

# INDENDØRS RANGLISTE

## MÆND 2019-2020

Da indendørssæsonen går hen over nytåret, så dækker den reelt 2 sæsoner.  
 For de aktive der har opnået resultater på begge sider af nytåret, er begge disse resultater  
 medtaget i statistikken, men de kan godt optræde i to forskellige aldersgrupper  
 (resultatet frem til 31.december er markeret med en stjerne (\*))

Der er sat **30 klubrekorder** i denne sæson (20 ungdom, 6 senior, 4 masters)

Der er blevet sat **1 Dansk Senior Rekord** og **4 Dansk Masters Rekord**

<b>50 meter</b>			
DR	5,75	Martin Krabbe (85) AKH	2010
KR	6,05	Christian Trajkovski (65)	2002

### Ungdom 8-9 år (8,85-8,02):

Tobias A Kofoed (11) 8/12 Hvidovre	* 9,86
Tobias A Kofoed (11) 5/1 Hvidovre	9,90

### Ungdom 10-11 år (7,74-7,71):

Jeppe Birk (08) 8/12 Hvidovre	* 7,60
-------------------------------	--------

### **Klubrekord Dreng 11 år**

Magnus A Kofoed (09) 5/1 Hvidovre	8,49
Emil Birch (09) 5/1 Hvidovre	9,08
Elias Knak (09) 1/5 Hvidovre	9,88

### Ungdom 12-13 år (7,16-7,01):

Mathias Geertsen (06) 8/12 Hvidovre	*7,62
Jeppe Birk (08) 5/1 Hvidovre	7,72
Stefan Freese (08) 5/1 Hvidovre	8,65

### Ungdom 14-15 år (6,40-6,46):

Jonas Strunge (05) 8/12 Hvidovre	* 6,73
Alexander Bergmann (05) 8/12 Hvidovre	* 7,40
Alexander Bergmann (05) 16/2 Hvidovre	7,48
Lucas Spuur (05) 8/12 Hvidovre	* 8,23
Lucas Spuur (05) 16/2 Hvidovre	8,35

### Ungdom 16-17 år (6,34-6,17):

Jonas Strunge (05) 16/2 Hvidovre	6,78
----------------------------------	------

### Senior:

Jonas Strunge (05) 8/12 Hvidovre	6,73
Alexander Bergmann (05) 8/12 Hvidovre	7,40
Lucas Spuur (05) 8/12 Hvidovre	8,23

<b>60 meter</b>			
DR	6,65	Benjamin Hecht IF Sparta	1999
		Kristoffer Hari Hvidovre	2017
KR	6,65	Kristoffer Hari (97)	2017

### Ungdom 8-9 år (NM-NM):

Benjamin Olsen (11) 7/3 Snekkersten	11,61
-------------------------------------	-------

### **Klubrekord Dreng 9 år**

### Ungdom 16-17 år (7,11-7,13):

Mathias Touillon (04) 29/2 Skive	7,70
Jonas Strunge (04) 29/2	7,85

### Ungdom 18-19 år (7,09-7,43):

Mikkel Lindemand (02) 29/2 Skive	7,13
Elia Latta (02) 22/2 Odense	7,30
Andreas B. Antoft (02) 29/2 Skive	7,40

### Ungdom 20-22 år (6,65-6,71-6,79):

Daniel R. Matthiesen (99) 29/2 Skive	7,79
--------------------------------------	------

### Senior:

Kristoffer Hari (97) 15/2 Fayetteville USA	6,62
--	------

### **Dansk Rekord**

Andreas Trajkovski (93) 22/2 Odense	6,89
Simon Mathiasen (96) 22/2 Odense	7,03
Jacob Chua Ziska (97) 25/1 Malmö	7,07
Mikkel Linnemand (02) 29/2 Skive	7,13

Elia Latta (02) 22/2 Odense	7,30
Michael Noes Andersen (91) 22/2 Odense	7,36
Andreas B. Antoft (02) 29/2 Skive	7,40
Mikkel Klejnstrup (86) 8/2 Malmö	7,42
Christian Trajkovski (65) 8/2 Malmö	7,56

