                   | 29,75  | 2024: | 44,42 |
| 2005:                   | 33,55 | 2015:                   | 33,14  |       |       |
| 2006:                   | 31,09 | 2016:                   | 38,07  |       |       |

#### Piger 14-15 år (0,75kg) (28,40-47,49):

|                           |               |       |
|---------------------------|---------------|-------|
| Katrine Kähler Holst (09) | 14/9 Hvidovre | 16,80 |
| Merle Hvid Miiller (19)   | 14/9 Hvidovre | 14,96 |
| Luna Corina Jønsson (09)  | 25/8 Hvidovre | 13,18 |
| Johanne Gnudtmann (10)    | 28/9 Hvidovre | 12,63 |
| Viola Avnskjold (09)      | 16/6 Hvidovre | 10,29 |

#### Ungsenior 20-22 år (1kg) (53,17-56,69-57,57):

|                    |               |       |
|--------------------|---------------|-------|
| Anne Lorenzen (02) | 14/9 Hvidovre | 28,09 |
| Emma Surlykke (03) | 28/9 Hvidovre | 19,77 |

#### Senior (1kg):

|                             |               |       |
|-----------------------------|---------------|-------|
| Annesofie Hartmann (00)     | 3/9 Østerbro  | 57,33 |
| Niahm Fogarty (99)          | 9/5 Ballerup  | 56,49 |
| Maria Sløk Hansen (83)      | 21/9 Ballerup | 42,17 |
| Vivian Krafft (66)          | 17/8 Göteborg | 38,06 |
| Anne Lorenzen (02)          | 14/9 Hvidovre | 28,09 |
| Emma Surlykke (03)          | 28/9 Hvidovre | 19,77 |
| Jette Gnudtmann (71)        | 28/9 Hvidovre | 15,48 |
| Sofia Håkansson Buch (77)   | 1/6 Hvidovre  | 13,86 |
| Susan Stenberg Ebbesen (83) | 28/9 Hvidovre | 10,86 |

#### Masters K40 (40-44 år) (1kg) (44,70):

|                             |               |       |
|-----------------------------|---------------|-------|
| Maria Sløk Hansen (83)      | 21/9 Ballerup | 42,17 |
| Susan Stenberg Ebbesen (83) | 28/9 Hvidovre | 10,86 |

#### Masters K45 (45-49 år) (1kg) (23,48):

|                           |               |       |
|---------------------------|---------------|-------|
| Sofia Håkansson Buch (77) | 20/8 Göteborg | 15,45 |
|---------------------------|---------------|-------|

#### Masters K50 (50-54 år) (1kg) (41,66):

|                      |               |      |
|----------------------|---------------|------|
| Jette Gnudtmann (71) | 28/9 Hvidovre | 5,99 |
|----------------------|---------------|------|

#### Masters K55 (55-59 år) (1kg) (38,55):

|                    |               |       |
|--------------------|---------------|-------|
| Vivian Krafft (66) | 17/8 Göteborg | 38,06 |
|--------------------|---------------|-------|

#### Masters K75 (75-79 år) (0,75kg) (26,72):

|                    |           |       |
|--------------------|-----------|-------|
| Inge Faldager (48) | 2/6 Greve | 26,38 |
|--------------------|-----------|-------|

| Diskoskast sammenlagt                            |       |                                            |  |       |
|--------------------------------------------------|-------|--------------------------------------------|--|-------|
| KR                                               | 58,20 | Maria Sløk (83) (41,16+17,04)              |  | 2021  |
|                                                  |       | Annesofie Hartmann (00) 28/9 (51,05+33,66) |  | 84,71 |
|                                                  |       | Klubrekord Senior                          |  |       |
|                                                  |       | Niahm Fogarty (99) 28/9 (52,02+22,34)      |  | 74,36 |
| KR Annesofie Hartmann (00) 84,71 (28/9 Hvidovre) |       |                                            |  |       |

