

UDENDØRS RANGLISTE

MÆND 2010

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!
 I 2010 er der sat 43 klubrekorder (16 ungdom, 5 senior, 22 veteran),
 2 Danske Rekorder og 1 Dansk Ungdomsrekord



Havde en kanon sæson med 10,77s på 100m, og løb til DT-finalen ud af det blå 49,74s med sygdom i kroppen. Er blevet far, så vi må håbe at vi stadig ser noget til ham næste år

Steven Kwasi-Korang

40 meter

Ungdom 4-5 år (NM-NM):

Mads Nickelsen (06) 3/5 Tårnby +1,0 11,07
Klubrekord Dreng 4år

Ungdom 6-7 år (8,6-8,41):

Rasmus Nickelsen (03) 27/6 Frederik +1,2 7,14
Klubrekord Dreng 7år
 Kasper Kusk (03) 3/5 Tårnby +0,0 10,25

For megen medvind:

Rasmus Nickelsen (03) 3/5 Tårnby +2,1 7,39

60 meter

Ungdom 6-7 år (NM-NM):

Rasmus Nickelsen (03) 29/5 Glostrup +1.7 10,16
Klubrekord Dreng 7år

Ungdom 10-11 år (NM-NM):

Sebastian T. Andersen (00) 27/6 Fred +1.7 10,09

80 meter

Ingen har løbet distancen i 2010 !!!

100 meter

| | | | | |
|----|-------|---------------------------|-------|------|
| DR | 10,29 | Morten Jensen | FIF-H | 2004 |
| SR | 10,29 | Morten Jensen | FIF-H | 2004 |
| KR | 10,71 | Christian Trajkovski (65) | | 2002 |

Ungdom 14-15 år (11,9-11,61):

Simon Mathiasen (96) 4/9 Glostrup +0,3 11,60
Klubrekord Dreng 14år
 Dánjal J. Niclasen (95) 4/9 Glostrup +0,3 12,08

Ungdom 16-17 år (11,27-11,11):

Christian Iversen (93) 25/9 Greve +1,2 11,86
 Rûni Selay (94) 7/8 Torshavn +0,0 12,37

Junior 18-19 år (11,12-10,84):

Kasper Olsen (91) 27/6 Odense +0,9 10,93
 Alex Clausen (92) 25/9 Greve +0,7 11,60
 Mikkel Roald-Arbøl (92) 14/6 Hvidov +1,8 12,27
 Dannie Dandan Peng-Li (92) 14/6 Hvi +1,8 12,74

Ungsenior 20-22 år (10,89-10,8-10,76):

Steven Kwasi-Korang (89) 4/6 Østerbro +1,1 10,77
Klubrekord Dreng 21år
 Azat Taheri (89) 21/7 Hvidovre -0,2 11,37
 Mark Ahlehuus (88) 25/9 Greve +0,7 12,05

Senior:

Steven Kwasi-Korang (89) 4/6 Østerbro +1,1 10,77
 Kasper Olsen (91) 27/6 Odense +0,9 10,93
 Marc Lorentzen (81) 21/8 Roskilde +1,1 11,36
 Azat Taheri (89) 21/7 Hvidovre -0,2 11,37

| | | |
|--------------------------------------|------|-------|
| Simon Mathiasen (96) 4/9 Glostrup | +0,3 | 11,60 |
| Alex Clausen (92) 25/9 Greve | +0,7 | 11,60 |
| Christian Iversen (93) 25/9 Greve | +1,2 | 11,86 |
| Dánjal J. Niclasen (95) 4/9 Glostrup | +0,3 | 12,08 |
| Mark Ahlehuus (88) 25/9 Greve | +0,7 | 12,05 |
| Mikkel Roald-Arbøl (92) 14/6 Hvidov | +1,8 | 12,27 |
| Rúni Seloy (94) 7/8 Torshavn | +0,0 | 12,37 |

| | | |
|-------------------------------------|------|-------|
| Dannie Dandan Peng-Li (92) 14/6 Hvi | +1,8 | 12,74 |
| Carsten Damslund (66) 17/5 Lyngby | +0,6 | 13,43 |
| Claus Elletoft (75) 13/6 Holbæk | +1,1 | 13,3 |

Veteraner M35 (35-39 år) (10,71):

| | | |
|---------------------------------|------|------|
| Claus Elletoft (75) 13/6 Holbæk | +1,1 | 13,3 |
|---------------------------------|------|------|

Veteraner M40 (40-44 år) (10,87):

| | | |
|-----------------------------------|------|-------|
| Carsten Damslund (66) 17/5 Lyngby | +0,6 | 13,43 |
|-----------------------------------|------|-------|

For megen medvind:

| | | |
|---------------------------------------|------|-------|
| Steven Kwasi-Korang (89) 15/5 Esbjerg | +5,0 | 10,68 |
| Marc Lorentzen (81) 28/7 Hvidovre | +2,6 | 11,33 |
| Mark Ahlehuus (88) 1/5 Tårnby | +2,7 | 11,84 |

Udvikling i snit Top-5:

| | | | | | |
|-------|-------|--------------|--------------|-------|-------|
| 1997: | 11,83 | 2002: | 11,19 | 2007: | 11,33 |
| 1998: | 11,74 | 2003: | 11,09 | 2008: | 11,46 |
| 1999: | 11,42 | 2004: | 11,50 | 2009: | 11,35 |
| 2000: | 11,40 | 2005: | 11,16 | 2010: | 11,21 |
| 2001: | 11,47 | 2006: | 11,56 | 2011: | |



Alex Clausen

... er efter en lang sej genoptræning atter retur på løbebanen med glimrende 11,60sek på 100 meter. Med en god vintertræning i bagagen, så trænger Alex sig sikkert på den korte stafet i 2011



Azad Taheri

...har haft en glimrende sæson med PR over hele linjen og bronze ved DM U23. Der er meget mere uforløst potentiale!

200 meter

| | | | | |
|----|-------|---------------------------|-----|------|
| DR | 20,52 | Jens Smedegård | GIC | 1979 |
| SR | 20,52 | Jens Smedegård | GIC | 1979 |
| KR | 21,71 | Christian Trajkovski (65) | | 2002 |

Ungdom 6-7 år (NM-NM):

| | | |
|-------------------------------------|-------|------|
| Rasmus Nickelsen (03) 29/6 Glostrup | -0,89 | 39,0 |
|-------------------------------------|-------|------|

Klubrekord Dreng 7år

Ungdom 10-11 år (32,5-27,7):

| | | |
|-------------------------------------|------|-------|
| Sebastian T. Andersen (00) 6/6 Lyng | +1,5 | 35,79 |
|-------------------------------------|------|-------|

Ungdom 14-15 år (27,69-24,99):

| | | |
|-----------------------------------|------|-------|
| Simon Mathiasen (96) 5/9 Glostrup | +1,4 | 23,43 |
|-----------------------------------|------|-------|

Dansk Ungdomsrekord/Klubrekord Dreng 14år

| | | |
|--------------------------------------|------|-------|
| Lukas A. Christiansen (95) 6/6 Lyngb | -1,7 | 27,32 |
|--------------------------------------|------|-------|

Ungdom 18-19 år (22,24-22,14):

| | | |
|------------------------------------|------|-------|
| Kasper Olsen (91) 28/7 Hvidovre | +0,4 | 22,16 |
| Alex Clausen (92) 11/9 Hvidovre | +1,1 | 24,44 |
| Mikkel Roald-Arbøl (92) 23/6 Hvido | +0,5 | 25,69 |
| Dannie Dandan Peng-Li (92) 23/6 Hv | +0,5 | 25,93 |

Ungsenior 20-22 år (22,10-22,13-22,07):

| | | |
|------------------------------------|------|-------|
| Steven Kwasi-Korang (89) 28/7 Hvid | +0,4 | 22,25 |
| Azad Taheri (89) 28/7 Hvidovre | +0,4 | 22,93 |

| | | |
|------------------------------------|------|-------|
| Mark Ahlehuus (88) 26/9 Greve | +0,9 | 24,10 |
| Senior: | | |
| Kasper Olsen (91) 8/8 Odense | +0,2 | 22,13 |
| Stevan Kwasi-Korang (89) 28/7 Hvid | +0,4 | 22,25 |
| Marc Lorentzen (81) 28/7 Hvidovre | +0,4 | 22,93 |
| Azad Taheri (89) 28/7 Hvidovre | +0,4 | 22,93 |
| Simon Mathiasen (96) 5/9 Glostrup | +1,4 | 23,43 |

| | | |
|--------------------------------------|------|-------|
| Mark Ahlehuus (88) 26/9 Greve | +0,9 | 24,10 |
| Alex Clausen (92) 11/9 Hvidovre | +1,1 | 24,44 |
| Mikkel Roald-Arbøl (92) 23/6 Hvido | +0,5 | 25,69 |
| Dannie Dandan Peng-Li (92) 23/6 Hv | +0,5 | 25,93 |
| Lukas A. Christiansen (95) 6/6 Lyngb | -1,7 | 27,32 |

| | | |
|---------------------------------|------|------|
| Claus Elletoft (75) 13/6 Holbæk | +0,9 | 28,2 |
|---------------------------------|------|------|

Veteraner M35 (35-39 år) (21,71):

| | | |
|---------------------------------|------|------|
| Claus Elletoft (75) 13/6 Holbæk | +0,9 | 28,2 |
|---------------------------------|------|------|

For megen medvind:

| | | |
|-------------------------------|------|-------|
| Rúni Seloy (94) 9/6 Reykjavik | +2,4 | 24,55 |
|-------------------------------|------|-------|

Udvikling i snit Top-5:

| | | | | | |
|-------|-------|--------------|--------------|-------|-------|
| 1997: | 27,22 | 2002: | 22,62 | 2007: | 23,08 |
| 1998: | 24,00 | 2003: | 22,95 | 2008: | 24,09 |
| 1999: | 23,51 | 2004: | 23,45 | 2009: | 23,61 |
| 2000: | 23,11 | 2005: | 22,74 | 2010: | 22,73 |
| 2001: | --- | 2006: | 23,90 | 2011: | |