Mathias Touillon (04) 29/2 Skive	7,70
Daniel R. Matthiesen (99) 29/2 Skive	7,79
Jonas Strunge (04) 29/2	7,85
Max Henning Boisen (88) 7/3 Snekkersten	8,81

### Masters M30 (30-34 år) (7,14):

Mikkel Klejnstrup (86) 8/2 Malmö	7,42
Max Henning Boisen (88) 7/3 Snekkersten	8,81

### Masters M55 (55-59 år) (8,21):

Christian Trajkovski (65) 8/2 Malmö	7,56
-------------------------------------	------

### **Dansk Masters Rekord**

**KR Kristoffer Hari (97) 6,65s (1/2 Fayetteville)**  
**6,62s (15/2 Fayetteville)**

### 100 meter

DR	10,78	Martin Krabbe (85) AKH	2009
KR	12,39	Kurt Andersen (62)	2004

Ingen resultater i indeværende sæson !!!

<b>200 meter</b>				
DR	21,17	Morten Jensen (82)	FIF-H	2005
KR	21,33	Kristoffer Hari (97)		2019

**Ungdom 14-15 år (25,29-23,53):**

Jónas Isaksen (05) 1/3 Skive 24,83

**Ungdom 16-17 år (22,51-22,86):**

Jonas Strunge (04) 1/3 Skive 25,17

Mathias Touillon (04) 1/3 Skive 25,29

**Ungdom 18-19 år (22,63-24,26):**

Mikkel Linnemand (02) 1/3 Skive 22,68

Elia Latta (02) 23/2 Odense 23,14

Andreas B. Antoft (02) 1/3 Skive 23,80

**Ungsenior 20-22 år (22,24-22,64-21,33):**

Daniel Matthiesen (99) 9/2 Malmö SWE 24,87

**Senior:**

Kristoffer Hari (97) 17/1 Fayetteville USA 21,48

Simon Mathiesen (96) 17/1 Växjö SWE 22,21

Andreas Trajkovski (93) 26/1 Malmö SWE 22,31

Kasper Olsen (91) 23/2 Odense 22,40

Mikkel Linnemand (02) 1/3 Skive 22,68

Jacob Chua Ziska (97) 9/2 Malmö SWE 22,80

Iasonas Koniaris (97) 23/2 Odense 22,84

Elia Latta (02) 23/2 Odense 23,14

Mikkel Klejnstrup (86) 9/2 Malmö SWE 23,33

Andreas B. Antoft (02) 1/3 Skive 23,80

Jónas Isaksen (05) 1/3 Skive 24,83

Daniel Matthiesen (99) 9/2 Malmö SWE 24,87

Jonas Strunge (04) 1/3 Skive 25,17

Mathias Touillon (04) 1/3 Skive 25,29

Bernie Bengtsson (62) 26/1 Malmö SWE 25,46

Christian Trajkovski (65) 9/2 Malmö SWE 25,50

**Masters M30 (30-34 år) (23,06):**

Mikkel Klejnstrup (86) 9/2 Malmö SWE 23,33

**Masters M55 (55-59 år) (NM):**

Bernie Bengtsson (62) 26/1 Malmö SWE 25,46

**Dansk Rekord M55**

Christian Trajkovski (65) 9/2 Malmö SWE 25,50

**400 meter**

DR 46,31 Nick Ekelund-Arenander KIF 2014

KR 49,59 Steffen Jørgensen (80) 2005

**Dreng 18-19 år (50,41-53,53):**

Sebastian Larvad (01) 29/2 Skive 51,50

**Klubrekord Dreng 19 år**

Mikkel Lindemand (02) 25/1 Malmö SWE 53,10

**Ungsenior 20-22 år (NM-50,98-50,84):**

Daniel R. Matthiesen (99) 29/2 Skive 55,92

**Senior:**

Nick Ekelund-Arenander (89) 1/2 Växjö 47,79

**Klubrekord Senior Mænd**

Kasper Olsen (91) 22/2 Odense 49,46

Iasonas Koniaris (97) 17/1 Växjö SWE 50,86

Sebastian Larvad (01) 29/2 Skive 51,50