| Hammerkast              |       |                         |           |       |           |
|-------------------------|-------|-------------------------|-----------|-------|-----------|
| DR                      | 74,22 | Katrine Koch (99)       | Sparta    | 2022  |           |
| ØR                      | 74,22 | Katrine Koch (99)       | Sparta    | 2022  |           |
| KR                      | 54,45 | Cæcilie HM Thomsen (99) |           | 2023  |           |
| Udvikling i snit Top-5: |       |                         |           |       |           |
| 1997:                   | ---   | 2007:                   | 31,39     | 2017: | 42,48 (4) |
| 1998:                   | ---   | 2008:                   | 25,66     | 2018: | 44,19     |
| 999:                    | ---   | 2009:                   | 27,29     | 2019: | 44,58     |
| 2000:                   | ---   | 2010:                   | 37,29     | 2020: | 45,19 (2) |
| 2001:                   | ---   | 2011:                   | 44,25     | 2021: | 36,37 (4) |
| 2002:                   | ---   | 2012:                   | 46,12     | 2022: | 35,12     |
| 2003:                   | 27,18 | 2013:                   | 44,77     | 2023: | 45,38     |
| 2004:                   | ---   | 2014:                   | 41,74 (3) | 2024: | 40,01     |
| 2005:                   | 28,14 | 2015:                   | 46,23 (3) |       |           |
| 2006:                   | ---   | 2016:                   | 38,51     |       |           |

#### Piger 14-15 år (3kg) (25,59-49,44):

|                           |               |       |
|---------------------------|---------------|-------|
| Merle Hvid Miiller (19)   | 14/9 Hvidovre | 12,57 |
| Katrine Kähler Holst (09) | 14/9 Hvidovre | 12,22 |
| Johanne Gnudtmann (10)    | 28/9 Hvidovre | 11,23 |
| Luna Corina Jønsson (09)  | 14/9 Hvidovre | 9,28  |

#### Piger 16-17 år (3kg) (51,47-54,34):

|                         |            |       |
|-------------------------|------------|-------|
| Savannah Johansson (07) | 14/5 Skive | 53,72 |
|-------------------------|------------|-------|

#### Ungsenior 20-22 år (4kg) (52,09-50,80-53,61):

|                    |               |       |
|--------------------|---------------|-------|
| Anne Lorenzen (02) | 7/9 Randers   | 29,56 |
| Emma Surlykke (03) | 28/9 Hvidovre | 19,40 |

#### Senior (4kg):

|                             |                  |       |
|-----------------------------|------------------|-------|
| Annesofie Hartmann (00)     | 28/9 Hvidovre    | 53,94 |
| Maria Sløk Hansen (83)      | 18/3 Torun (POL) | 48,73 |
| Niamh Fogarty (99)          | 21/9 Ballerup    | 43,98 |
| Anne Lorenzen (02)          | 7/9 Randers      | 29,56 |
| Sofia Håkansson Buch (77)   | 3/8 Karlstad     | 23,85 |
| Emma Surlykke (03)          | 28/9 Hvidovre    | 19,40 |
| Susan Stenberg Ebbesen (83) | 28/9 Hvidovre    | 11,77 |

#### Masters K40 (40-44 år) (4kg) (50,37):

|                             |                  |       |
|-----------------------------|------------------|-------|
| Maria Sløk Hansen (83)      | 18/3 Torun (POL) | 48,73 |
| Susan Stenberg Ebbesen (83) | 28/9 Hvidovre    | 11,77 |

#### Masters K45 (45-49 år) (4kg) (15,15):

|                           |              |       |
|---------------------------|--------------|-------|
| Sofia Håkansson Buch (77) | 3/8 Karlstad | 23,85 |
|---------------------------|--------------|-------|

#### Klubrekord Masters K45

#### Masters K50 (50-54 år) (3-4kg) (48,37-45,25):

|                      |               |       |
|----------------------|---------------|-------|
| Beate Dons (71)      | 28/9 Hvidovre | 17,57 |
| Jette Gnudtmann (71) | 28/9 Hvidovre | 16,63 |

#### Masters K55 (55-59 år) (3-4kg) (48,86-42,75):

|                    |               |       |
|--------------------|---------------|-------|
| Vivian Krafft (66) | 14/9 Ballerup | 30,38 |
|--------------------|---------------|-------|

