

UDENDØRS RANGLISTE

MÆND 2011

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 2011 er der sat 36 klubrekorder (16 ungdom, 3 senior, 17 veteran)



Simon Mathiasen

Danmarks hurtigste 15
 årig, ikke kun i 2010, men
 også nogensinde qua sine
 Danske Ungdoms
 Rekorder på 200m og
 300m

40 meter

Ingen har løbet distancen i 2011 !!!

60 meter

Ungdom 10-11 år (9,14-8,68):

Valdemar BA Jóna (00) 25/9 Greve	+0,0	9,90
Rasmus Askø Stark (01) 22/8 Fr.berg	+3,7	10,41

80 meter

Ingen har løbet distancen i 2011 !!!

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 (11,60-11,61):

Simon Mathiasen (96) 27/8 Odense	+1,2	11,36
----------------------------------	------	-------

Klubrekord Dreng 15 år

Junior 16-17 år (11,27-11,11):

Jannick Bagge (94) 24/8 Hvidovre	+0,2	12,24
----------------------------------	------	-------

Junior 18-19 år (11,12-10,84):

Mikkel Roald-Arbøl (92) 25/5 Hvidov.	+1,4	12,12
Jesper H. Winkel (92) 27/7 Hvidovre	-2,2	12,50
Andreas Uggen (92) 24/8 Hvidovre	+0,0	12,84
Dannie Dandan Peng-Li (92) 24/8 Hvi	-0,2	12,87

Ungsenior 20-22 år (10,89-10,77-10,76):

Kasper Olsen (91) 3/6 Østerbro	+1,0	10,97
Azat Taheri (89) 25/5 Hvidovre	+1,4	11,24
Anders Schönherr (91) 9/7 Göteborg	-0,4	11,95



Andreas Uggen

Spændende nyt navn fra
 fodboldens verden

Senior:

Kasper Olsen (91) 3/6 Østerbro	+1,0	10,97
Azat Taheri (89) 25/5 Hvidovre	+1,4	11,24
Simon Mathiasen (96) 27/8 Odense	+1,2	11,36
Marc Lorentzen (80) 25/5 Hvidovre	+1,4	11,62
Anders Schönherr (91) 9/7 Göteborg	-0,4	11,95

Mikkel Roald-Arbøl (92) 25/5 Hvidov.	+1,4	12,12
Jannick Bagge (94) 24/8 Hvidovre	+0,2	12,24
Jesper H. Winkel (92) 27/7 Hvidovre	+0,4	12,28
Anders Schönherr (91) 8/6 Hvidovre	-3,4	12,67
Andreas Uggen (92) 24/8 Hvidovre	+0,0	12,84

Dannie Dandan Peng-Li (92) 24/8 Hvi	-0,2	12,87
Jakob Juul Rasmussen (72) 3/9 Hvido	-2,2	13,09
Carsten Damslund (66) 2/9 Hvidovre	-0,1	13,55
Claus Elletoft (75) 25/6 Holbæk	+0,5	13,75
René Nybo (61) 24/9 Greve	-1,3	15,10

Veteraner M30 (30-34 år) (11,13):

Marc Lorentzen (80) 25/5 Hvidovre	+1,4	11,62
-----------------------------------	------	-------

Veteraner M35 (35-39 år) (10,71):

Jakob Juul Rasmussen (72) 3/9 Hvido	-2,2	13,09
Claus Elletoft (75) 25/6 Holbæk	+0,5	13,75

Veteraner M45 (45-49 år) (11,5):

Carsten Damslund (66) 2/9 Hvidovre	-0,1	13,55
------------------------------------	------	-------

Veteraner M50 (50-54år) (12,70):

René Nybo (61) 24/9 Greve	-1,3	15,10
---------------------------	------	-------

For megen medvind:

Dandan Peng-Li (92) 25/5 Hvidovre	+5,1	12,43
-----------------------------------	------	-------

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:	11,43

150 meter

DR
SR
KR

Junior 18-19 år (NM-NM):

Mikkel Roald-Arbøl (92) 27/7 Hvido	+0,4	18,35
------------------------------------	------	-------

Klubrekord Junior 19 år

Ungsenior 20-22 år (NM-NM-NM):

Kasper Olsen (91) 27/7 Hvidovre	+1,3	16,91
---------------------------------	------	-------

Klubrekord Ungsenior 20 år + U23

Anders Schönherr (91) 27/7 Hvidovr	+1,3	18,22
------------------------------------	------	-------

Senior:

Kasper Olsen (91) 27/7 Hvidovre	+1,3	16,91
---------------------------------	------	-------