Mikkel Klejnstrup (86) 25/1 Malmö (SWE) 52,52

Mikkel Lindemand (02) 25/1 Malmö SWE 53,10

Daniel R. Matthiesen (99) 29/2 Skive 55,92

Bernie Bengtsson (62) 1/2 Malmö 58,00

**Masters M30 (30-34 år) (51,94):**

Nick Ekelund-Arenander (89) 1/2 Växjö 47,79

**Dansk Rekord M30**

Mikkel Klejnstrup (86) 25/1 Malmö (SWE) 52,52

**Masters M55 (55-59 år) (61,75):**

Bernie Bengtsson (62) 1/2 Malmö 58,00

**Dansk Rekord M55**

**KR Nick Ekelund-Arenander (89) 47,96s (17/1 Växjö**

**47,79s (1/2 Växjö)**

**600 meter**

**Ungdom 12-13 år (NM-NM):**

Jeppe Birk (08) 18/1 Ballerup 1.55,96

Erik Lange Dons (06) 19/1 Ballerup

*Tider opnået i Ballerup kan ikke anerkendes, da banen er længere end 200 meter.*

**800 meter**

DR 1.42,67 Wilson Kipketer IF Sparta 1997

KR 1.58,58 Runi Seloy (94) 2012

**Ungdom 14-15 år (2.15,70-2.06,68):**

Jónas Isaksen (05) 1/3 Skive 2.07,47

**Senior:**

Jónas Isaksen (05) 1/3 Skive 2.07,47

*Tider opnået i Ballerup kan ikke anerkendes, da banen er længere end 200 meter.*

**1.000 meter**

DR 2.14,96 Wilson Kipketer IF Sparta 2000

KR 2.55,1 Lasse Ringhofer (73) 1991

**Ungdom 14-15 år (3.01,39-3.37,10):**

Simon Worsøe Clausen (05) 25/1 Malmö 2.48,53

**Klubrekord Dreng 15 år, U18, U20 og U23**

**Senior:**

Simon Worsøe Clausen (05) 25/1 Malmö 2.48,53

**Klubrekord Senior Mænd**

**KR Simon W. Clausen (05) 2.48,53m (25/1 Malmö)**

<b>1.500 meter</b>				
DR	3.38,85	Mogens Guldborg	IF Sparta	1991
KR	4.06,94	Stephan Alex Jensen (83)		2009

**Ungdom 14-15 år (4.35,59-4.22,57):**

Simon Worsøe Clausen (05) 1/3 Skive	4.26,46
Andrei-Stefan Ursea (05) 1/3 Skive	4.48,88

**Senior:**

Simon Worsøe Clausen (05) 1/3 Skive	4.26,46
Andrei-Stefan Ursea (05) 1/3 Skive	4.48,88
Carl da Cunha Lassen (05) 1/3 Skive	4.54,19

*Tider opnået i Ballerup kan ikke anerkendes, da banen er længere end 200 meter.*

<b>3.000 meter</b>				
DR	7.44,76	Mogens Guldborg	IF Sparta	1991
KR	8.30,47	Stephan Alex Jensen (83)		2011

**Ungdom 14-15 år (10.05,31-10.13,97):**

Simon Worsøe Clausen (05) 29/2 Skive	9.39,60
<b>Klubrekord Drengene 15 år</b>	
Andrei-Stefan Ursea (05) 29/2 Skive	10.18,39
Carl da Cunha Lassen (05) 18/1 Ballerup	10.39,07

**Senior:**

Simon Worsøe Clausen (05) 29/2 Skive	9.39,60
Andrei-Stefan Ursea (05) 29/2 Skive	10.18,39
Carl da Cunha Lassen (05) 18/1 Ballerup	10.39,07

*Tider opnået i Ballerup kan ikke anerkendes, da banen er længere end 200 meter.*

### Kapgang

**Ungdom 12-13 år (1.000m) (NM-NM):**

Lucas Spuur (05) 19/1 Ballerup	
--------------------------------	--

*Tider opnået i Ballerup kan ikke anerkendes, da banen er længere end 200 meter.*