#### Masters K75 (75-79 år) (2-4kg) (35,64-NM):

|                    |               |       |
|--------------------|---------------|-------|
| Inge Faldager (48) | 19/7 Aabenraa | 35,20 |
|--------------------|---------------|-------|



### Hammerkast sammenlagt

|    |       |                                                         |       |
|----|-------|---------------------------------------------------------|-------|
| KR | 67,83 | Maria Sløk (83) (41,23+26,60)                           | 2021  |
|    |       | Annesofie Hartmann (00) 28/9 (53,94+41,95)              | 95,89 |
|    |       | <b>Klubrekord Senior</b>                                |       |
|    |       | Niahm Fogarty (99) 28/9 (43,49+31,64)                   | 75,13 |
|    |       | <b>KR Annesofie Hartmann (00) 95,89 (28/9 Hvidovre)</b> |       |

### Vægtkast

|                                |       |                               |              |
|--------------------------------|-------|-------------------------------|--------------|
| DR                             | 18,74 | Lise Lotte Jepsen (00) Odense | 2021         |
| ØR                             | 18,38 | Meiken Greve (80) Sparta      | 2013         |
| KR                             | 16,87 | Annesofie Hartmann (00)       | 2023         |
| <b>Udvikling i snit Top-5:</b> |       |                               |              |
| 1997:                          | ---   | 2007:                         | 8,39         |
| 1998:                          | ---   | 2008:                         | 8,55         |
| 1999:                          | ---   | 2009:                         | 9,14         |
| 2000:                          | ---   | 2010:                         | 11,42        |
| 2001:                          | ---   | 2011:                         | 12,83        |
| 2002:                          | ---   | <b>2012:</b>                  | <b>13,90</b> |
| 2003:                          | ---   | 2013:                         | ---          |
| 2004:                          | ---   | 2014:                         | ---          |
| 2005:                          | ---   | 2015:                         | 12,68 (3)    |
| 2006:                          | ---   | 2016:                         | 15,12 (2)    |

#### Ungdom 14-15 år (5,45kg) (8,11-15,88):

Johanne Gnudtmann (10) 28/9 Hvidovre 6,11

#### Ungsenior 20-22 år (9,08kg) (16,67-14,62-16,72):

Anne Lorenzen (02) 14/9 Hvidovre 8,92

Emma Surlykke (03) 28/9 Hvidovre 8,15

#### Senior:

Annesofie Hartmann (00) 21/9 Ballerup 16,41

Niamh Fogarty (99) 21/9 Ballerup 14,35

Maria Sløk Hansen (83) 21/9 Ballerup 14,35

Anne Lorenzen (02) 28/9 Hvidovre 9,42

Emma Surlykke (03) 28/9 Hvidovre 8,15

Sofia Håkansson Buch (77) 1/6 Hvidovre 8,07

Susan Stenberg Ebbesen (83) 28/9 Hvidovre 5,03

#### Masters K40 (40-44 år) (9,08kg) (13,72):

Maria Sløk Hansen (83) 21/9 Ballerup 14,35

**Dansk Masters Rekord K40**

Susan Stenberg Ebbesen (83) 28/9 Hvidovre 5,03

#### Masters K45 (45-49 år) (9,08kg) (4,10):

Sofia Håkansson Buch (77) 1/6 Hvidovre 8,07

**Klubrekord Masters K45**

#### Masters K50 (50-54 år) (7,26kg) (14,55):

Jette Gnudtmann (71) 28/9 Hvidovre 6,32

Beate Dons (71) 28/9 Hvidovre 5,27

#### Masters K55 (55-59 år) (7,26kg) (14,94):

Vivian Krafft (66) 21/9 Ballerup 8,80

#### Masters K75 (75-79 år) (4,00kg) (13,57):

Inge Faldager (48) 1/6 Hvidovre 12,81

### Vægtkast sammenlagt

|    |       |                                                         |       |
|----|-------|---------------------------------------------------------|-------|
| KR | 20,66 | Maria Sløk (83) (12,41+8,25)                            | 2021  |
|    |       | Annesofie Hartmann (00) 28/9 (15,36+12,75)              | 28,11 |
|    |       | <b>Klubrekord Senior</b>                                |       |
|    |       | Niahm Fogarty (99) 28/9 (13,18+11,08)                   | 24,26 |
|    |       | <b>KR Annesofie Hartmann (00) 28,11 (28/9 Hvidovre)</b> |       |