Klubrekord Senior Mænd

Anders Schönherr (91) 27/7 Hvidovr	+1,3	18,22
------------------------------------	------	-------

Mikkel Roald-Arbøl (92) 27/7 Hvido	+0,4	18,35
------------------------------------	------	-------

KR Kasper Olsen (91) 16,91s (27/7 Hvidovre)

200 meter

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

Ungdom 10-11 år (32,5-27,7):

Valdemar BA Jóna (00) 24/9 Greve	-0,5	32,59
----------------------------------	------	-------

Ungdom 12-13 år (27,69-24,99):

Mathias Kristensen (99) 24/9 Greve	0,3	34,29
------------------------------------	-----	-------

Ungdom 14-15 år (23,43-24,99):

Simon Mathiasen (96) 21/8 Hvidovre	+1,5	22,68
------------------------------------	------	-------

Dansk Ungdoms Rekord 15 år

Ungdom 16-17 år (22,97-22,49):

Rúni Seloy (94) 8/5 Tårnby	-1,7	24,47
----------------------------	------	-------

Junior 18-19 år (22,24-22,14):

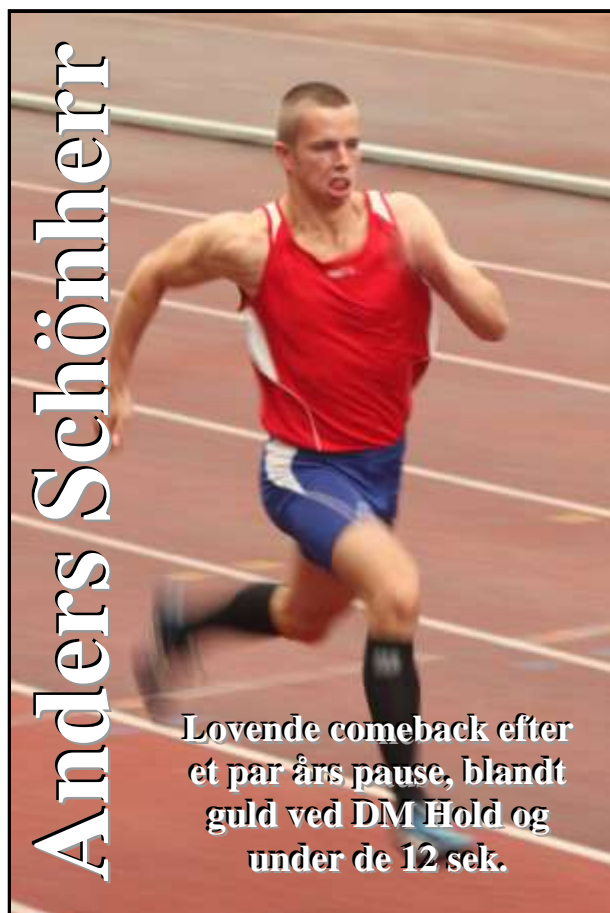
Jesper Winkel (92) 7/8 Østerbro	+1,6	24,25
---------------------------------	------	-------

Dandan Peng-Li (92) 11/6 Odense	+1,1	25,46
---------------------------------	------	-------

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

Kasper Olsen (91) 4/6 Østerbro	+0,0	22,26
--------------------------------	------	-------

Anders Schönherr (91) 7/8 Østerbro	+1,6	24,28
------------------------------------	------	-------



Senior:

Kasper Olsen (91) 4/6 Østerbro	+0,0	22,26
Simon Mathiasen (96) 21/8 Hvidovre	+1,5	22,68
Jesper Winkel (92) 7/8 Østerbro	+1,6	24,25
Anders Schönherr (91) 7/8 Østerbro	+1,6	24,28
Rúni Seloy (94) 8/5 Tårnby	-1,7	24,47
Dandan Peng-Li (92) 11/6 Odense	+1,1	25,46
Carsten Damslund (66) 3/9 Hvidovre	-1,0	28,64
Claus Elletoft (75) 25/6 Holbæk	+1,2	28,76

Veteraner M35 (35-39 år) (21,71):

Claus Elletoft (75) 25/6 Holbæk	+1,2	28,76
---------------------------------	------	-------

Veteraner M45 (45-49 år) (25,06):

Carsten Damslund (66) 3/9 Hvidovre	-1,0	28,64
------------------------------------	------	-------

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:	23,59

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 (37,58-36,90):

Simon Mathiasen (96) 10/7 Göteborg	35,53
------------------------------------	-------

Dansk Ungdoms Rekord 15 år

Ungdom 18-19 år (35,79-35,48):