<b>50 meter hæk</b>				
DR	6,80	Andreas Martinsen	AKH	2012
KR	7,30	Christian Nickelsen (74)		1999

**Ungdom 10-11 år (10,00-9,46):**

Jeppe Birk (08) 8/12 Hvidovre	* 9,19
<b>Klubrekord Drengene 11 år</b>	
Magnus A. Kofoed (09) 8/12 Hvidovre	* 10,38
Emil Birch (2009) 5/1 Hvidovre	11,25
Emil Birch (2009) 8/12 Hvidovre	* 11,91

**Ungdom 12-13 år (9,52-NM):**

Jeppe Birk (08) 5/1 Hvidovre	9,27
<b>Klubrekord Drengene 12 år</b>	
Stefan Freese (08) 5/1 Hvidovre	11,88

**Ungdom 14-15 år (7,88-7,60):**

Lucas Spuur (05) 5/1 Hvidovre	11,09
-------------------------------	-------

Lucas Spuur (05) 8/12 Hvidovre \* 11,31

<b>60 meter hæk</b>				
DR	7,80	Shujaa Benson (90)	1900	2014
KR	8,66	Casper Lindemann (78)		2004

**Ungdom 12-13 år (11,66-9,20):**

David Rørvig (08) 19/1 Ballerup	11,12
<b>Klubrekord Drengene 12 år</b>	

**Ungdom 18-19 år (9,47-NM):**

Andreas B. Antoft (02) 1/3 Skive	9,48
----------------------------------	------

<b>4x200 meter stafet</b>				
DR	1.27,08	IF Sparta		2012
KR	1.30,85	Mark Jacobsen (81)		2003
		Christian Trajkovski (65)		
		Christian Hansen (78)		
		Martin Stegemeyer (81)		

**Drengene 16-17 år (1.40,97-1.37,21):**

Jonas Strunge (04) 1/3 Skive	1.41,42
Mathias Touillon (04)	
Simon Worsøe Clausen (05)	
Jónas Isaksen (05)	

**Drengene 18-19 år (NM-1.39,08):**

Elia Latta (02) 1/3 Skive	1.32,06
Sebastian Larvad (01)	
Andreas Antoft (02)	
Mikkel Linnemand (01)	

**Klubrekord Drengene 19 år, U20 og U23**

**Senior:**

Jakob Chua Ziska (97) 23/2 Odense	1.30,08
Kasper Olsen (91)	
Iasonas Koniaris (97)	
Mikkel Linnemand (01)	
Elia Latta (02) 1/3 Skive	1.32,06
Sebastian Larvad (01)	
Andreas Antoft (02)	
Mikkel Linnemand (01)	
Jonas Strunge (04) 1/3 Skive	1.41,42
Mathias Touillon (04)	
Simon Worsøe Clausen (05)	
Jónas Isaksen (05)	

**KR Jakob Chua Ziska (97) 1.30,08 (23/2 Odense)**  
**Kasper Olsen (91)**  
**Iasonas Koniaris (97)**  
**Mikkel Linnemand (01)**

<b>Højdespring</b>				
DR	2,27	Michael Mikkelsen	IF Sparta	1990
	2,27	Janick Klausen	1900	2011
KR	1,96	Kenneth Olsen (81)		2004

**Ungdom 8-9 år (1,00-1,20):**

Benjamin Olsen 811) 7/3 Snekkersten	0,96
Tobias A. Kofoed (11) 5/1 Hvidovre	0,91
Tobias A. Kofoed (11) 8/12 Hvidovre	* 0,90

**Ungdom 10-11 år (1,30-1,40):**

Magnus A. Kofoed (09) 5/1 Hvidovre	1,21
Magnus A. Kofoed (09) 8/12 Hvidovre	* 1,05
Emil Birch (09) 8/12 Hvidovre	* 0,85