Simon Mathiasen
 Flot gennembrud med hurtige
 tider, DMU-titel og DUR på
 200m. Og så er Simon kun
 17 år gammel!
 KG PHOTO

300 meter

| | | | | |
|----|-------|------------------------|--------|------|
| DR | 33,53 | Lars Pedersen | Sparta | 1996 |
| SR | 33,53 | Lars Pedersen | Sparta | 1996 |
| KR | 34,79 | Steffen Jørgensen (80) | | 2004 |

Ungdom 14-15 år (41,04-36,90):

| | |
|-----------------------------------|-------|
| Simon Mathiasen (96) 4/9 Glostrup | 37,58 |
|-----------------------------------|-------|

Klubrekord Dreng 14år

| | |
|--------------------------------------|-------|
| Dánjal J. Niclasen (95) 4/9 Glostrup | 38,03 |
|--------------------------------------|-------|

Ungdom 18-19 år (35,79-35,48):

| | |
|------------------------------------|-------|
| Mikkel Roald-Arbøl (92) 3/5 Tårnby | 40,46 |
|------------------------------------|-------|

| | |
|---------------------------------------|-------|
| Dannie Dandan Peng-Li (92) 3/5 Tårnby | 42,56 |
|---------------------------------------|-------|

Ungsenior 20-22 år (35,30-36,40-36,13):

| | |
|-------------------------------|-------|
| Mark Ahlehuus (88) 3/5 Tårnby | 37,98 |
|-------------------------------|-------|

| | |
|-----------------------------|-------|
| Azad Taheri (89) 3/5 Tårnby | 38,13 |
|-----------------------------|-------|

Senior:

| | |
|-----------------------------------|-------|
| Marc Lorentzen (81) 19/7 Halmstad | 35,87 |
|-----------------------------------|-------|

| | |
|-----------------------------------|-------|
| Simon Mathiasen (96) 4/9 Glostrup | 37,58 |
|-----------------------------------|-------|

| | |
|-------------------------------|-------|
| Mark Ahlehuus (88) 3/5 Tårnby | 37,98 |
|-------------------------------|-------|

| | |
|--------------------------------------|-------|
| Dánjal J. Niclasen (95) 4/9 Glostrup | 38,03 |
|--------------------------------------|-------|

| | |
|-----------------------------|-------|
| Azad Taheri (89) 3/5 Tårnby | 38,13 |
|-----------------------------|-------|

| | |
|------------------------------------|-------|
| Mikkel Roald-Arbøl (92) 3/5 Tårnby | 40,46 |
|------------------------------------|-------|

| | |
|---------------------------------------|-------|
| Dannie Dandan Peng-Li (92) 3/5 Tårnby | 42,56 |
|---------------------------------------|-------|

Udvikling i snit Top-5:

| | | | | | |
|-------|-------|--------------|--------------|-------|-------|
| 1997: | --- | 2002: | 41,60 | 2007: | 38,20 |
| 1998: | 39,58 | 2003: | 40,40 | 2008: | 37,76 |
| 1999: | --- | 2004: | 36,94 | 2009: | --- |
| 2000: | --- | 2005: | 36,01 | 2010: | 37,52 |
| 2001: | --- | 2006: | 39,77 | 2011: | |

400 meter

| | | | | |
|----|-------|---------------------------|-----|------|
| DR | 45,89 | Jens Smedegård | GIC | 1980 |
| SR | 45,89 | Jens Smedegård | GIC | 1980 |
| KR | 47,76 | Jan Flemming Nielsen (63) | | 1984 |

Ungdom 16-17 år (49,89-49,0):

| | |
|-------------------------------|-------|
| Rúni Seloy (94) 15/8 Torshavn | 54,26 |
|-------------------------------|-------|

| | |
|-------------------------------------|-------|
| Christian Iversen (93) 4/9 Glostrup | 55,18 |
|-------------------------------------|-------|

Ungsenior 20-22 år (48,31-47,76-48,41):

| | |
|--|-------|
| Steven Kwasi-Korang (89) 11/9 hvidovre | 49,74 |
|--|-------|

Senior:

| | |
|--|-------|
| Steven Kwasi-Korang (89) 11/9 hvidovre | 49,74 |
|--|-------|

| | |
|-----------------------------------|-------|
| Marc Lorentzen (89) 21/8 Roskilde | 51,43 |
|-----------------------------------|-------|

| | |
|-------------------------------|-------|
| Rúni Seloy (94) 15/8 Torshavn | 54,26 |
|-------------------------------|-------|

| | |
|-------------------------------------|-------|
| Christian Iversen (93) 4/9 Glostrup | 55,18 |
|-------------------------------------|-------|

| | |
|--------------------------------------|-------|
| Torben Kristiansen (55) 8/6 Hvidovre | 63,48 |
|--------------------------------------|-------|

| | |
|----------------------------------|-------|
| Claus Elletoft (75) 8/6 Hvidovre | 65,35 |
|----------------------------------|-------|

Veteraner M35 (35-39 år) (50,78):

| | |
|----------------------------------|-------|
| Claus Elletoft (75) 8/6 Hvidovre | 65,35 |
|----------------------------------|-------|

Veteraner M55 (55-59 år) (NM):

| | |
|--------------------------------------|-------|
| Torben Kristiansen (55) 8/6 Hvidovre | 63,48 |
|--------------------------------------|-------|

Klubrekord Veteran M55

Udvikling i snit Top-5:

| | | | | | |
|-------|-------|--------------|--------------|-------|-------|
| 1997: | 55,85 | 2002: | 52,28 | 2007: | 52,23 |
| 1998: | 52,65 | 2003: | 52,80 | 2008: | 53,24 |
| 1999: | 52,71 | 2004: | 53,64 | 2009: | 60,01 |
| 2000: | 77,07 | 2005: | 50,42 | 2010: | 54,82 |
| 2001: | 53,71 | 2006: | 53,63 | 2011: | |

800 meter

| | | | | |
|----|---------|---------------------------|--------|------|
| DR | 1.41,11 | Wilson Kipketer | Sparta | 1997 |
| SR | 1.41,11 | Wilson Kipketer | Sparta | 1997 |
| KR | 1.48,65 | Jan Flemming Nielsen (63) | | 1984 |

Ungdom 14-15 år (2.04,53-1.56,73):

Theis K. Nielsen (95) 1/5 Tårnby 2.16,07

Ungdom 16-17 år (1.56,8-1.56,4):

Rûni Selay (94) 2/5 Tårnby 1.58,08

Senior:

Rûni Selay (94) 2/5 Tårnby 1.58,08
 Thim N. Andersen (69) 27/6 Odense 2.11,09
 Theis K. Nielsen (95) 1/5 Tårnby 2.16,07
 Kim Rasmussen (68) 8/9 Hvidovre 2.28,1
 Claus Elletoft (75) 29/8 Ålborg 2.52,57

Veteraner M35 (35-39 år) (2.07,88):

Claus Elletoft (75) 29/8 Ålborg 2.52,57

Veteraner M40 (40-44 år) (2.13,08):

Thim N. Andersen (69) 27/6 Odense 2.11,09

Klubrekord Veteraner M40

Kim Rasmussen (68) 8/9 Hvidovre 2.28,1

Udvikling i snit Top-5:

| | | | | | |
|-------|---------|-------|-----|--------------|----------------|
| 1997: | 2.33,94 | 2002: | --- | 2007: | 2.08,32 |
| 1998: | 2.17,34 | 2003: | --- | 2008: | 2.13,07 |
| 1999: | --- | 2004: | --- | 2009: | 2.12,96 |
| 2000: | --- | 2005: | --- | 2010: | 2.21,28 |
| 2001: | --- | 2006: | --- | 2011: | |

1.000 meter

| | | | | |
|----|---------|---------------------------|--------|------|
| DR | 2.16,29 | Wilson Kipketer | Sparta | 2000 |
| SR | 2.16,29 | Wilson Kipketer | Sparta | 2000 |
| KR | 2.25,1 | Jan Flemming Nielsen (63) | | 1984 |

Ungdom 10-11 år (3.27,1-3.28,1):

Sebastian T. Andersen (00) 6/6 Lyngby 4.02,19

Ungdom 12-13 år (3.15,6-NM):

Emil Hur Laursen (98) 6/6 Lyngby 4.10,08

Ungdom 16-17 år (2.39,6-2.35,4):

Rûni Selay (94) 21/5 Moskva (RUS) 2.32,86

Klubrekord drenge 16 år

Christian Iversen (93) 22/8 Roskilde 2.51,68

Senior:

Rûni Selay (94) 21/5 Moskva (RUS) 2.32,86
 Christian Iversen (93) 22/8 Roskilde 2.51,68
 Emil Hur Laursen (98) 6/6 Lyngby 4.10,08



1.500 meter

| | | | | |
|----|---------|-----------------------|--------|------|
| DR | 3.31,17 | Robert K. Andersen | Sparta | 1997 |
| SR | 3.31,17 | Robert K. Andersen | Sparta | 1997 |
| KR | 3.50,96 | Claus Scharnberg (57) | | 1980 |

Ungdom 12-13 år (5.07,2-4.47,3):

Emil Hur Larsen (98) 3/5 Tårnby 6.16,7

Ungdom 14-15 år (4.20,49-4.12,6):

Theis K. Nielsen (95) 5/6 Lyngby 4.42,6

Ungdom 16-17 år (4.08,1-4.02,4):

Rûni Selay (94) 4/9 Glostrup 4.17,10

Senior:

Stephan Alex Jensen (83) 7/9 Skive 3.58,11
 Rûni Selay (94) 4/9 Glostrup 4.17,10
 Samuel Lutabi (79) 27/6 Odense 4.18,82
 Thim N. Andersen (69) 11/9 Hvidovre 4.23,42
 Theis K. Nielsen (95) 5/6 Lyngby 4.42,6
 Bent Eering (62) 15/8 Hvidovre 4.43,41
 Marc Lorentzen (81) 23/9 Østerbro 4.50,8
 Arne Basbøll (58) 8/6 Hvidovre 5.04,41
 Arne Bech (43) 8/6 Hvidovre 5.52,70
 Claus Elletoft (75) 28/8 Ålborg 6.04,76

