

INDENDØRS RANGLISTE KVINDER 2003/2004

Da indendørs sæsonen 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 fra 2003 er da markeret med en stjerne!)

50 meter			
DR	6,33	Dorthe Rasmussen	FIF 1981
SR	6,33	Dorthe Rasmussen	FIF 1981
KR	6,73	Louise Højland (80)	1999

Ungdom -9 år:

Nanna Sofie Hansen (94) 20/12 Hvidovre * 10,6

Ungdom 10-11 år:

Nanna Sofie Hansen (94) 6/3 Hvidovre 10,47

Ungdom 12-13 år:

Sabrina Andersen (91) 20/12 Hvidovre * 7,1

Sabrina Andersen (91) 6/3 Hvidovre 7,40

Jessica Siewierkiewicz (92) 6/3 Hvidovre 8,16

Ungsenior 20-22 år:

Ditte Larsen (83) 10/1 Hvidovre 7,30

Line Vibov (83) 10/1 Hvidovre 7,62

Senior:

Ditte Larsen (83) 10/1 Hvidovre 7,30

Sabrina Andersen (91) 6/3 Hvidovre 7,40

Line Vibov (83) 10/1 Hvidovre 7,62

Emilie Courier (81) 14/2 Hvidovre 7,96

Jessica Siewierkiewicz (92) 6/3 Hvidovre 8,16

Nanna Sofie Hansen (94) 6/3 Hvidovre 10,47

60 meter			
DR	7,40	Lene Demnitz	IF Sparta 1988
SR	7,40	Lene Demnitz	IF Sparta 1988
KR	7,79	Louise Højland (80)	2000

Ungdom 12-13 år:

Sabrina Andersen (91) 6/2 Malmö 8,91

Ungsenior 20-22 år:

Ditte Larsen (83) 29/2 Malmö 8,45

Senior:

Ditte Larsen (83) 29/2 Malmö 8,45

Sabrina Andersen (91) 6/2 Malmö 8,91

200 meter			
DR	24,33	Sofie Abildtrup	IF Sparta 2003
SR	24,33	Sofie Abildtrup	IF Sparta 2003
KR	25,98	Louise Højland (80)	2000

Ungsenior 20-22 år:

Ditte Larsen (83) 27/2 Malmö 26,98

Senior:

Ditte Larsen (83) 27/2 Malmö 26,98

(JJR)



Familien HvAM på træningslejr på Kreta. Som man kan se, så skinnede solen aldrig, det regnede ustandselig og var isende koldt, man gik sulten fra bordet hos Daniella på familiens restaurant og man fik slet ikke trænet. Så det gør man gerne om igen!



(JJR)

Der bliver udført forskellige traditionelle og mere ekspressive dansetrin på hækkene. Emilie Courier og Simon Nørgaard fører an i løjerne!

400 meter				
DR	54,76	Rikke Rønholdt	IF Sparta	2003
		Og Sofie Abildtrup	IF Sparta	2004
KR	59,83	Ditte Larsen (83)		2002

Ungsenior 20-22 år:
Ditte Larsen (83) 29/2 Malmö 62,15

Senior:
Ditte Larsen (83) 29/2 Malmö 62,15

800 meter				
DR	2.02.33	Heidi Jensen	Køge	2000
SR	2.02.33	Heidi Jensen	Køge	2000
KR	2.33,97	Nina Larsen (87)		2003

Ingen resultater i indeværende sæson !!!

1.500 meter				
DR	4.10,20	Tina Krebs	Fr.H.	1985
SR	4.10,20	Tina Krebs	Fr.H.	1985
KR	5.01,82	Desirée Culmsee (86)		2003

Ungdom 16-17 år:
Nina Larsen (87) 28/2 Malmö 5.28,42

Senior:
Nina Larsen (87) 28/2 Malmö 5.28,42

3.000 meter				
DR	9.19,64	Rikke Pedersen	Trongården	1997
SR	9.19,64	Rikke Pedersen	Trongården	1997
KR	10.48,14	Desirée Culmsee (86)		2002

Ungdom 18-19 år:
Desirée Culmsee (86) 28/2 Malmö 10.58,93

Senior:
Desirée Culmsee (86) 28/2 Malmö 10.58,93

50 meter hæk				
DR	7,29	Helle Sichlau	KTA	1981
SR	7,29	Helle Sichlau	KTA	1981
KR	8,01	Karina Johansen (83)		1999

Ingen resultater i indeværende sæson !!!