Jesper H. Winkel (92) 8/6 Hvidovre	38,94
Dannie Dandan Peng-Li (92) 25/5 Hvidovr	40,53

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

Kasper Olsen (91) 8/6 Hvidovre	35,34
Azad Taheri (89) 25/5 Hvidovre	37,16

Senior:

Kasper Olsen (91) 8/6 Hvidovre	35,34
Simon Mathiasen (96) 10/7 Göteborg	35,53
Azad Taheri (89) 25/5 Hvidovre	37,16
Jesper H. Winkel (92) 8/6 Hvidovre	38,94
Dannie Dandan Peng-Li (92) 25/5 Hvidovr	40,53

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:	37,50

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 14-15 år (57,7-56,05):

Simon Mathiasen (96) 14/5 Østerbro	53,56
------------------------------------	-------

Klubrekord Dreng 15 år



Ungdom 18-19 år (49,89-49,0):

Rúni Seloy (94) 9/7 Göteborg 52,88

Ungdom 18-19 år (49,3-48,70):

Jesper H. Winkel (92) 27/7 Hvidovre 53,64

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

Kasper Olsen (91) 10/9 Skive 49,97

Azad Taheri (89) 11/6 Odense 53,74

Senior:

Kasper Olsen (91) 10/9 Skive 49,97

Marc Lorentzen (81) 7/6 Herlufsholm 52,46

Rúni Seloy (94) 9/7 Göteborg 52,88

Simon Mathiasen (96) 14/5 Østerbro 53,56

Jesper H. Winkel (92) 27/7 Hvidovre 53,64

Azad Taheri (89) 11/6 Odense 53,74

Veteraner M30 (30-34 år) (50,66):

Marc Lorentzen (81) 7/6 Herlufsholm 52,46

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:	53,82
2001:	53,71	2006:	53,63	2011:	52,50



600 meter

Ungdom 12-13 år (1.54,46-1.52,33):

Emil Hur Larsen (98) 25/9 Greve 1.53,17

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 10-11 år (NM-2.31,3):

Jonas D. Linnemann (00) 8/5 Tårnby 2.44,96

Ungdom 16-17 år (1.56,8-1.56,4):

Rúni Seloy (94) 12/6 Odense 1.57,65

Ungdom 18-19 år (1.53,5-1.52,7):

Dannie Dandan Peng-Li (92) 27/7 Hvidovr 2.21,61

Alex Clausen (92) 10/9 Skive 2.22,98

Senior:

Rúni Seloy (94) 12/6 Odense 1.57,65

Lasse Lerke (80) 14/5 Østerbro 2.17,43

Dannie Dandan Peng-Li (92) 27/7 Hvidovr 2.21,61

Alex Clausen (92) 10/9 Skive 2.22,98

Veteraner M30 (30-34 år) (2.02,7):

Lasse Lerke (80) 14/5 Østerbro 2.17,43

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 12-13 år (3.15,6-NM):

Emil Hur Laursen (98) 30/4 Glostrup 3.31,16

Klubrekord Dreng 13 år

Senior:

Emil Hur Laursen (98) 30/4 Glostrup 3.31,16

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) 8/5 Tårnby 5.33,44

Ungdom 18-19 år (3.59,4-4.02,4):

Mikkel Roald-Arbæk (91) 10/9 Skive 5.38,86

Ungsenior 20-22 år (4.03,6-3.51,4-3.51,0):

Anders Schönherr (91) 14/5 Østerbro 6.03,6

Senior:

Samuel Lutabi (79) 14/5 Østerbro 4.24,0

Marc Lorentzen (81) 21/9 Østerbro 5.13,67

Bent Eering (62) 7/6 Herlufsholm 5.13,78

Mikkel Roald-Arbæk (91) 10/9 Skive 5.38,86

Mark Ahlehuus (88) 10/9 Skive 5.47,81

Anders Schönherr (91) 14/5 Østerbro 6.03,6

Veteraner M30 (30-34 år) (4.01,35):