### Boldkast

#### Ungdom 6-7 år (7,44-16,63):

Victoria Bogs-Weisleder (18) 29/9 Greve 7,39

Astrid Raae Johannsen (19) 25/8 Hvidovre 5,34

#### Ungdom 8-9 år (28,19-32,22):

Saphira Bogs-Weisleder (16) 29/9 Greve 11,58

Sofia Ivanova Jensen (18) 25/8 Hvidovre 5,54

#### Ungdom 10-11 år (38,44-41,73):

Ella Holm Hansen (14) 25/8 Hvidovre 26,04

Katharina Vilja Gade (13) 25/8 Hvidovre 22,61

Sofia Munk Larsen (13) 25/8 Hvidovre 12,99

Betty Østergaard (14) 25&8 Hvidovre 12,14

### Spydkast

|                                |       |                                |              |
|--------------------------------|-------|--------------------------------|--------------|
| DR                             | 64,83 | Christina Scherwin (76) Sparta | 2006         |
| ØR                             | 64,83 | Christina Scherwin (76) Sparta | 2006         |
| KR                             | 48,93 | Maria Lykke Jensen (90)        | 2012         |
| <b>Udvikling i snit Top-5:</b> |       |                                |              |
| 1997:                          | 27,20 | 2007:                          | 33,06        |
| 1998:                          | 30,88 | 2008:                          | 28,89        |
| 1999:                          | 33,23 | 2009:                          | 26,66        |
| 2000:                          | ---   | 2010:                          | 28,22        |
| 2001:                          | 26,78 | 2011:                          | 33,97        |
| 2002:                          | 31,71 | <b>2012:</b>                   | <b>36,14</b> |
| 2003:                          | 29,48 | 2013:                          | 35,95        |
| 2004:                          | 29,79 | 2014:                          | 34,36        |
| 2005:                          | 33,82 | 2015:                          | 33,35        |
| 2006:                          | 34,97 | 2016:                          | 33,58        |

#### Ungdom 12-13 år (400 gr) (29,29-29,91):

Silje Bergheim Ahleson (10) 25/8 Hvidovr 23,65

#### Ungdom 14-15 år (500 gr) (33,80-35,91):

Merle Hvid Miller (10) 14/9 Hvidovre 21,06

Katrine Kähler Holst (09) 14/9 Hvidovre 19,15

Luna Corina Jønsson (09) 14/9 Hvidovre 14,96

Johanne Gnudtmann (10) 28/9 Hvidovre 9,15

#### Ungsenior 20-22 år (600 gr) (36,15-48,01-48,93):

Anne G. Lorenzen (02) 9/5 Ballerup 39,28

Emma Surlykke (03) 28/9 Hvidovre 11,81

#### Senior:

Anne G. Lorenzen (02) 9/5 Ballerup 39,28

Mette B. Jepsen (70) 14/5 Ballerup 30,96

Niamh Fogarty (99) 21/9 Ballerup 30,19

Annesofie Hartmann (00) 21/9 Ballerup 29,37

|                                           |       |
|-------------------------------------------|-------|
| Signe Boelsmand (91) 14/9 Ballerup        | 27,98 |
| Maria Sløk Hansen (83) 21/9 Ballerup      | 26,92 |
| Sofia Håkansson Buch (77) 13/8 Göteborg   | 14,67 |
| Susan Stenberg Ebbesen (83) 28/9 Hvidovre | 13,16 |
| Emma Surlykke (03) 28/9 Hvidovre          | 11,81 |

**Masters K30 (30-34 år) (600gr) (32,86):**

|                                    |       |
|------------------------------------|-------|
| Signe Boelsmand (91) 14/9 Ballerup | 27,98 |
|------------------------------------|-------|