Veteraner M35 (35-39 år) (4.04,13):

Claus Elletoft (75) 28/8 Ålborg 6.04,76

Veteraner M40 (40-44 år) (4.21,2):

Thim N. Andersen (69) 11/9 Hvidovre 4.23,42

Veteraner M40 (45-49 år) (4.47,2):

Bent Eering (62) 15/8 Hvidovre 4.43,41

Klubrekord Veteran M45

Veteraner M50 (50-54 år) (5.45,7):

Arne Basbøll (58) 8/6 Hvidovre 5.04,41

Klubrekord Veteran M50

Veteraner M65 (65-69 år) (5.33,89):

Arne Bech (43) 8/6 Hvidovre 5.52,70

Udvikling i snit Top-5:

| | | | | | |
|-------|---------|-------|---------|--------------|----------------|
| 1997: | 4.43,04 | 2002: | --- | 2007: | 4.11,94 |
| 1998: | 4.37,36 | 2003: | 4.50,09 | 2008: | 4.13,97 |
| 1999: | 4.37,74 | 2004: | 4.50,88 | 2009: | 4.14,70 |
| 2000: | --- | 2005: | 4.44,45 | 2010: | 4.20,01 |
| 2001: | 4.39,95 | 2006: | 4.34,65 | 2011: | |

1 mile (1.609,34 meter)

| | | | | |
|----|---------|-----------------------|--------|------|
| DR | 3.50,79 | Robert K. Andersen | Sparta | 1997 |
| SR | 3.50,79 | Robert K. Andersen | Sparta | 1997 |
| KR | 4.11,2 | Claus Scharnberg (57) | | 1980 |

Ingen har løbet distancen i 2010 !!!

2.000 meter

| | | | | |
|----|---------|---------------------|--------|------|
| DR | 4.59,56 | Mogens Guldborg | Sparta | 1987 |
| SR | 4.59,56 | Mogens Guldborg | | 1987 |
| KR | 5.19,8 | Steen Sveidahl (42) | | 1966 |

Ingen har løbet distancen i 2010 !!!

3.000 meter

| | | | | |
|----|---------|---------------------|--------|------|
| DR | 7.43,78 | Mogens Guldborg | Sparta | 1989 |
| SR | 7.43,78 | Mogens Guldborg | Sparta | 1989 |
| KR | 8.15,2 | Steen Sveidahl (42) | | 1966 |

Senior:

| | |
|------------------------------------|----------|
| Stephan Alex Jensen (83) 3/8 Malmö | 8.22,46 |
| Kristian Paugan (82) 3/5 Tårnby | 9.34,38 |
| Daniel Wollbrecht (87) 3/5 Tårnby | 9.36,59 |
| Jimmi Jensen (75) 3/5 Tårnby | 9.58,76 |
| Alexander Tetzlaff (83) 3/5 Tårnby | 10.00,63 |
| Claus Nielsen (84) 3/5 Tårnby | 10.05,90 |
| Martin Askholm (81) 3/5 Tårnby | 11.13,57 |

Veteraner M35 (35-39 år) (NM):

Jimmi Jensen (75) 3/5 Tårnby 9.58,76

Klubrekord Veteraner M35

5.000 meter

| | | | | |
|----|----------|---------------------|--------|------|
| DR | 13.25,39 | Dennis Jensen | Sparta | 2000 |
| SR | 13.25,39 | Dennis Jensen | Sparta | 2000 |
| KR | 14.12,2 | Steen Sveidahl (42) | | 1967 |

Senior:

| | |
|-------------------------------------|----------|
| Stephan Alex Jensen (83) 21/8 Århus | 14.46,73 |
| Samuel Lutabi (79) 4/6 Østerbro | 15.10,55 |
| Thim Nørregaard Andersen (69) | 16.26,21 |
| Bent Eering (62) 8/6 Hvidovre | 18.47,99 |
| Marc Lorentzen (81) 23/9 Østerbro | 19.39,6 |

Veteraner M30 (30-34 år) (14.53,86):

Samuel Lutabi (79) 4/6 Østerbro 15.10,55

Veteran M40 (40-44 år) (16.11,20):

Thim Nørregaard Andersen (69) 16.26,21

Veteraner M45 (45-49 år) (18.34,5):

Bent Eering (62) 8/6 Hvidovre 18.47,99

Udvikling i snit Top-5:

| | | | | | |
|-------|----------|-------|----------|--------------|-----------------|
| 1997: | 18.37,98 | 2002: | 16.59,73 | 2007: | 15.46,45 |
| 1998: | --- | 2003: | --- | 2008: | 15.30,82 |
| 1999: | 18.20,37 | 2004: | 16.54,59 | 2009: | 16.46,68 |
| 2000: | --- | 2005: | --- | 2010: | NM |
| 2001: | --- | 2006: | --- | 2011: | |

10.000 meter

| | | | | |
|----|----------|---------------------|-----|------|
| DR | 27.54,76 | Carsten Jørgensen | BLL | 1998 |
| SR | 27.54,76 | Carsten Jørgensen | BLL | 1998 |
| KR | 30.09,2 | Steen Sveidahl (42) | | 1966 |

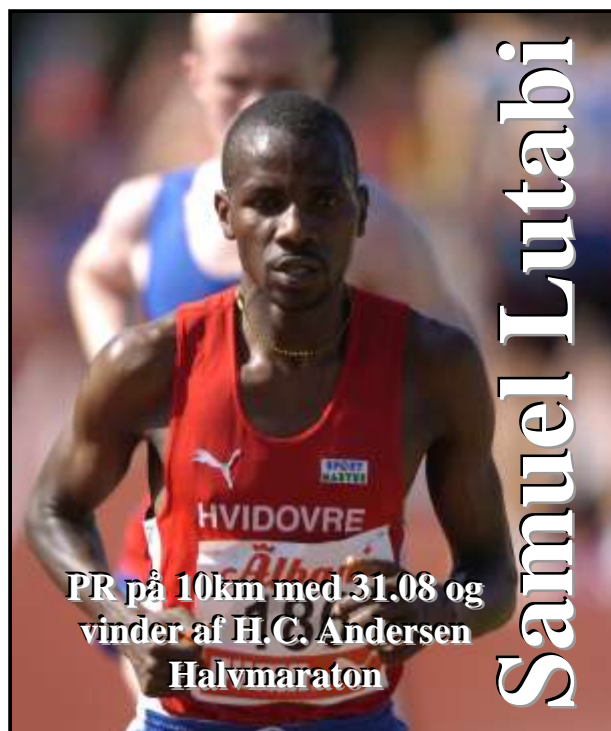
Senior:

Samuel Lutabi (79) 21/8 Bagsværd 31.29,76

Veteran M30 (30-34 år) (34.38,2):

Samuel Lutabi (79) 21/8 Bagsværd 31.29,76

Klubrekord Veteraner M30





| 5 km landevej | | | |
|----------------------|-------|------------------------|------|
| KR | 15.00 | Anders Ejby Ernst (80) | 2008 |

Ungdom 10-11 år (NM-NM):

| | |
|---------------------------------------|-------|
| Jonas D. Linnemann (00) 19/9 Hvidovre | 24.56 |
|---------------------------------------|-------|

Klubrekord Dreng 10år

Senior:

| | |
|---------------------------------------|-------|
| Jens Petersen-Bach (??) 31/12 Køge | 16.31 |
| Thim N. Andersen (69) 31/12 Køge | 17.24 |
| Jonas D. Linnemann (00) 19/9 Hvidovre | 24.56 |
| Bent Andersen (45) 19/9 Hvidovre | 30.00 |

Veteraner M40 (40-44 år) (16.38):

| | |
|----------------------------------|-------|
| Thim N. Andersen (69) 31/12 Køge | 17.24 |
|----------------------------------|-------|

Veteraner M65 (65-69 år) (NM):

| | |
|----------------------------------|-------|
| Bent Andersen (45) 19/9 Hvidovre | 30.00 |
|----------------------------------|-------|

Klubrekord Veteraner M65

Udvikling i snit Top-5:

| | | |
|-----------|-------------|--------------------|
| 1997: --- | 2002: --- | 2007: 18.06 |
| 1998: --- | 2003: --- | 2008: 18.52 |
| 1999: --- | 2004: --- | 2009: --- |
| 2000: --- | 2005: --- | 2010: NM |
| 2001: --- | 2006: 18.35 | 2011: --- |

10 km landevej

| | | | | |
|----|-------|------------------------|----------|------|
| DR | 28.25 | Klaus Hansen | Skovbak. | 1995 |
| SR | 28.40 | Flemming Jensen | Sparta | 1990 |
| KR | 31.02 | Anders Ejby Ernst (80) | | 2007 |

Senior:

| | |
|--|-------|
| Anders Ejby Ernst (80) 26/7 Hasle | 31.06 |
| Samuel Lutabi (79) 26/7 Hasle | 31.08 |
| Stephan Alex Jensen (83) 28/3 Århus | 31.26 |
| Thim Nørgaard Andersen (69) 26/7 Hasle | 34.18 |
| Kenneth Munk (81) 30/7 Rønne | 35.08 |
| Henrik Aaling (83) 28/3 Århus | 35.56 |
| Lars Kamarainen (80) 26/7 Hasle | 36.39 |
| Lasse Lærke (80) 28/3 Århus | 36.44 |
| Kim Rasmussen (68) 25/4 Lyngby | 38.49 |
| Lennart Mortensen (71) 18/8 Rødovre | 40.13 |
| Kenneth Sachse (63) 25/4 Lyngby | 42.36 |
| Tom S. Harbsøe (77) 18/8 Rødovre | 42.59 |
| Torben Larsen (60) 25/4 Lyngby | 43.13 |
| Jesper Sørensen (58) 18/8 Rødovre | 43.16 |
| Christian G. Andreasen (??) 30/7 Rønne | 44.27 |
| Erik Lauridsen (59) 18/8 Rødovre | 45.29 |
| John Majdahl (59) 25/4 Lyngby | 45.47 |
| Søren Nøhr Sørensen (71) 25/4 Lyngby | 45.49 |
| Klemen Kirkegaard (??) 26/7 Hasle | 47.13 |
| Tim Lyhne Brostrøm (57) 30/7 Rønne | 49.47 |
| Leo Sørensen (57) 25/4 Lyngby | 57.42 |
| Bent Andersen (45) 25/4 Lyngby | 62.02 |