Samuel Lutabi (79) 14/5 Østerbro 4.24,0

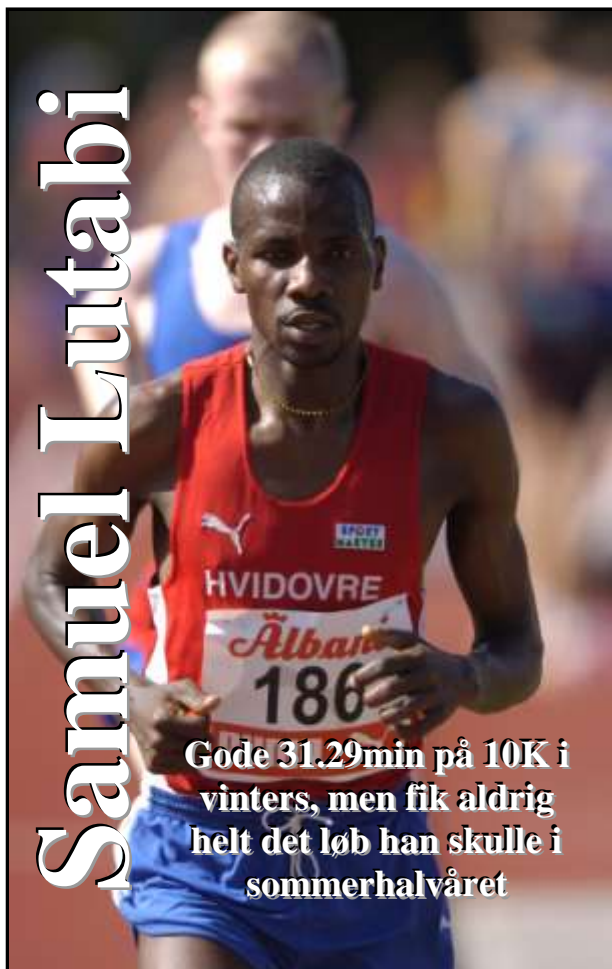
Marc Lorentzen (81) 21/9 Østerbro 5.13,67

Veteraner M45 (45-49 år) (4.43,41):

Bent Eering (62) 7/6 Herlufsholm 5.13,78

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: 5.15,62



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 2011 !!!

2.000 meter

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

Senior:

Claus Elletoft (75) 27/7 Hvidovre 8.22,26

Veteraner M35 (35-39 år) (NM):

Claus Elletoft (75) 27/7 Hvidovre 8.22,26

Klubrekord Veteraner M35

3.000 meter

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

Ingen har løbet distancen i 2011 !!!

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:

Samuel Lutabi (79) 3/6 Østerbro 15.18,05

Bent Eering (62) 7/6 Herlufsholm 18.54,17

Marc Lorentzen (81) 22/9 Østerbro 20.51,5

Veteraner M30 (30-34 år) (14.53,86):

Samuel Lutabi (79) 3/6 Østerbro 15.18,05

Marc Lorentzen (81) 22/9 Østerbro 20.51,5

Veteraner M45 (45-49 år) (18.34,5):

Bent Eering (62) 7/6 Herlufsholm 18.54,17

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: ---
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

Ingen har løbet distancen i 2011 !!!

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

Senior:

Demi Erik Pihl Hansen (??) 18/9 Hvidovre	26.28
Bent Andersen (??) 18/9 Hvidovre	29.57

Udvikling i snit Top-5:

1997: ---	2002: ---	2007: 18.06
1998: ---	2003: ---	2008: 18.52
1999: ---	2004: ---	2009: ---
2000: ---	2005: ---	2010: ---
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:

Stephan Alex Jensen (83) 27/3 Allerød	30.36
---------------------------------------	-------

Klubrekord Senior Mænd

Samuel Lutabi (79) 27/3 Allerød	31.29
Kenneth Munk (81) 22/5 København	35.20
Thim Nørgaard Andersen (69) 27/3 Allerød	35.19
Lars Kamarainen (80) 25/7 Hasle	35.47

Lasse Lerke (80) 27/3 Allerød	36.30
Steffen Jørgensen (80) 22/5 København	42.50

Jesper Sørensen (58) 18/9 Hvidovre	43.36
Kenneth Sachse (63) 8/5 Lyngby	44.02
Søren Nøhr Sørensen (71) 8/5 Lyngby	46.43

Jonas D. Linnemann (??) 18/9 Hvidovre	46.53
Ole Perregaard (??) 18/9 Hvidovre	47.19

Veteran M30 (30-34 år) (31.06):

Samuel Lutabi (79) 27/3 Allerød	31.29
Lars Kamarainen (80) 25/7 Hasle	35.47
Lasse Lerke (80) 27/3 Allerød	36.30
Steffen Jørgensen (80) 22/5 København	42.50

Veteran M40 (40-44 år) (34.18):

Thim Nørgaard Andersen (69) 27/3 Allerød	35.19
Søren Nøhr Sørensen (71) 8/5 Lyngby	46.43

Veteran M45 (45-49 år) (37.48):

Kenneth Sachse (63) 8/5 Lyngby	44.02
--------------------------------	-------

Veteran M50 (50-54 år) (40.17):