**Ungdom 12-13 år (1,40-1,65):**

David Rogge (06) 8/12 Hvidovre	* 1,45
--------------------------------	--------

**Ungdom 14-15 år (1,87-1,90):**

Jonas Strunge (04) 16/2 Hvidovre	1,81
Jonas Strunge (04) 8/12 Hvidovre	* 1,75
Lucas Spuur (05) 16/2 Hvidovre	1,17
Lucas Spuur (05) 8/12 Hvidovre	* 1,15

**Ungdom 16-17 år (1,90-1,95):**

Jonas Strunge (04) 16/2 Hvidovre	1,81
----------------------------------	------

**Ungsenior 20-22 år (2,15-NM-1,91):**

Jonas Linnemann (00) 29/2 Skive	1,78
---------------------------------	------

**Senior:**

Jonas Strunge (04) 16/2 Hvidovre	1,81
Jonas Linnemann (00) 29/2 Skive	1,78
Lucas Spuur (05) 16/2 Hvidovre	1,17

<b>Stangspring</b>				
DR	5,72	Martin Voss	1900	1995
KR	4,50	Jakob Juul Rasmussen (72)		2002

Ingen resultater i indeværende sæson !!!

<b>Længdespring</b>				
DR	8,18	Morten Jensen (82)	Sparta	2006
KR	7,15	Martin Iversen (56)		1979

**Ungdom 6-7 år (zoneafsæt) (2,24-3,13):**

Tobias A. Kofoed (11) 16/12 Hvidovre	* 2,34
Storm Ragefeldt (11) 16/12 Hvidovre	* 2,25

**Ungdom 10-11 år (zoneafsæt) (4,09-3,94):**

Jeppe Birk (08) 8/12 Hvidovre	* 4,20
-------------------------------	--------

**Klubrekord Dreng 11 år**

Magnus A Kofoed (09)831/2 Hvidovre	*3,67
Emil Birch (09) 8/12 Hvidovre	* 3,55
Magnus A Kofoed (09) 5/1 Hvidovre	3,46
Emil Birch (09) 5/1 Hvidovre	3,19
Elias Knak (09) 5/1 Hvidovre	2,99

**Ungdom 12-13 år (4,72-5,71):**

Mathias Geertsen (06) 8/12 Hvidovre	* 4,16
Laurits RL Thomsen (06) 8/12 Hvidovre	* 4,14

Jeppe Birk (08) 1871 Ballerup	4,03
Stefan Freese (08) 5/1 Hvidovre	3,37

**Ungdom 16-17 år (6,25-6,50):**

Jonas Strunge (04) 18/1 Ballerup	5,30
----------------------------------	------

**Ungdom 18-19 år (6,62-6,44):**

Andreas B. Antoft (02) 1/3 Skive	6,15
----------------------------------	------

**Ungsenior 20-22 år (6,39-6,47-6,34):**

Daniel Matthiesen (99) 9/2 Malmö SWE	4,72
--------------------------------------	------

**Senior:**

Andreas Trajkovski (93) 26/1 Malmö SWE	7,50
--	------

**Klubrekord Senior**

Andreas B. Antoft (02) 1/3 Skive	6,15
Jacob Chua Ziska (97) 9/2 Malmö SWE	5,81
Jonas Strunge (04) 18/1 Ballerup	5,30
Daniel Matthiesen (99) 9/2 Malmö SWE	4,72
Stefan Ursea (05) 3/2 Hvidovre	

**KR Andreas Trajkovski (93) 7,50s (26/1 Malmö)**

<b>Trespring</b>				
DR	17,01	Anders Møller (77)	1900	2005
KR	14,72	Jannick Bagge (94)		2015

**Ungdom 14-15 år (12,65-13,50):**

Lucas Spurr (05) 16/2 Hvidovre	8,27
Lucas Spurr (05) 8/12 Hvidovre	* 7,91

**Senior:**

Lucas Spurr (05) 5/1 Hvidovre	8,27
-------------------------------	------

<b>Kuglestød</b>				
DR	21,63	Joachim B. Olsen (77)	1900	2004
KR	17,47	Thomas Hoffmann (82)		2013

