

# 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	<b>2014:</b>	<b>12,72</b>	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:	27,77
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) 30/6 Hvidovre -0,5 25,12

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 (58)	KIF	1978
ØR	8.42,3	Loa Olofsson (58)	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:	---	<b>2009:</b>	<b>18.33</b>	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:	---	<b>2009:</b>	<b>38.35</b>	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:	---
<b>2002:</b>	<b>18,25</b>	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:

997:	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 Lyngby +1,2 4,86

Lea Brader Gatzwiller (11) 20/5 Lyngby +1,18 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



## Udendørs Rangliste Kvinder 2024

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 Zerzut (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 Gnutzmann (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 Gnutzmann (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 Gnutzmann (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
		<b>Klubrekord Senior</b>	
		Niahm Fogarty (99) 28/9 (52,02+22,34)	74,36
		<b>KR Annesofie Hartmann (00) 84,71 (28/9 Hvidovre)</b>	

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
1999:	---	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 Gnutzmann (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 Gnutzmann (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

#### Udvikling i snit Top-5:

1997:	---	2007:	8,39	2017:	11,73
1998:	---	2008:	8,55	2018:	15,16 (3)
1999:	---	2009:	9,14	2019:	13,81
2000:	---	2010:	11,42	2020:	14,76 (3)
2001:	---	2011:	12,83	2021:	11,95 (3)
2002:	---	2012:	<b>13,90</b>	2022:	13,48
2003:	---	2013:	---	2023:	13,64
2004:	---	2014:	---	2024:	12,53
2005:	---	2015:	12,68 (3)		
2006:	---	2016:	15,12 (2)		

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

Johanne Gnudtzmann (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 Gnudtzmann (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

### Spydcast

DR	64,83	Christina Scherwin (76)Sparta	2006
ØR	64,83	Christina Scherwin (76)Sparta	2006
KR	48,93	Maria Lykke Jensen (90)	2012

#### Udvikling i snit Top-5:

1997:	27,20	2007:	33,06	2017:	34,14
1998:	30,88	2008:	28,89	2018:	31,22
1999:	33,23	2009:	26,66	2019:	33,84
2000:	---	2010:	28,22	2020:	32,33
2001:	26,78	2011:	33,97	2021:	22,94
2002:	31,71	2012:	<b>36,14</b>	2022:	30,05
2003:	29,48	2013:	35,95	2023:	32,25
2004:	29,79	2014:	34,36	2024:	31,55
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 Gnudtzmann (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 Gnutzmann (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
		Annesofie Hartmann (00) 28/9 (25,82+8,16)	33,88

**Klubrekord Senior**

**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 Gnutzmann (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)**