Jesper Sørensen (58) 18/9 Hvidovre	43.36
------------------------------------	-------

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: 33.42

KR Stephan Alex Jensen (83) 30.36m (27/3 Allerød)



Har i år endelig fået ram på klubrekorden på maraton med 2.31.34!
 Har de Danske Rekorder på ultraløbsdistancerne 6 timers løb og 100 km
 Ses her i en meget pink og meget lidt maskulin heldragt ☺

15 km landevej				
DR	43.42	Henrik Jørgensen	Herlev IF	1986
SR	43.42	Henrik Jørgensen	Herlev IF	1986
KR	47.59	Anders Ejby Ernst (80)		2010

Senior:

Nicolas Ward Munos (82)	30/1 Odder	50.48
Kenneth Munk (81)	22/5 København	52.45
Thim N. Andersen (69)	30/1 Odder	55.10
Kim Rasmussen (68)	30/1 Odder	55.33
Steffen Jørgensen (80)	22/5 København	1.04.25

Veteran M30 (30-34 år) (47.59):

Steffen Jørgensen (80)	22/5 København	1.04.25
------------------------	----------------	---------

Veteran M40 (40-44 år) (NM):

Thim N. Andersen (69)	30/1 Odder	55.10
-----------------------	------------	-------

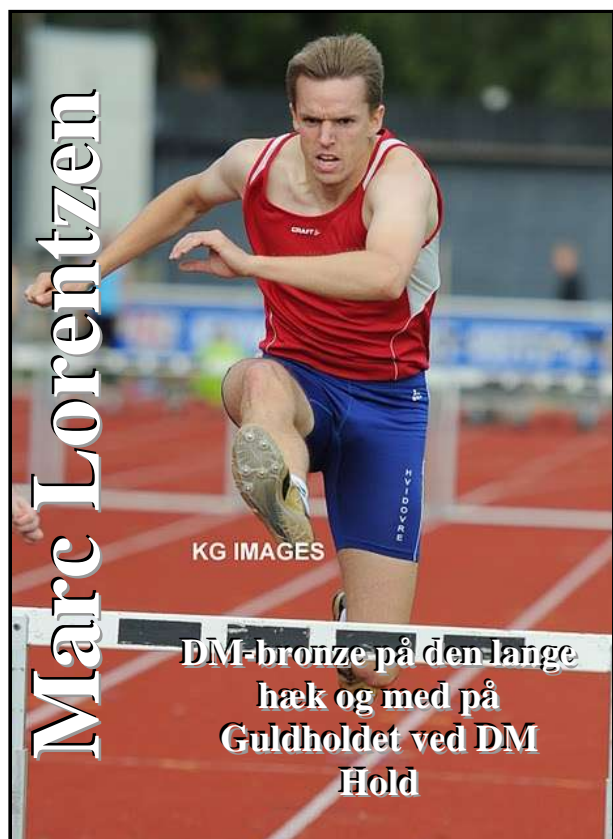
Klubrekord Mænd M40

Kim Rasmussen (68)	30/1 Odder	55.33
--------------------	------------	-------

20 km landevej				
DR	59.21	Allan Zachariassen	Fr.Od.	1983
SR	?	?		?
KR	1.01.55	Steen Sveidahl (42)		1967

Senior:

Kenneth Munk (81)	22/5 København	1.10.21
Lasse Lerke (80)	8/5 Lyngby	1.15.28
Steffen Jørgensen (80)	22/5 København	1.26.37



Kenneth Sachse (63)	8/5 Lyngby	1.28.35
Jesper Sørensen (58)	8/5 Lyngby	1.31.42
Søren Nøhr Sørensen (71)	8/5 Lyngby	1.35.06

Veteran M30 (30-34 år) (1.05.14):

Kenneth Munk (81)	22/5 København	1.10.21
Lasse Lerke (80)	8/5 Lyngby	1.15.28
Steffen Jørgensen (80)	22/5 København	1.26.37

Veteran M40 (40-44 år) (1.12.59):

Søren Nøhr Sørensen (71)	8/5 Lyngby	1.35.06
--------------------------	------------	---------

Veteran M45 (45-49 år) (1.19.58):

Kenneth Sachse (63)	8/5 Lyngby	1.28.35
---------------------	------------	---------

Veteran M50 (50-54 år) (1.29.57):

Jesper Sørensen (58)	8/5 Lyngby	1.31.42
----------------------	------------	---------