**Ungdom 10-11 år (2 kg) (11,49-11,94):**

Jeppe Birk (08) 8/12 Hvidovre	* 7,69
Magnus A. Kofoed (09) 5/1 Hvidovre	5,57
Emil Birch (09) 8/12 Hvidovre	* 5,47
Magnus A. Kofoed (09) 8/12 Hvidovre	* 5,37
Emil Birch (09) 5/1 Hvidovre	4,77
Elias Knak (09) 16/2 Hvidovre	4,27

**Ungdom 12-13 år (2 kg) (7,89-15,67):**

Mathias Geertsen (06) 8/12 Hvidovre	* 7,51
Jeppe Birk (08) 5/1 Hvidovre	7,34
Laurits LL Thomsen (06) (/12 Hvidovre	* 7,05
Stefan Freese (08) 5/1 Hvidovre	3,87

**Ungdom 14-15 år (4 kg) (13,13-15,23):**

Alexander Bergman (05) 16/2 Hvidovre	9,01
Alexander Bergman (05) 8/12 Hvidovre	* 9,00
Erik Lange Dons (06) 1/1 Snekkersten	8,43

**Ungsenior 20-22 år (7,26 kg) (15,67-15,96-15,79):**

Stefan Lehnert (99) 1/3 Skive	13,57
Mikael Chua Ziska (99) 1/3 Skive	10,69

**Senior (7,26 kg):**

Stefan Lehnert (99) 1/3 Skive	13,57
Mikael Chua Ziska (99) 1/3 Skive	10,69

**Diskoskast**

DR	58,65	Joachim B. Olsen	1900	2001
KR	44,78	Andreas Jørgensen (91)		2014

Ingen resultater i indeværende sæson !!!

**Vægtkast (15,89 kg)**

DR	15,29	Jan Strand	Skive	2012
KR	14,45	Michael Bruun Jepsen (65)		2005

**Ungdom 18-19 år (12,5 kg) (NM-NM):**

Tobias Riber Jakobsen (01) 5/1 Hvi Sen	13,46
<b>Klubrekord Dreng 19 år og U20</b>	
Tobias Riber Jakobsen (01) 8/12 Hvi Sen	* 13,05
<b>Klubrekord Dreng 18 år</b>	

**Ungsenior 20-22 år (15,89 kg) (NM-NM-NM):**

Stefan Lehnert (99) 8/12 Hvidovre	* 15,26
<b>Klubrekord Ungsenior 20 år og U23</b>	
Mikael Chua Ziska (99) 16/2 Hvidovre	11,86

**Senior (15,89 kg):**

Stefan Lehnert (99) 8/12 Hvidovre	* 15,26
<b>Klubrekord Senior Mænd</b>	
Tobias Riber Jakobsen (01) 5/1 Hvi Sen	13,46
Mikael Chua Ziska (99) 16/2 Hvidovre	11,86

**KR Stefan Lehnert (99) 15,26m (8/12 Hvido)**

**Skumspyd**

**Ungdom 8-9 år (300 gr) ():**

Tobias A. Kofoed (11) 5/1 Hvidovre	17,04
Tobias A. Kofoed (11) 8/12 Hvidovre	* 16,95

**Ungdom 10-11 år (300 gr) (25,52-24,96):**

Jeppe Birk (08) 8/12 Hvidovre	* 19,54
Magnus A. Kofoed (09) 5/1 Hvidovre	18,47
Emil Birch (09) 5/1 Hvidovre	16,72
Emil Birch (09) 8/12 Hvidovre	* 16,26
Magnus A. Kofoed (09) 8/12 Hvidovre	* 16,16
Elias Knak (09) 16/2 Hvidovre	14,26

**Ungdom 12-13 år (300 gr) (26,52-23,84):**

Mathias Geertsen (06) 8/12 Hvidovre	18,73
Jeppe Birk (08) 5/1 Hvidovre	18,31
Lucas Spuur (05) 16/12 Hvidovre	

**7-kamp**

DR	5.542p	Lars Warming	1900	1988
KR	4.571p	Jakob Juul Rasmussen (72)		1999

Ingen resultater i indeværende sæson !!!