Veteran M30 (30-34 år) (31.26):

| | |
|-----------------------------------|-------|
| Anders Ejby Ernst (80) 26/7 Hasle | 31.06 |
|-----------------------------------|-------|

Klubrekord Veteraner M30

| | |
|----------------------------------|-------|
| Samuel Lutabi (79) 26/7 Hasle | 31.08 |
| Lasse Lærke (80) 28/3 Århus | 36.44 |
| Lars Kamarainen (80) 28/3 Århus | 37.59 |
| Tom S. Harbsøe (77) 18/8 Rødovre | 42.59 |

Veteran M35 (35-39 år) (32.35):

| | |
|--------------------------------------|-------|
| Lennart Mortensen (71) 18/8 Rødovre | 40.13 |
| Søren Nøhr Sørensen (71) 25/4 Lyngby | 45.49 |

Veteran M40 (40-44 år) (34.26):

| | |
|--|-------|
| Thim Nørgaard Andersen (69) 26/7 Hasle | 34.18 |
|--|-------|

Klubrekord Veteraner M40

| | |
|--------------------------------|-------|
| Kim Rasmussen (59) 25/4 Lyngby | 38.49 |
|--------------------------------|-------|

Veteran M45 (45-49 år) (37.48):

| | |
|---------------------------------|-------|
| Kenneth Sachse (63) 25/4 Lyngby | 42.36 |
|---------------------------------|-------|

Veteran M50 (50-54 år) (40.17):

| | |
|------------------------------------|-------|
| Torben Larsen (60) 25/4 Lyngby | 43.13 |
| Jesper Sørensen (58) 18/8 Rødovre | 43.16 |
| Erik Lauridsen (59) 18/8 Rødovre | 45.29 |
| John Majdahl (59) 25/4 Lyngby | 45.47 |
| Tim Lyhne Brostrøm (57) 30/7 Rønne | 49.47 |
| Leo Sørensen (57) 25/4 Lyngby | 57.42 |



Hvert år tager Garvergruppen en tur til Etape Bornholm, hvor man fordelt over de 5 hverdage tilbagelægger 5 meget forskellige etaper, der tilsammen udgør en marathondistance. Er et rigtig tilløbsstykke!

Veteran M60 (60-64 år) (55.45):

Bent Andersen (45) 25/4 Lyngby 62.02

Udvikling i snit Top-5:

| | | |
|-----------|-------------|--------------------|
| 1997: --- | 2002: --- | 2007: 31.40 |
| 1998: --- | 2003: --- | 2008: 32.58 |
| 1999: --- | 2004: 42.23 | 2009: 32.44 |
| 2000: --- | 2005: --- | 2010: 32.38 |
| 2001: --- | 2006: 37.24 | 2011: --- |

15 km landevej

| | | | | |
|----|-------|----------------------|-----------|------|
| DR | 43.42 | Henrik Jørgensen | Herlev IF | 1986 |
| SR | 43.42 | Henrik Jørgensen | Herlev IF | 1986 |
| KR | 50.43 | Jacob Jørgensen (68) | | 1992 |

Anders Ejby Ernst (80) 31/1 Roskilde 47.59

Klubrekord Senior Mænd

Samuel Lutabi (79) 311 Roskilde 50.21

Lars Kamarainen (80) 31/1 Roskilde 60.17

Veteran M30 (30-34 år) (NM):

Anders Ejby Ernst (80) 31/1 Roskilde 47.59

Klubrekord Veteraner M30

Samuel Lutabi (79) 311 Roskilde 50.21

Lars Kamarainen (80) 31/1 Roskilde 60.17

KR Anders Ejby Ernst (80) 47.59m (31/1 Roskilde)

20 km landevej

| | | | | |
|----|---------|---------------------|--------|------|
| DR | 59.21 | Allan Zachariassen | Fr.Od. | 1983 |
| SR | ? | ? | | ? |
| KR | 1.01.55 | Steen Sveidahl (42) | | 1967 |

Senior:

Samuel Lutabi (79) 25/4 Lyngby 1.06.03

Thim N. Andersen (69) 25/4 Lyngby 1.12.59
 Kim Rasmussen (68) 25/4 Lyngby 1.18.14
 Torben Larsen (60) 25/4 Lyngby 1.28.03
 Kenneth Sachse (63) 25/4 Lyngby 1.28.29

Jesper Sørensen (58) 25/4 Lyngby 1.29.25
 John Majdahl (59) 25/4 Lyngby 1.33.09
 Søren Nøhr Sørensen (71) 25/4 Lyngby 1.35.14
 Tim Lyhne Brostrøm (57) 25/4 Lyngby 1.47.47
 Leo Sørensen (57) 25/4 Lyngby 1.56.29

Veteran M30 (30-34 år) (1.05.14):

Samuel Lutabi (79) 25/4 Lyngby 1.06.03

Veteran M35 (35-39 år) (1.14.21):

Søren Nøhr Sørensen (71) 25/4 Lyngby 1.35.14

Veteran M40 (40-44 år) (1.13.48):

Thim N. Andersen (69) 25/4 Lyngby 1.12.59

Klubrekord Veteraner M40

Kim Rasmussen (59) 25/4 Lyngby 1.18.14

Veteran M45 (45-49 år) (1.19.58):

Kenneth Sachse (63) 25/4 Lyngby 1.28.29

Veteran M50 (50-54 år) (1.29.57):

Torben Larsen (60) 25/4 Lyngby 1.28.03

Jesper Sørensen (58) 25/4 Lyngby 1.29.25

John Majdahl (59) 25/4 Lyngby 1.33.09

Tim Lyhne Brostrøm (57) 25/4 Lyngby 1.47.47

Leo Sørensen (57) 25/4 Lyngby 1.56.29

Udvikling i snit Top-5:

| | | |
|-----------|-----------|----------------------|
| 1997: --- | 2002: --- | 2007: 1.13.14 |
| 1998: --- | 2003: --- | 2008: 1.19.33 |
| 1999: --- | 2004: --- | 2009: 1.27.52 |
| 2000: --- | 2005: --- | 2010: 1.20.58 |
| 2001: --- | 2006: --- | 2011: --- |

| Halvmaraton | | | | |
|--------------------|---------|--------------------|-----|------|
| DR | 1.01.55 | Carsten Jørgensen | BLL | 1998 |
| SR | 1.01.55 | Carsten Jørgensen | BLL | 1998 |
| KR | 1.08.47 | Samuel Lutabi (79) | | 2009 |

Senior:

| | |
|-----------------------------------|---------|
| Samuel Lutabi (79) 25/4 Lyngby | 1.09.33 |
| Thim N. Andersen (69) 25/4 Lyngby | 1.16.50 |
| Lars Kamarainen (80) 19/6 Ørestad | 1.20.42 |
| Kim Rasmussen (68) 25/4 Lyngby | 1.22.28 |
| Torben Larsen (60) 25/4 Lyngby | 1.32.57 |

| | |
|--------------------------------------|---------|
| Kenneth Sachse (63) 25/4 Lyngby | 1.33.25 |
| Jesper Sørensen (58) 25/4 Lyngby | 1.34.19 |
| John Majdahl (59) 25/4 Lyngby | 1.38.13 |
| Søren Nøhr Sørensen (71) 25/4 Lyngby | 1.40.28 |
| Tim Lyhne Brostrøm (57) 25/4 Lyngby | 1.53.18 |
| Leo Sørensen (57) 25/4 Lyngby | 2.02.32 |

Veteran M30 (30-34 år) (1.08.47):

| | |
|-----------------------------------|---------|
| Samuel Lutabi (79) 25/4 Lyngby | 1.09.33 |
| Lars Kamarainen (80) 19/6 Ørestad | 1.20.42 |

Veteran M35 (35-39 år) (1.15.56):

| | |
|--------------------------------------|---------|
| Søren Nøhr Sørensen (71) 25/4 Lyngby | 1.40.28 |
|--------------------------------------|---------|

Veteran M40 (40-44 år) (1.17.45):

| | |
|-----------------------------------|---------|
| Thim N. Andersen (69) 25/4 Lyngby | 1.16.50 |
| Klubrekord Veteraner M40 | |
| Kim Rasmussen (59) 25/4 Lyngby | 1.22.28 |

Veteran M45 (45-49 år) (1.23.57):

| | |
|---------------------------------|---------|
| Kenneth Sachse (63) 25/4 Lyngby | 1.33.25 |
|---------------------------------|---------|

Veteran M50 (50-54 år) (1.34.59):

| | |
|-------------------------------------|---------|
| Torben Larsen (60) 25/4 Lyngby | 1.32.57 |
| Jesper Sørensen (58) 25/4 Lyngby | 1.34.19 |
| John Majdahl (59) 25/4 Lyngby | 1.38.13 |
| Tim Lyhne Brostrøm (57) 25/4 Lyngby | 1.53.18 |
| Leo Sørensen (57) 25/4 Lyngby | 2.02.32 |

Udvikling i snit Top-5:

| | | | | | |
|-------|-----|-------|---------|--------------|----------------|
| 1997: | --- | 2002: | --- | 2007: | 1.17.08 |
| 1998: | --- | 2003: | --- | 2008: | 1.22.28 |
| 1999: | --- | 2004: | 1.29.44 | 2009: | 1.20.32 |
| 2000: | --- | 2005: | --- | 2010: | 1.20.30 |
| 2001: | --- | 2006: | --- | 2011: | |

Maraton

| | | | | |
|----|---------|---------------------|--------|------|
| DR | 2.09.43 | Henrik Jørgensen | Herlev | 1985 |
| SR | 2.09.43 | Henrik Jørgensen | Herlev | 1985 |
| KR | 2.31.53 | Allan Andersen (68) | | 1987 |

Senior:

| | |
|---|---------|
| Thim N. Andersen (69) 25/9 Berlin | 2.47.02 |
| Kenneth Aaby Sachse (63) 23/5 København | 3.28.41 |