60 meter hæk				
DR	8,42	Lene Demsitz	IF Sparta	1986
SR	8,42	Lene Demsitz	IF Sparta	1986
KR	8,92	Karina Johansen (83)		1999

Ingen resultater i indeværende sæson !!!



4x200 meter stafet

DR	1.49,27	Hvidovre AM	2003
SR	1.49,27	Hvidovre AM	2003
KR	1.49,27	Heidi N. Jensen (80) Lill Møller Jørgensen (80) Tine Sand (81) Ditte Larsen (83)	2003

Ingen resultater i indeværende sæson !!!

Længdespring

DR	6,77	Renata P. Nielsen	1900	1995
SR				
KR	5,63	Karina Johansen (83)		2000

Ungdom -9 år:

Nanna Sofie Hansen (94) 20/12 Hvidovre * 2,26

Ungdom 12-13 år (zoneafsæt):

Sabrina Andersen (91) 20/12 Hvidovre * 4,57
Sabrina Andersen (91) 6/3 Hvidovre 4,49
Jessica Siewierkiewicz (92) 6/3 Hvidovre 3,80

Ungsenior 20-22 år:

Ditte Larsen (83) 10/1 Hvidovre 4,86

Senior:

Ditte Larsen (83) 10/1 Hvidovre 4,86

Trespring

DR	13,58	Dorthe Jensen	1900	1997
SR				
KR	12,18	Karina Johansen (83)		2002

Ingen resultater i indeværende sæson !!!

Højdespring

DR	1,90	Pia Zinck	1900	1997
SR				
KR	1,68	Karina Johansen (83)		2001

Senior:

Belinda Maecklenburg (66), 6/3 Hvidovre 1,30

Veteran K35 (35-39 år):

Belinda Maecklenburg (66), 6/3 Hvidovre 1,30

Stangspring

DR	4,23	Maria B. Rasmussen	1900	2003
SR	3,90	Anita Tørring	IF Sparta	2003
KR	3,00	Line Vibov (83)		2003

Senior:

Emilie Courier (81) 29/2 Malmö 2,90

Kuglestød

DR	14,71	Birthe Kofoed	Herlufsholm	1980
SR	14,71	Birthe Kofoed	Herlufsholm	1980
	13,00	Maria Sløk Hansen (83)		2003

Ungdom 12-13 år:

Sabrina Andersen (91) 6/3 Hvidovre 2 kg 9,40
Jessica Siewierkiewicz (92) 6/3 Hvidov 2 kg 7,39

Ungsenior 20-22 år:

Maria Sløk Hansen (83) 28/2 Malmö 4 kg 11,47

Senior:

Belinda Maecklenburg (66) 28/2 Malmö 12,09
Maria Sløk Hansen (83) 28/2 Malmö 11,47
Inge Faldager (48) 6/3 Hvidovre 9,62

Veteran K35 (35-39 år):

Belinda Maecklenburg (66) 28/2 Malmö 12,09

Veteran K50 (50-54 år):

Inge Faldager (48) 6/3 Hvidovre 9,62
Inge Faldager (48) 6/3 Hvidovre 3 kg 11,26

Vægtkast

DR	17,57	Charlotte Wählin	Sparta	2000
SR	17,57	Charlotte Wählin	Sparta	2000
KR	11,82	Inge Faldager (48)		2003

Ingen resultater i indeværende sæson !!!

Skumspydkast

Ungdom 10-11 år:

Nanna Sofie Hansen (94) 6/3 Hvidovre 5,34

5-kamp

DR	3.943p	Charlotte Beiter	IF Sparta	1991
SR	3.943p	Charlotte Beiter	IF Sparta	1991
KR	2.865p	Hanne Sørensen (80)		1998
		(9,22-1,52-8,58-4,88-2,57,2)		

Ingen resultater i indeværende sæson !!!