**Masters K40 (40-44 år) (600gr) (34,57):**

|                                           |       |
|-------------------------------------------|-------|
| Maria Sløk Hansen (83) 21/9 Ballerup      | 26,92 |
| Susan Stenberg Ebbesen (83) 28/9 Hvidovre | 13,16 |

**Masters K45 (45-49 år) (600gr) (34,16):**

|                                         |       |
|-----------------------------------------|-------|
| Sofia Håkansson Buch (77) 13/8 Göteborg | 14,67 |
|-----------------------------------------|-------|

**Masters K50 (50-54 år) (500gr) (31,77):**

|                                     |       |
|-------------------------------------|-------|
| Mette B. Jepsen (70) 14/5 Ballerup  | 30,96 |
| Jette Gnudtzmann (71) 28/9 Hvidovre | 13,35 |

**Masters K55 (55-59 år) (500gr) (24,53):**

|                                  |       |
|----------------------------------|-------|
| Vivian Krafft (66) 21/9 Ballerup | 25,32 |
|----------------------------------|-------|

**Klubrekord Masters K55**

**Masters K70 (70-74 år) (400gr) (12,96):**

|                                 |       |
|---------------------------------|-------|
| Inge Faldager (48) 6/5 Hvidovre | 11,30 |
|---------------------------------|-------|

**Spydkast sammenlagt**

|    |       |                                           |       |
|----|-------|-------------------------------------------|-------|
| KR | 33,36 | Maria Sløk (83) (23,95+9,41)              | 2021  |
|    |       | Niahm Fogarty (99) 28/9 (29,18+11,26)     | 40,44 |
|    |       | <b>Klubrekord Senior</b>                  |       |
|    |       | Annesofie Hartmann (00) 28/9 (25,82+8,16) | 33,88 |

**KR Niamh Fogarty (99) 28,11 (28/9 Hvidovre)**

**7-kamp**

|    |        |                                               |     |      |
|----|--------|-----------------------------------------------|-----|------|
| DR | 5.722p | Dorte Klein (60)                              | EAF | 1983 |
| ØR | 5.674p | Dorthe Rasmussen (58)                         | 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 denne sæson !!!

**Kaste 5-kamp**

|    |        |                                 |      |
|----|--------|---------------------------------|------|
| DR | 3.778p | Annesofie Hartmann (00) HvAM    | 2023 |
| ØR | 3.778p | Annesofie Hartmann (00) HvAM    | 2023 |
| KR | 3.778p | Annesofie Hartmann (00)         | 2023 |
|    |        | (53,43-14,12-55,22-16,25-30,74) |      |

**Udvikling i snit Top-5:**

|       |            |       |           |              |                 |
|-------|------------|-------|-----------|--------------|-----------------|
| 1997: | ---        | 2007: | 2.039p    | 2017:        | 2.997 (4)       |
| 1998: | ---        | 2008: | 2.001p    | 2018:        | 3.690 (3)       |
| 1999: | ---        | 2009: | 2.299p    | 2019:        | 3.100p gl       |
| 2000: | ---        | 2010: | 2.844 gl  | 2020:        | 3.684 (3)       |
| 2001: | ---        | 2011: | 2.901 ny  | 2021:        | 2.560 (3)       |
| 2002: | ---        | 2012: | 2.934p    | 2022:        | 2.988p          |
| 2003: | ---        | 2013: | ---       | <b>2023:</b> | <b>3.052 ny</b> |
| 2004: | 1.156p (2) | 2014: | ---       | 2024:        | 2.773p          |
| 2005: | ---        | 2015: | ---       |              |                 |
| 2006: | 1.236p (2) | 2016: | 3.535 (2) |              |                 |

**Ungdom 14-15 år (1.460-2.901):**

|                                         |      |
|-----------------------------------------|------|
| Katrine Kähler Holst (09) 14/9 Hvidovre | 943p |
| (12,22-7,13-16,80-19,15)                |      |
| Merle Hvid Miller (10) 14/9 Hvidovre    | 940p |
| (12,57-6,93-14,96-21,06)                |      |
| Luna Corina Jønsson (09) 14/9 Hvidovre  | 642p |
| (9,28-5,70-11,69-14,96)                 |      |
| Johanne Gnudtzmann (10) 28/9 Hvidovre   | 578p |
| (11,23-5,65-12,63-9,15)                 |      |