Veteran M40 (40-44 år) (3.10.12):

| | |
|-----------------------------------|---------|
| Thim N. Andersen (69) 25/9 Berlin | 2.47.02 |
| Klubrekord Veteraner M40 | |

Veteran M45 (45-49 år) (3.30.56):

| | |
|---|---------|
| Kenneth Aaby Sachse (63) 23/5 København | 3.28.41 |
| Klubrekord Veteraner M45 | |

Udvikling i snit Top-5:

| | | | | | |
|-------|-----|-------|---------|--------------|----------------|
| 1997: | --- | 2002: | --- | 2007: | --- |
| 1998: | --- | 2003: | --- | 2008: | 3.00.34 |
| 1999: | --- | 2004: | 3.12.03 | 2009: | --- |
| 2000: | --- | 2005: | --- | 2010: | NM |
| 2001: | --- | 2006: | 3.13.21 | 2011: | |

100 km landevej

| | | | | |
|----|---------|-------------------|------|------|
| DR | 6.58.31 | Jesper Kenn Olsen | Køge | 2000 |
| SR | 6.58.31 | Jesper Kenn Olsen | Køge | 2000 |
| KR | 7.47.32 | Kenneth Munk (81) | | 2008 |

Senior:

| | |
|------------------------------------|---------|
| Kenneth Munk (81) 24/4 Albertslund | 6.57.35 |
| Klubrekord senior mænd | |

KR Kenneth Munk (81) 6.57.35t (24/4 Albertsl.)
DANSK REKORD



**Endnu en imponerende
superpræstation af Munken, der i
samme moment kastede 2 Danske
Rekorder af sig, da han slog sin KR
på 100km med "beskedne" 50min**

| 6 timer løb | | | | |
|--------------------|--------|-------------------|------|------|
| DR | 82,421 | Kenneth Munk (81) | HvAM | 2009 |
| KR | 82,421 | Kenneth Munk (81) | | 2009 |

Senior:

Kenneth Munk (81) 24/4 Albertslund 86,740km

Klubrekord senior mænd

KR Kenneth Munk (81) 86,740km (24/4 Albertsl.)
DANSK REKORD

| 24 timer løb | | | | |
|---------------------|---------|-------------------|------|------|
| DR | 245,577 | Alex Henriksen | Køge | 2004 |
| SR | 245,577 | Alex Henriksen | Køge | 2004 |
| KR | 194,100 | Søren Raarup (66) | | 2004 |

Ingen har løbet distancen i 2010 !!!

| 110 meter hæk | | | | |
|----------------------|-------|-------------------------|---------|------|
| DR | 13,82 | Erik S. Jensen | Viby IF | 1987 |
| SR | 13,95 | Claus Hirsbro | TIF | 1996 |
| KR | 15,00 | Torben Kristiansen (55) | | 1979 |

Drenge 16-17 år (0):

Christian Iversen (93) 21/8 Roskilde +1,7 17,41

Senior:

Marc Lorentzen (81) 21/7 Århus +1,6 15,57

Daniel Duvander (83) 27/6 Odense +0,2 17,39



| 200 meter hæk | | | | |
|----------------------|------|-------------------------|-----|------|
| DR | 23,1 | Claus Hirsbro | TIF | 1992 |
| SR | 23,1 | Claus Hirsbro | TIF | 1992 |
| KR | 25,1 | Torben Kristiansen (55) | | 1979 |

Ingen har løbet distancen i 2010 !!!

| 400 meter hæk | | | | |
|----------------------|-------|---------------|-----|------|
| DR | 50,62 | Lars Ingemann | TIF | 1976 |
| SR | 50,62 | Lars Ingemann | TIF | 1976 |
| KR | 54,04 | Per Krog (59) | | 1987 |

Senior:

Marc Lorentzen (81) 11/9 Hvidovre 54,75

| 3.000 meter forhindring | | | | |
|--------------------------------|---------|---------------------|-----|------|
| DR | 8.23,56 | Flemming Jensen | FIF | 1987 |
| SR | 8.23,56 | Flemming Jensen | FIF | 1987 |
| KR | 8.57,50 | Stephan Alex Jensen | | 2009 |

Ungdom 16-17 år (NM-9.50,1):

Rúni Seloy (94) 8/8 Torshavn 10.42,14

Klubrekord drenge 16 år

Senior:

Stephan Alex Jensen (83) 10/8 Göteborg 8.53,11

Klubrekord senior mænd

Rúni Seloy (94) 8/8 Torshavn 10.42,14

Marc Lorentzen (81) 24/9 Østerbro 12.30,4

KR Stephan Alex Jensen (83) 8.56,57 (7/8 Odense)
Stephan Alex Jensen (83) 8.53,11 (10/8 Göteborg)

| 4 x 100 meter stafet | | | | |
|-----------------------------|-------|---------------------------|--|------|
| DR | 40,42 | IF Sparta | | 1989 |
| SR | 40,42 | IF Sparta | | 1989 |
| KR | 41,27 | Christian Trajkovski (65) | | 2003 |
| | | Christian Hansen (78) | | |
| | | Steffen Jørgensen (80) | | |
| | | Mark Jacobsen (81) | | |

Senior:

Simon Mathiasen (96) 27/6 Odense 43,77

Azad Taheri (89)

Kasper Olsen (91)

Marc Lorentzen (81)

Kasper Olsen (91) 15/5 Esbjerg 44,22

Marc Lorentzen (81)

Azad Taheri (89)

Steven Kwasi-Korang (89)

Alex Clausen (92) 11/9 Hvidovre 50,70

Mikkel Roald-Arbøl (92)

Mark Ahlehuus (87)

Mads B. Hansen (80)



| 4 x 200 meter stafet | | | |
|-----------------------------|--------|---------------------------|------|
| DR | 1.24,6 | IF Sparta | 1989 |
| SR | 1.24,6 | IF Sparta | 1989 |
| KR | 1.33,2 | Jens Schultz (63) | 1988 |
| | | Peter Clausen (65) | |
| | | Niels Nielsen (64) | |
| | | Jan Flemming Nielsen (63) | |

Ingen har løbet distancen i 2010 !!!

| 1.000 meter stafet | | | |
|---------------------------|---------|----------------------|------|
| DR | 1.52,49 | IF Sparta | 1990 |
| SR | 1.52,49 | IF Sparta | 1990 |
| KR | 1.58,3 | Gert Pedersen (42) | 1971 |
| | | Knud Edinger (48) | |
| | | Raymond Gordon (44) | |
| | | Svend Mathiasen (46) | |

Senior:

| | |
|-------------------------------------|---------|
| Carsten Damslund (66) 15/8 Hvidovre | 2.23,75 |
| Bent Eering (62) | |
| Jakob Juul Rasmussen (70) | |
| Thim N. Andersen (69) | |

Veteraner M45 (40-44 pr) (NM):

| | |
|-------------------------------------|---------|
| Carsten Damslund (66) 15/8 Hvidovre | 2.23,75 |
| Bent Eering (62) | |
| Jakob Juul Rasmussen (70) | |
| Thim N. Andersen (69) | |

4 x 400 meter stafet

| | | | |
|----|---------|------------------------|------|
| DR | 3.14,8 | IK Skovbakken | 1974 |
| SR | 3.14,87 | Trongårdens IF | 1995 |
| KR | 3.16,44 | Cesar Posse (70) | 2005 |
| | | Rasmus Olsen (89) | |
| | | Carsten Schmidt (79) | |
| | | Steffen Jørgensen (80) | |

Senior:

| | |
|----------------------------------|---------|
| Kasper Olsen (91) 11/9 Hvidovre | 3.22,95 |
| Marc Lorentzen (80) | |
| Rúni Seloy (94) | |
| Steven Kwasi-Korang (89) | |
| Marc Lorentzen (81) 27/6 Odense | 3.36,44 |
| Stephan Alex Jensen (83) | |
| Dannie Dandan Peng-Li (92) | |
| Azad Taheri (89) | |
| Marc Lorentzen (81) 15/5 Esbjerg | 3.44,48 |
| Steven Kwasi-Korang (89) | |
| Stephan Alex Jensen (83) | |
| Mark Ahlehuus (88) | |

4 x 800 meter stafet

| | | | |
|----|---------|---------------------------|------|
| DR | 7.27,3 | Århus 1900 A/M | 1987 |
| SR | 7.32,00 | Københavns IF | 1994 |
| KR | 8.12,2 | Torben Larsen (55) | 1983 |
| | | Arne Basbøll (58) | |
| | | Ole Sørensen (58) | |
| | | Jan Flemming Nielsen (63) | |

Ingen har løbet distancen i 2010 !!!

4 x 1.500 meter stafet

| | | | |
|----|---------|----------------------------|------|
| DR | 15.18,5 | IF Sparta | 1986 |
| SR | 15.18,5 | IF Sparta | 1986 |
| KR | 16.15,6 | Ivan Diers (42) | 1967 |
| | | Knud R. Andersen (45) | |
| | | Steen Sveidahl (42) | |
| | | Birger Christoffersen (46) | |

Ingen har løbet distancen i 2010 !!!