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:	1.22.33

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)	7/5 Middelfart	1.13.14
Kenneth Munk (81)	22/5 København	1.14.15
Lasse Lerke (80)	8/5 Lyngby	1.19.38
Steffen Jørgensen (80)	22/5 København	1.31.23
Kenneth Sachse (63)	8/5 Lyngby	1.33.16
Jesper Sørensen (58)	8/5 Lyngby	1.36.47
Søren Nøhr Sørensen (71)	8/5 Lyngby	1.40.27

Veteran M30 (30-34 år) (1.08.47):

Samuel Lutabi (79)	7/5 Middelfart	1.13.14
Lasse Lerke (80)	8/5 Lyngby	1.19.38
Steffen Jørgensen (80)	22/5 København	1.31.23

Veteran M40 (40-44 år) (1.16.50):

Søren Nøhr Sørensen (71)	8/5 Lyngby	1.40.27
--------------------------	------------	---------

Veteran M45 (45-49 år) (1.23.57):

Kenneth Sachse (63)	8/5 Lyngby	1.33.16
---------------------	------------	---------

Veteran M50 (50-54 år) (1.34.59):

Jesper Sørensen (58)	8/5 Lyngby	1.36.47
----------------------	------------	---------

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:	1.22.21

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:

Kenneth Munk (81) 22/5 København 2.31.34

Klubrekord Senior Mænd

Steffen Jørgensen (80) 22/5 København 3.27.50

Veteran M30 (30-34 år) (2.49.24):

Kenneth Munk (81) 22/5 København 2.31.34

Klubrekord M30

Steffen Jørgensen (80) 22/5 København 3.27.50

Udvikling i snit Top-5:

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

KR Kenneth Munk (81) 2.31.34t (22/5 København)

100 km landevej				
DR	6.57.35	Kenneth Munk	Hvidovre	2010
SR	6.57.35	Kenneth Munk	Hvidovre	2010
KR	6.57.35	Kenneth Munk (81)		2010

Ingen har løbet distancen i 2011 !!!

6 timer løb				
DR	86,740	Kenneth Munk (81)	Hvidovre	2010
KR	86,740	Kenneth Munk (81)		2010

Ingen har løbet distancen i 2011 !!!

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 2011 !!!

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

Senior:

Marc Lorentzen (81) 3/9 Hvidovre -2,3 15,90

Veteran M30 (30-34 år) (15,3):

Marc Lorentzen (81) 3/9 Hvidovre -2,3 15,90

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 2011 !!!





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) 14/5 Østerbro 57,24

Veteran M30 (30-34 år) (58,4):

Marc Lorentzen (81) 14/5 Østerbro 57,24

Klubrekord Veteraner M30

3.000 meter forhindring				
DR	8.23,56	Flemming Jensen	FIF	1987
SR	8.23,56	Flemming Jensen	FIF	1987
KR	8.53,11	Stephan Alex Jensen		2010

Ungsenior 20-22 år (10.02,9-9.13,0-9.03,2):

Anders Schönherr (91) 14/5 Østerbro 14.02,54

Senior:

Stephan Alex Jensen (83) 19/6 Novi Sad 9.10,27

Marc Lorentzen 881) 23/9 Østerbro 12.59,1x

Mark Ahlehuus (88) 10/9 Skive 13.59,17

Anders Schönherr (91) 14/5 Østerbro 14.02,54

Veteran M30 (30-34 år) (9.31,4):

Marc Lorentzen 881) 23/9 Østerbro 12.59,1

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) 14/5 Østerbro 43,50

Kasper Olsen (91)

Marc Lorentzen (81)

Azad Taheri (89)

Kasper Olsen (91) 10/9 Skive 44,06

Simon Mathiasen (96)

Anders Schönherr (92)

Marc Lorentzen (81)

René Nybo (61) 11/6 Odense 54,33

Dannie Dandan Peng-Li (92)

Mikkel Roald-Arbøl (92)

Jesper H. Winkel (92)

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 2011 !!!

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) Knud Edinger (48) Raymond Gordon (44) Svend Mathiasen (46)	1971

Senior:

René Nybo (61) 7/6 Herlufsholm	2.23,03
Carsten Damslund (66)	
Bent Eering (62)	
Marc Lorentzen (81)	

Veteran M30 (30-34 år) (2.06.85):

René Nybo (61) 7/6 Herlufsholm	2.23,03
Carsten Damslund (66)	
Bent Eering (62)	
Marc Lorentzen (81)	

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) Rasmus Olsen (89) Carsten Schmidt (79) Steffen Jørgensen (80)	2005

Ungsenior 20-22år (3.32,0-NM-3.30,12):