**Ungsenior 20-22 år (3.509-3.453-3.673):**

|                                  |        |
|----------------------------------|--------|
| Anne Lorenzen (02) 14/9 Hvidovre | 2.251p |
| (28,48-9,61-28,09-8,92-36,03)    |        |
| Emme Surlykke (03) 28/9 Hvidovre | 1.320p |
| (19,40-7,46-19,77-8,15-11,81)    |        |

**Senior:**

|                                           |        |
|-------------------------------------------|--------|
| Annesofie Hartmann (00) 21/9 Ballerup     | 3.730p |
| (52,01-13,98-55,36-16,41-29,37)           |        |
| Niahm Fogarty (99) 21/9 Ballerup          | 3.503p |
| (43,98-14,32-54,40-14,35-30,19)           |        |
| Maria Sløk Hansen (83) 21/9 Ballerup      | 3.222p |
| (44,72-14,23-42,17-14,35-26,92)           |        |
| Anne Lorenzen (02) 14/9 Hvidovre          | 2.251p |
| (28,48-9,61-28,09-8,92-36,03)             |        |
| Emme Surlykke (03) 28/9 Hvidovre          | 1.320p |
| (19,40-7,46-19,77-8,15-11,81)             |        |
| Sofia Håkansson Buch (77) 1/6 Hvidovre    | 1.159p |
| (22,86-7,08-13,86-13,79-8,07)             |        |
| Susan Stenberg Ebbesen (83) 28/9 Hvidovre | 928p   |
| (11,77-5,49-10,86-5,03-13,16)             |        |

**Masters K40 (40-44 år) (3.775/3.311p):**

|                                             |        |
|---------------------------------------------|--------|
| Maria Sløk Hansen (83) 24/8 Göteborg SWE    | 3.437p |
| (44,64-13,16-41,48-24,33-13,23)             |        |
| Maria Sløk Hansen (83) 24/8 Göteborg senior | 3.012p |
| (44,64-13,16-41,48-24,33-13,23)             |        |
| Susan Stenberg Ebbesen (83) 28/9 Hvidovre   | 928p   |
| (11,77-5,49-10,86-13,16-5,03)               |        |

**Masters K45 (45-49 år) (NM):**

|                                        |             |
|----------------------------------------|-------------|
| Sofia Håkansson Buch (77) 1/6 Hvidovre | 1.669p      |
| (22,86-7,08-13,86-13,79-8,07)          | Sen. 1.159p |

**Klubrekord Masters K45**

**Masters K50 (50-54 år) (3.918p):**

Jette Gnudtzmann (71) 83/9 Hvidovre 1.344p  
(16,63-5,99-15,48-13,35-6,32)

**Masters K55 (55-59 år) (3.818p):**

Vivian Krafft (66) 21/9 Ballerup 3.139p  
(28,40-9,93-35,63-25,32-8,80)

**Masters K75 (75-79 år) (3.702p):**

Inge Faldager (48) 1/6 Hvidovre 3.610p  
(32,72-8,55-26,11-12,06-12,8)

**Kaste 5-kamp sammenlagt**

|    |       |                               |      |
|----|-------|-------------------------------|------|
| KR | 4.648 | Maria Sløk (83) (3.135+1.513) | 2021 |
|----|-------|-------------------------------|------|

Annesofie Hartmann (00) 28/9 Hvidovre 5.853p  
(H+V: 3.561+2.292p)  
(H: 53,94-14,10-51,06-15,26-25,82)  
(V: 41,95-10,11-33,66-12,75-8,16)

**Klubrekord Senior**

Niahm Fogarty (99) 28/9 Hvidovre 5.116p  
(H+V: 3.343+1.773p)  
(H: 43,49-13,96-52,02-13,18-29,18)  
(V: 31,64-8,50-22,34-11,08-11,26)

**KR Annesofie Hartmann (00) 5.853p (28/9 Hvidovre)**