Marc Lorentzen & Kasper Olsen
Begge med stor sæson i 2010

Længdespring

| | | | | |
|----|------|--------------------|--------|------|
| DR | 8,25 | Morten Jensen | Sparta | 2005 |
| SR | 8,25 | Morten Jensen | Sparta | 2005 |
| KR | 7,16 | Erling Hansen (54) | | 1975 |

Ungdom 4-5 år (zone) (NM-NM):

| | | | |
|---------------------|------------|------|------|
| Mads Nickelsen (06) | 3/5 Tårnby | +0,0 | 1,34 |
|---------------------|------------|------|------|

Klubrekord Ungdom 4år

Ungdom 6-7 år (zone) (2,15-2,26):

| | | | |
|-----------------------|---------------|-----|------|
| Rasmus Nickelsen (03) | 27/6 Frederik | 0,0 | 3,56 |
|-----------------------|---------------|-----|------|

Klubrekord Ungdom 7år

| | | | |
|------------------|------------|------|------|
| Kasper Kusk (03) | 3/5 Tårnby | +0,0 | 1,71 |
|------------------|------------|------|------|

Ungdom 10-11 år (zone) (4,00-4,43):

| | | | |
|----------------------------|-----------|------|------|
| Sebastian T. Andersen (00) | 27/6 Fred | -0,7 | 3,31 |
|----------------------------|-----------|------|------|

Ungdom 14-15 år (zone) (5,73,6,23):

| | | | |
|-------------------------|---------------|------|------|
| Dánjal J. Niclasen (95) | 14/8 Torshavn | +1,9 | 5,00 |
|-------------------------|---------------|------|------|

Ungdom 16-17 år (6,56-6,75):

| | | | |
|------------------------|---------------|------|------|
| Christian Iversen (93) | 22/8 Roskilde | +1,2 | 5,49 |
|------------------------|---------------|------|------|

Ungdom 18-19 år (6,97-7,00):

| | | | |
|----------------------------|------------|------|------|
| Kasper Olsen (91) | 2/5 Tårnby | +0,2 | 6,12 |
| Dannie Dandan Peng-Li (92) | 2/5 AAC | -0,5 | 5,61 |

Ungsenior 20-22 år (6,95,7,16-7,14):

| | | | |
|--------------------|---------------|------|------|
| Mark Ahlehuus (88) | 11/9 Hvidovre | +0,2 | 6,08 |
|--------------------|---------------|------|------|

Senior:

| | | | |
|----------------------------|---------------|------|------|
| Mads B. Hansen (80) | 29/8 Ålborg | +0,0 | 6,21 |
| Marc Lorentzen (81) | 21/8 Roskilde | +1,4 | 6,15 |
| Kasper Olsen (91) | 2/5 Tårnby | +0,2 | 6,12 |
| Mark Ahlehuus (88) | 25/9 Greve | +1,9 | 6,10 |
| Dannie Dandan Peng-Li (92) | 2/5 AAC | -0,5 | 5,61 |

| | | | |
|------------------------|---------------|------|------|
| Christian Iversen (93) | 22/8 Roskilde | +1,2 | 5,49 |
| Carsten Damslund (66) | 17/5 Lyngby | +0,6 | 4,93 |

Veteraner M30 (30-34 år) (6,85):

| | | | |
|---------------------|-------------|------|------|
| Mads B. Hansen (80) | 29/8 Ålborg | +0,0 | 6,21 |
|---------------------|-------------|------|------|

Veteraner M40 (40-44 år) (6,58):

| | | | |
|-----------------------|-------------|------|------|
| Carsten Damslund (66) | 17/5 Lyngby | +0,6 | 4,93 |
|-----------------------|-------------|------|------|

For megen medvind:

| | | | |
|--------------------|--------------|------|------|
| Mark Ahlehuus (88) | 15/5 Esbjerg | +2,7 | 6,45 |
| Kasper Olsen (91) | 2/5 Tårnby | +3,1 | 6,28 |

Udvikling i snit Top-5:

| | | | | | |
|--------------|-------------|-------|------|-------|------|
| 1997: | 6,01 | 2002: | 5,31 | 2007: | 5,64 |
| 1998: | 6,39 | 2003: | 5,76 | 2008: | 6,41 |
| 1999: | 6,53 | 2004: | 5,96 | 2009: | 6,32 |
| 2000: | 5,96 | 2005: | 5,60 | 2010: | 6,03 |
| 2001: | 6,18 | 2006: | 6,11 | 2011: | |

| Trespring | | | | |
|------------------|-------|-------------------------|--------|------|
| DR | 16,76 | Anders Møller | 1900 | 2005 |
| SR | 16,09 | Thomas Flensborg | Sparta | 2005 |
| KR | 14,80 | Torben Kristiansen (55) | | 1979 |

Ungdom 18-19 år (14,05-13,38):

Mikkel Roald-Arbøl (91) 27/6 Odens -1,3 12,65

Senior:

Mads B. Hansen (80) 8/8 Odense +0,0 14,05

Marc Lorentzen 881) 24/9 Østerbro +1,9 13,06

Mikkel Roald-Arbøl (91) 27/6 Odens -1,3 12,65

Veteraner M30 (30-34 år) (14,10):

Mads B. Hansen (80) 8/8 Odense +0,0 14,05

Udvikling i snit Top-5:

| | | | | | |
|--------------|--------------|-------|-------|-------|-------|
| 1997: | 11,98 | 2002: | --- | 2007: | --- |
| 1998: | 12,74 | 2003: | --- | 2008: | 12,56 |
| 1999: | --- | 2004: | --- | 2009: | NM |
| 2000: | --- | 2005: | --- | 2010: | |
| 2001: | --- | 2006: | 12,17 | 2011: | |

Højdespring

| | | | | |
|----|------|-------------------|-----------|------|
| DR | 2,27 | Michael Mikkelsen | IF Sparta | 1991 |
| SR | 2,27 | Michael Mikkelsen | IF Sparta | 1991 |
| KR | 2,15 | Leon Axen (61) | | 1981 |

Ungdom 6-7 år:

Rasmus Nickelsen (03) 29/6 Hvidovre 0,95

Klubrekord Ungdom 7år

Ungdom 14-15 år (1,86-1,91):

Dánjal J. Niqlasen (95) 14/8 Torshavn 1,63

Ungdom 16-17 år (2,00-2,03):

Christian Iversen (93) 22/8 Roskilde 1,65

Rúni Seloy (94) 14/8 Torshavn 1,53

Ungsenior 20-22 år (2,15-2,08-2,06):

Mark Ahlehuus (88) 15/5 Esbjerg 1,70

Senior:

Kenneth Thorsen (81) 27/6 Odense 1,86

Mark Ahlehuus (88) 15/5 Esbjerg 1,70

Christian Iversen (93) 22/8 Roskilde 1,65

Marc Lorentzen (81) 21/8 Roskilde 1,64

Dánjal J. Niqlasen (95) 14/8 Torshavn 1,63

Jakob Juul Rasmussen (72) 17/5 Lyngby 1,55

Rúni Seloy (94) 14/8 Torshavn 1,53

Poul-Erik Hansen (55) 15/8 Hvidovre 1,43

Veteraner M35 (35-39 år) (1,75):

Jakob Juul Rasmussen (72) 17/5 Lyngby 1,55

Veteraner M55 (55-59 år) (NM):

Poul-Erik Hansen (55) 15/8 Hvidovre 1,43

Klubrekord Veteran M45

Udvikling i snit Top-5:

| | | | | | |
|--------------|-------------|-------|------|-------|------|
| 1997: | 1,76 | 2002: | 1,44 | 2007: | 1,67 |
| 1998: | 1,84 | 2003: | 1,60 | 2008: | --- |
| 1999: | 1,86 | 2004: | --- | 2009: | 1,61 |
| 2000: | 1,69 | 2005: | 1,73 | 2010: | 1,69 |
| 2001: | --- | 2006: | --- | 2011: | |

Mark Ahlehuus

Fik desværre en alvorlig fiberskade ved 1.runde af DT, og så var den sæson forbi før end den var begyndt. Vi håber på grusom revanche i 2011



Mikkel Roald-Arbøl

18 års klubrekord i trespring og DMU-vinder

Stangspring

| | | | | |
|----|------|------------------------|-----------|------|
| DR | 5,75 | Piotr Buciarski | IF Sparta | 2002 |
| SR | 5,75 | Piotr Buciarski | IF Sparta | 2002 |
| KR | 5,04 | Flemming Johansen (46) | | 1972 |

Ungdom 16-17 år (2,00-2,03):

| | |
|--------------------------------------|------|
| Christian Iversen (93) 21/8 Roskilde | 3,20 |
|--------------------------------------|------|

Senior:

| | |
|---|------|
| Jakob Juul Rasmussen (72) 15/8 Hvidovre | 3,80 |
| Christian Iversen (93) 21/8 Roskilde | 3,20 |
| Marc Lorentzen (81) 23/9 Østerbro | 2,50 |

Veteraner M35 (35-39 år) (4,87):

| | |
|---|------|
| Jakob Juul Rasmussen (72) 15/8 Hvidovre | 3,80 |
|---|------|

Udvikling i snit Top-5:

| | | |
|------------|-------------------|-----------|
| 1997: --- | 2002: --- | 2007: --- |
| 1998: 3,81 | 2003: 3,85 | 2008: --- |
| 1999: 3,80 | 2004: 4,04 | 2009: --- |
| 2000: --- | 2005: 3,71 | 2010: NM |
| 2001: --- | 2006: 3,74 | 2011: --- |

Kuglestød

| | | | | |
|----|-------|----------------------|------|------|
| DR | 21,61 | Joachim B. Olsen | 1900 | 2007 |
| SR | 17,79 | Michael Johansen | KIF | 2004 |
| KR | 17,03 | Thomas Hoffmann (82) | | 2008 |

Ungdom 6-7 år (2kg) (NM-3,14):

| | |
|-------------------------------------|------|
| Rasmus Nickelsen (03) 29/5 Glostrup | 6,21 |
|-------------------------------------|------|

Ungdom 14-15 år (4kg) (14,45-14,75):

| | |
|------------------------------------|------|
| Simon Mathiasen (96) 25/9 Hvidovre | 9,07 |
|------------------------------------|------|

Ungdom 16-17 år (5kg) (13,16-14,07):

| | |
|--------------------------------------|------|
| Christian Iversen (93) 22/8 Roskilde | 9,61 |
|--------------------------------------|------|

Ungdom 18-19 år (6kg) (13,23-14,29):

| | |
|--------------------------------------|------|
| Mikkel Roald-Arbøl (92) 2/8 Hvidovre | 9,22 |
|--------------------------------------|------|

Senior (7,26kg):

| | |
|---|-------|
| Thomas Hoffmann (82) 4/9 Hvidovre | 15,97 |
| Casper Nielsen (79) 15/5 Esbjerg | 13,01 |
| Jonas Laursen (84) 4/9 Hvidovre | 12,92 |
| Michael Bruun Jepsen (65) 31/7 Hvidovre | 12,37 |
| René Nybo (61) 28/8 Ålborg | 10,46 |

| | |
|---------------------------------------|------|
| Karsten Langball (72) 15/8 Hvidovre | 9,86 |
| Mads B. Hansen (80) 25/9 Hvidovre | 8,80 |
| Marc Lorentzen (81) 20/9 Østerbro | 8,62 |
| Steffen Jørgensen (80) 25/9 Hvidovre | 8,56 |
| Mikkel Roald-Arbøl (92) 25/9 Hvidovre | 8,49 |

| | |
|-----------------------------------|------|
| Kasper Olsen (91) 25/9 Hvidovre | 7,89 |
| Claus Elletoft (75) 31/7 Hvidovre | 7,53 |

Veteraner M30 (30-34 år) (14,89):

| | |
|-----------------------------------|------|
| Mads B. Hansen (80) 25/9 Hvidovre | 8,80 |
| Steffen Jørgensen 25/9 Hvidovre | 8,56 |

Veteraner M35 (35-39 år) (12,91):

| | |
|-------------------------------------|------|
| Karsten Langball (72) 15/8 Hvidovre | 9,86 |
| Claus Elletoft (75) 3/7 Hvidovre | 6,85 |



Veteraner M45 (45-49 år) (11,07):

Michael Bruun Jepsen (65) 31/7 Hvidovre 12,37

Klubrekord Veteran M45

René Nybo (61) 28/8 Ålborg 10,46

Udvikling i snit Top-5:

| | | | | | |
|-------|-------|--------------|--------------|-------|-------|
| 1997: | 11,29 | 2002: | 13,55 | 2007: | 12,96 |
| 1998: | 11,24 | 2003: | 12,21 | 2008: | 13,50 |
| 1999: | 11,05 | 2004: | 13,19 | 2009: | 11,97 |
| 2000: | 11,13 | 2005: | 12,81 | 2010: | 12,95 |
| 2001: | 11,67 | 2006: | 12,74 | 2011: | |

Diskoskast

| | | | | |
|----|-------|----------------------|-------|------|
| DR | 61,30 | Steen Hedegård | Holte | 1977 |
| SR | 61,30 | Steen Hedegård | Holte | 1977 |
| KR | 49,09 | Thomas Hoffmann (82) | | 2008 |

Ungdom 6-7 år (0,75kg) (NM-NM):

Rasmus Nickelsen (03) 29/6 Hvidovre 10,69

Klubrekord Ungdom -7år

Ungdom 14-15 år (1kg) (46,47-45,79):

Simon Mathiasen (96) 25/9 Hvidovre 24,67

Dánjal J. Niclasen (95) 15/8 Torshavn 16,43

Ungdom 16-17 år (1,5kg) (45,76-39,18):

Christian Iversen (93) 21/8 Roskilde 30,80

Ungdom 18-19 år (1,75kg) (42,59-43,40):

Mikkel Roald-Arbøl (92) 17/7 Hvidovre 23,79

Senior (2 kg):

Thomas Hoffmann (82) 4/9 Hvidovre 47,07

Casper Nielsen (79) 10/7 Hvidovre 43,54

Jonas Laursen (84) 2/8 Hvidovre 39,46

Michael Bruun Jepsen (65) 30/9 Hvidovre 39,10

René Nybo (61) 4/9 Hvidovre 33,98

Karsten Langball (72) 15/5 Esbjerg 32,79

Mads B. Hansen (80) 29/8 Ålborg 32,59

Steffen Jørgensen (80) 25/9 Hvidovre 23,69

Kasper Olsen (91) 25/9 Hvidovre 23,59

Mikkel Roald-Arbøl (92) 25/9 Hvidovre 23,00

Marc Lorentzen (81) 24/9 Østerbro 19,33

Claus Elletoft (75) 3/7 Hvidovre 17,86

Veteraner M30 (30-34 år) (2kg) (45,36):

Casper Nielsen (79) 10/7 Hvidovre 43,54

Mads B. Hansen (80) 29/8 Ålborg 32,59

Steffen Jørgensen (80) 25/9 Hvidovre 23,69

Veteraner M35 (35-39 år) (42,04):

Karsten Langball (72) 15/5 Esbjerg 32,79

Claus Elletoft (75) 3/7 Hvidovre 17,86

Veteraner M45 (45-49 år) (2kg) (34,80):

Michael Bruun Jepsen (65) 30/9 Hvidovre 39,10

Klubrekord Veteran M45

René Nybo (61) 10/7 Hvidovre 32,44

Veteraner M50 (50-54 år) (1,5kg) (29,64):

Martin Iversen (56) 15/8 Hvidovre 35,16

Klubrekord Veteran M50

Udvikling i snit Top-5:

| | | | | | |
|-------|-------|--------------|--------------|-------|-------|
| 1997: | 32,04 | 2002: | 41,49 | 2007: | 42,42 |
| 1998: | 34,36 | 2003: | 39,75 | 2008: | 43,15 |
| 1999: | 35,98 | 2004: | 39,92 | 2009: | 40,28 |
| 2000: | 33,16 | 2005: | 40,62 | 2010: | 40,63 |
| 2001: | 31,84 | 2006: | 44,06 | 2011: | |

Hammerkast

DR 77,02 Jan Bielecki IF Sparta 2002

SR 77,02 Jan Bielecki IF Sparta 2002

KR 57,69 Jonas Laursen (84) 2008

Ungdom 14-15 år (4kg) (51,70-43,16):

Simon Mathiasen (96) 25/9 Hvidovre 26,76

Senior (7,26kg):

Jonas Laursen (84) 12/6 Hvidovre 58,02

Klubrekord Senior Mænd

Michael Bruun Jepsen (65) 31/7 Hvidovre 51,16

Karsten Langball (72) 8/6 Hvidovre 39,65

René Nybo (61) 28/8 Ålborg 36,97

Steffen Jørgensen (80) 1/4 Marsa 25,46

| | |
|---------------------------------------|-------|
| Rolf Mortensen (67) 1/4 Marsa | 24,70 |
| Mads B. Hansen (80) 25/9 Hvidovre | 24,64 |
| Jakob Juul Rasmussen (72) 1/4 Marsa | 23,20 |
| Kasper Olsen (91) 25/9 Hvidovre | 19,47 |
| Mikkel Roald-Arbøl (92) 25/9 Hvidovre | 15,57 |

| | |
|--|-------|
| Marc Lorentzen (81) 21/9 Frederiksberg | 14,03 |
| Claus Elletoft (75) 1/4 Marsa | 13,13 |

Veteraner M30 (30-35 år) (7,26kg) (49,65):

| | |
|-----------------------------------|-------|
| Steffen Jørgensen (80) 1/4 Marsa | 25,46 |
| Mads B. Hansen (80) 25/9 Hvidovre | 24,64 |

Veteraner M35 (35-39 år) (7,26kg) (52,64):

| | |
|-------------------------------------|-------|
| Karsten Langball (72) 8/6 Hvidovre | 39,65 |
| Jakob Juul Rasmussen (72) 1/4 Marsa | 23,20 |
| Claus Elletoft (75) 1/4 Marsa | 13,13 |

Veteraner M40 (40-44 år) (7,26kg) (51,24):

| | |
|-------------------------------|-------|
| Rolf Mortensen (67) 1/4 Marsa | 24,70 |
|-------------------------------|-------|

Veteraner M45 (45-49 år) (7,26kg) (40,30):

| | |
|---|-------|
| Michael Bruun Jepsen (65) 31/7 Hvidovre | 51,16 |
| René Nybo (61) 28/8 Ålborg | 36,97 |

Klubrekord Veteran M45

Udvikling i snit Top-5:

| | | |
|-----------|-------------|--------------------|
| 1997: --- | 2002: 44,43 | 2007: 43,31 |
| 1998: --- | 2003: 33,85 | 2008: 44,76 |
| 1999: --- | 2004: --- | 2009: 39,65 |
| 2000: --- | 2005: --- | 2010: 42,25 |
| 2001: --- | 2006: --- | 2011: --- |

| |
|---|
| KR Jonas Laursen (84) 58,02m (12/6 Hvidovre) |
| Jonas Laursen (84) 58,02m (3/7 Hvidovre) |



Vægtkast (ny vægt, 15,89 kg)

| | | | | |
|----|-------|--------------------|-----------|------|
| DR | 21,95 | Jan Bielecki | IF Sparta | 2004 |
| SR | 21,95 | Jan Bielecki | IF Sparta | 2004 |
| KR | 16,61 | Jonas Laursen (84) | | 2009 |

Senior (15,89 kg):

| | |
|---|-------|
| Jonas Laursen (84) 7/8 Odense | 16,33 |
| Michael Bruun Jepsen (65) 31/7 Hvidovre | 15,31 |
| René Nybo (61) 28/8 Ålborg | 11,81 |
| Mads B. Hansen (80) 25/9 Hvidovre | 10,00 |
| Jakob Juul Rasmussen (72) 25/9 Hvidovre | 8,84 |
| Steffen Jørgensen (80) 25/9 Hvidovre | 8,56 |
| Kasper Olsen (91) 25/9 Hvidovre | 7,34 |
| Mikkel Roald-Arbøl (92) 25/9 Hvidovre | 6,08 |
| Claus Elletoft (75) 25/9 Hvidovre | 4,66 |

Veteraner M30 (30-35 år) (15,89kg) (13,28):

| | |
|--------------------------------------|-------|
| Mads B. Hansen (80) 25/9 Hvidovre | 10,00 |
| Steffen Jørgensen (80) 25/9 Hvidovre | 8,56 |

Veteraner M35 (35-39 år) (15,89kg) (15,40):

| | |
|---|------|
| Jakob Juul Rasmussen (72) 25/9 Hvidovre | 8,84 |
| Claus Elletoft (75) 25/9 Hvidovre | 4,66 |

Veteraner M45 (45-49 år) (15,89kg) (11,52):

| | |
|---|-------|
| Michael Bruun Jepsen (65) 31/7 Hvidovre | 15,31 |
| René Nybo (61) 28/8 Ålborg | 11,81 |

Klubrekord Veteran M45

Udvikling i snit Top-5:

| | | |
|-------------|------------------------|--------------------|
| 1997: 10,24 | 2003: 14,06 gl. | 2007: 13,19 |
| 1998: 10,73 | 2003 11,22 ny | 2008: 12,61 |
| 1999: --- | 2004: --- | 2009: 11,27 |
| 2000: --- | 2005: --- | 2010: 12,45 |
| 2001: --- | 2006: --- | 2011: --- |

Spydkast

| | | | | |
|----|-------|----------------------|-----------|------|
| DR | 81,22 | Kenneth Petersen | IF Sparta | 1989 |
| SR | 81,22 | Kenneth Petersen | IF Sparta | 1989 |
| KR | 63,58 | Lasse Ringhofer (73) | | 1997 |

Ungdom 6-7 år (400gr) (NM-NM):

| | |
|-------------------------------------|-------|
| Rasmus Nickelsen (03) 29/6 Hvidovre | 14,34 |
|-------------------------------------|-------|

Klubrekord Ungdom -7år

Ungdom 14-15 år (600gr) (50,46-53,76):

| | |
|---------------------------------------|-------|
| Simon Mathiasen (96) 25/9 Hvidovre | 32,29 |
| Dánjal J. Niqlasen (95) 15/8 Torshavn | 18,42 |

Ungdom 16-17 år (700gr.) (38,84-35,83):

| | |
|-------------------------------------|-------|
| Christian Iversen (93) 4/9 Glostrup | 42,96 |
|-------------------------------------|-------|

Klubrekord Ungdom 17år

Ungdom 18-19 år (800gr.) (60,68-59,80):

| | |
|---------------------------------------|-------|
| Mikkel Roald-Arbøl (92) 25/9 Hvidovre | 36,02 |
| Kasper Olsen (91) 25/9 Hvidovre | 30,36 |

Senior (800gr.):

| | |
|--|-------|
| Jørgen Lykke Madsen (72) 15/8 Hvidovre | 52,88 |
| Henrik Rossel (85) 11/9 Hvidovre | 52,28 |



Jørgen Madsen og René Nybo

”Oldies but goldies”
 Både Jørgen og René er begge vigtige aktive på DT-holdet, hvor spyd er en af nøgleøvelserne. Bliver ikke mindre vigtige i næste års nye Disciplingruppe-DM, hvor kasterne har gode chancer for medaljer

| | |
|---|-------|
| René Nybo (61) 27/6 Odense | 51,20 |
| Michael Bruun Jepsen (65) 10/7 Hvidovre | 45,87 |
| Casper Nielsen (79) 15/5 Esbjerg | 43,91 |
| Mads B. Hansen (80) 25/9 Hvidovre | 42,71 |
| Henrik Leth Petersen (58) 8/6 Hvidovre | 36,00 |
| Mikkel Roald-Arbøl (92) 25/9 Hvidovre | 36,02 |
| Steffen Jørgensen (80) 25/9 Hvidovre | 33,96 |
| Mikkel Roald-Arbøl (92) 17/7 Hvidovre | 33,19 |
| Marc Lorentzen (81) 24/9 Østerbro | 30,73 |
| Kasper Olsen (91) 25/9 Hvidovre | 30,36 |
| Claus Elletoft (75) 13/6 Holbæk | 25,40 |

Veteraner M30 (30-34 år) (800 gr.) (62,25):

| | |
|--------------------------------------|-------|
| Casper Nielsen (79) 15/5 Esbjerg | 43,91 |
| Mads B. Hansen (80) 25/9 Hvidovre | 42,71 |
| Steffen Jørgensen (80) 25/9 Hvidovre | 33,96 |

Veteraner M35 (35-39 år) (800 gr.) (54,94):

| | |
|--|-------|
| Jørgen Lykke Madsen (72) 15/8 Hvidovre | 52,88 |
| Claus Elletoft (75) 13/6 Holbæk | 25,40 |

Veteraner M45 (45-49 år) (800 gr.) (51,22):

| | |
|---|-------|
| René Nybo (61) 27/6 Odense | 51,20 |
| Michael Bruun Jepsen (65) 10/7 Hvidovre | 45,87 |

Veteraner M50 (50-54 år) (700 gr.) (NM/37,31):

| | |
|--|-------|
| Henrik Leth Petersen (58) 8/6 Hvidovre | 36,00 |
|--|-------|

Udvikling i snit Top-5:

| | | | | | |
|-------|-------|--------------|--------------|-------|-------|
| 1997: | 45,75 | 2002: | 53,46 | 2007: | 48,33 |
| 1998: | 47,60 | 2003: | 46,21 | 2008: | 45,62 |
| 1999: | 50,04 | 2004: | --- | 2009: | 43,80 |
| 2000: | --- | 2005: | 47,69 | 2010: | 49,22 |
| 2001: | 42,22 | 2006: | 49,22 | 2011: | |

Boldkast

Ungdom 4-5 år (NM-NM):

| | | |
|--------------------------------|-------|------|
| Mads Nickelsen (06) 3/5 Tårnby | 145gr | 5,52 |
|--------------------------------|-------|------|

Klubrekord Ungdom 4år

Ungdom 6-7 år (20,98-12,40):

| | | |
|----------------------------------|-------|-------|
| Rasmus Nickelsen (03) 3/5 Tårnby | 145gr | 33,72 |
|----------------------------------|-------|-------|

Klubrekord Ungdom 7år

| | | |
|-----------------------------|-------|------|
| Kasper Kusk (03) 3/5 Tårnby | 145gr | 6,86 |
|-----------------------------|-------|------|

Ungdom 10-11 år (145 gram) (36,42-46,56):

| | |
|--------------------------------------|-------|
| Sebastian T. Andersen (00) 27/6 Fred | 34,31 |
|--------------------------------------|-------|

5-kamp

| | | | | |
|----|--------|-------------------------|---------|------|
| DR | 3.851p | Lars Warming | 1900 | 1987 |
| SR | 3.773p | Steen Smidt-Jensen | Ben Hur | 1972 |
| KR | 3.630p | Torben Kristiansen (55) | | 1979 |

(6,93-56,64-22,4-35,42-4,28,9)

Ingen har lavet øvelsen i 2010 !!!

10 kamp

| | | | | |
|----|--------|--------------------|---------|------|
| DR | 7.994p | Lars Warming | 1900 | 1988 |
| SR | 7.909p | Steen Smidt-Jensen | Ben Hur | 1972 |
| KR | 7.310p | Erling Hansen (54) | | 1976 |

(11,5-7,28-12,74-1,81-51,3 / 15,2-45,24-4,30-52,61-4,22,9)

Ungdom 16-17 år (9-kamp) ():

| | |
|---|--------|
| Christian Iversen (93) 21-22/8 Roskilde | 5.719p |
|---|--------|

(17,41-30,80-3,20-36,46/11,93-1,65-9,61-5,49-2,51,68)

Senior:

| | |
|--------------------------------------|--------|
| Marc Lorentzen (81) 21-22/8 Roskilde | 5.017p |
|--------------------------------------|--------|

(11,36-6,15-8,10-1,64-51,43 / 16,30-17,10-2,40-29,65-4,58,66)



Henrik Rosset

Comeback med 52,28m
 efter flere års pause til
 DT-finalen. Vi håber på
 flere optrædener i 2011

| Kaste 5-kamp | | | | |
|---------------------|--------|---------------------------|-----------|---|
| DR | 4.437p | Torben Wolf | Esbjerg | 2004 |
| SR | 3.969p | Simon Corlin | IF Sparta | 2003 |
| KR | 3.585p | Michael Bruun Jepsen (65) | | 2004 (52,64-12,46-41,05-14,86-49,76) |

Ungdom 14-15 år (3.379-3.501p):

Simon Mathiasen (96) 25/9 Hvidovre 2.383p
 (26,76-9,07-24,67-32,29)

Ungdom 18-19 år (3.561-3.039):

Kasper Olsen (91) 25/9 Hvidovre 1.480p
 (19,47-7,89-23,57-7,34-30,36)
 Mikkel Roald-Arbøl (92) 25/9 Hvidovre 1.402p
 (15,57-8,49-23,00-6,08-36,02)

Senior:

Michael Bruun Jepsen (65) 10/7 Hvidovre 3.380p
 (49,48-12,13-37,50-14,60-45,87)
 René Nybo (61) 18/9 Esbjerg 2.383p
 (33,60-9,99-26,65-10,40-39,79)
 Mads B. Hansen (80) 25/9 Hvidovre 2.242p
 (24,64-8,80-30,87-10,00-42,71)

Steffen Jørgensen (80) 25/9 Hvidovre 1.788p
 (23,79-8,56-23,69-8,56-33,96)

Kasper Olsen (91) 25/9 Hvidovre 1.480p
 (19,47-7,89-23,57-7,34-30,36)

Mikkel Roald-Arbøl (92) 25/9 Hvidovre 1.402p
 (15,57-8,49-23,00-6,08-36,02)

Claus Elletoft (75) 25/9 Hvidovre 574p
 (11,28-6,93-15,71-4,66-22,60)

Veteraner M30 (30-34 år) (2.865p):

Mads B. Hansen (80) 25/9 Hvidovre 2.242p
 (24,64-8,80-30,87-10,00-42,71)

Steffen Jørgensen (80) 25/9 Hvidovre 1.788p
 (23,79-8,56-23,69-8,56-33,96)

Veteraner M35 (35-39 år) (3.585p):

Claus Elletoft (75) 25/9 Hvidovre 574p
 (11,28-6,93-15,71-4,66-22,60)

Veteraner M45 (45-49 år) (2.268p):

Michael Bruun Jepsen (65) 10/7 Hvidovre 3.380p
 (49,48-12,13-37,50-14,60-45,87)

Klubrekord Veteran M45

René Nybo (61) 18/9 Esbjerg 2.383p
 (33,60-9,99-26,65-10,40-39,79)

Udvikling i snit Top-5:

| | | | | | |
|-------|-----|--------------|---------------|-------|--------|
| 1997: | --- | 2002: | 3.214p | 2007: | 2.949p |
| 1998: | --- | 2003: | --- | 2008: | 2.382p |
| 1999: | --- | 2004: | --- | 2009: | 2.002p |
| 2000: | --- | 2005: | --- | 2010: | 2.254p |
| 2001: | --- | 2006: | --- | 2011: | |



Michael Bruun Jepsen

51,16 meter og EM veteran
 sølv. Kan det blive bedre i
 2011?