Kasper Olsen (91) 28/8 Odense	3.36,70
Anders Schönherr (91)	
Simon Mathiasen (96)	
Jannick Bagge (94)	

Senior:

Kasper Olsen (91) 10/9 Skive	3.33,27
Simon Mathiasen (96)	
Anders Schönherr (92)	
<u>Marc Lorentzen (81)</u>	
Kasper Olsen (91) 14/5 Østerbro	3.35,65
Dannie Dandan Peng-li (91)	
Marc Lorentzen (80)	
<u>Azad Taheri (89)</u>	
Kasper Olsen (91) 28/8 Odense	3.36,70
Anders Schönherr (91)	
Simon Mathiasen (96)	
<u>Jannick Bagge (94)</u>	
Kasper Olsen (91) 14/5 Østerbro	3.41,31
Anders Schönherr (91)	
Dannie Dandan Peng-li (91)	
Azad Taheri (89)	

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) Arne Basbøll (58) Ole Sørensen (58) Jan Flemming Nielsen (63)	1983

Ingen har løbet distancen i 2011 !!!

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) Knud R. Andersen (45) Steen Sveidahl (42) Birger Christoffersen (46)	1967

Ingen har løbet distancen i 2011 !!!

Længdespring

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

Ungdom 10-11 år zone (4,00-4,43):

Valdemar BA Jóna (00) 24/9 Greve	-0,4	3,78
Rasmus Askø Stark (01) 22/8 Fr.berg	-0,1	3,16

Ungdom 12-13 år zone (4,90-5,40):

Mathias Kristensen (99) 24/9 Greve	+0,0	3,47
------------------------------------	------	------



Ungdom 14-15 år (5,73-6,23):
Simon Mathiasen (96) 24/9 Greve +0,1 5,95

Ungdom 16-17 år (6,56-6,75):
Jannick Bagge (94) 10/9 Skive +1,1 6,40

Ungdom 18-19 år (6,97-7,00):
Mikkel Roald-Arbøl (92) 10/9 Skive +0,8 6,07
Dannie Dandan Peng-Li (92) 14/5 Øbr +0,6 5,54

Ungsenior 20-22 år (6,95-7,16-7,14):
Kasper Olsen (91) 24/8 Hvidovre +0,0 6,52

Senior:
Kasper Olsen (91) 24/8 Hvidovre +0,0 6,52
Jannick Bagge (94) 10/9 Skive +1,1 6,40
Mikkel Roald-Arbøl (92) 10/9 Skive +0,8 6,07
Mads B. Hansen (80) 14/5 Østerbro +0,7 6,02
Simon Mathiasen (96) 24/9 Greve +0,1 5,95

Marc Lorentzen (81) 22/9 Østerbro +1,2 5,74
Dannie Dandan Peng-Li (92) 14/5 Øbr +0,6 5,54
Carsten Damslund (66) 7/6 Herlufshol +0,3 4,75

Veteraner M30 (30-34 år) (6,85):
Mads B. Hansen (80) 14/5 Østerbro +0,7 6,02

Veteraner M45 (45-49 år) (5,57):
Carsten Damslund (66) 7/6 Herlufshol +0,3 4,75

For megen medvind:
Jannick Bagge (94) 24/8 Hvidovre +2,1 6,41

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:	6,19

Trespring

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

Ungdom 16-17 år (13,06-14,05):

Jannick Bagge (94) 10/9 Skive +1,1 14,05
Klubrekord Dreng 17 år

Ungdom 18-19 år (14,05-13,38):

Mikkel Roald-Arbøl (92) 27/8 Odens -0,5 12,93

Senior:

Jannick Bagge (94) 10/9 Skive +1,1 14,05
Mads B. Hansen (80) 14/5 Østerbro -0,6 13,95
Mikkel Roald-Arbøl (92) 27/8 Odens -0,5 12,93
Marc Lorentzen (81) 23/9 Østerbro +1,8 12,37

Veteraner M30 (30-34 år) (14,10):

Mads B. Hansen (80) 14/5 Østerbro -0,6 13,95
Marc Lorentzen (81) 23/9 Østerbro +1,8 12,37

For megen medvind:

Jannick Bagge (94) 10/9 Skive +2,9 14,11

Udvikling i snit Top-5:

1997:	11,98	2002:	---	2007:	---
1998:	12,74	2003:	---	2008:	12,56
1999:	---	2004:	---	2009:	---
2000:	---	2005:	---	2010:	---
2001:	---	2006:	12,17	2011:	10,66

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 10-11år (1,12-1,53):

Jonas D. Linnemann (00) 8/5 Tårnby 1,20

Senior:

Kenneth Thorsen (81) 14/5 Østerbro 1,86
Mark Ahlehuus (88) 10/9 Skive 1,62
Marc Lorentzen (81) 20/9 Østerbro 1,60
René Nybo (61) 7/6 Herlufsholm 1,35

Veteraner M30 (30-34 år) (2,00):

Kenneth Thorsen (81) 14/5 Østerbro 1,86
Marc Lorentzen (81) 20/9 Østerbro 1,60

Veteraner M50 (50-54 år) (1,55):

René Nybo (61) 7/6 Herlufsholm 1,35



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:	---

Stangspring

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

Senior:

Jakob Juul Rasmussen (72)	10/9 Skive	3,92
Marc Lorentzen (81)	7/6 Herlufsholm	2,30

Veteraner M30 (30-34 år) (4,80):

Marc Lorentzen (81)	7/6 Herlufsholm	2,30
---------------------	-----------------	------

Veteraner M35 (35-39 år) (4,87):

Jakob Juul Rasmussen (72)	10/9 Skive	3,92
---------------------------	------------	------

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:	---
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 14-15 år (14,45-14,75):

Simon Mathiasen (96)	2/10 Hvidovre	10,69
----------------------	---------------	-------

Ungdom 16-17 år (13,16-14,07):

Jannick Bagge (94)	2/10 Hvidovre	7kg	11,37
--------------------	---------------	-----	-------

Klubrekord Dreng 17 år

Junior 18-19 år (6,0 kg) (13,23-14,29):

Mikkel Roald-Arbøl (92)	2/10 Hvidovre	8,19
Anders Schönherr (92)	2/10 Hvidovre	6,14

Ungsenior 20-22 år (7,26 kg) (14,96-15,66-15,21):

Kasper Olsen (91)	2/10 Hvidovre	8,59
-------------------	---------------	------

Senior (7,26kg):

Thomas Hoffmann (82)	25/5 Hvidovre	16,22
Casper Nielsen (79)	22/5 Hvidovre	13,47
Michael Bruun Jepsen (65)	21/7 Hvidovre	12,27
Christian Nickelsen (74)	25/6 Hvidovre	12,08
Jannick Bagge (94)	2/10 Hvidovre	11,37

René Nybo (61)	10/9 Skive	10,72
Steffen Jørgensen (80)	2/10 Hvidovre	9,26
Marc Lorentzen (81)	19/9 Østerbro	8,68
Kasper Olsen (91)	2/10 Hvidovre	8,59
Mikkel Roald-Arbøl (92)	2/10 Hvidovre	8,19

Claus Elletoft (75)	3/9 Hvidovre	7,09
Anders Schönherr (92)	2/10 Hvidovre	6,14



Havde en rigtig god sæson med 45,63m i diskos og en 9.plads på den danske rangliste

Veteraner M30 (30-34 år) (14,89):

Casper Nielsen (79) 22/5 Hvidovre	13,47
Steffen Jørgensen (80) 2/10 Hvidovre	9,26
Marc Lorentzen (81) 19/9 Østerbro	8,68

Veteraner M35 (35-39 år) (12,91):

Christian Nickelsen (74) 25/6 Hvidovre	12,08
Claus Elletoft (75) 3/9 Hvidovre	7,09

Veteraner M45 (45-49 år) (12,37):

Michael Bruun Jepsen (65) 21/7 Hvidovre	12,27
---	-------

Veteraner M50 (50-54 år) (6/7,26kg) (8,53/NM):

René Nybo (61) 3/9 Hvidovre	6K	11,71
-----------------------------	----	-------

Klubrekord Veteraner M50

René Nybo (61) 10/9 Skive	10,72
---------------------------	-------

Klubrekord Veteraner M50

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:	13,08

Diskoskast

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

Ungdom 14-15 år (1kg) (46,47-45,79):

Simon Mathiasen (96) 31/7 Hvidovre	28,37
------------------------------------	-------

Ungdom 16-17 år (5,0 kg) (45,76-39,18):

Jannick Bagge (94) 2/10 Hvidovre	2kg	27,74
----------------------------------	-----	-------

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

Mikkel Roald-Arbøl (92) 25/5 Hvidovre	25,95
---------------------------------------	-------

Ungsenior 20-22 år (7,26 kg) (44,70-44,77-45,78):

Kasper Olsen (91) 2/109 Hvidovre	24,07
----------------------------------	-------

Anders Schönherr (91) 2/10 Hvidovre	22,96
-------------------------------------	-------

Senior (2 kg):

Thomas Hoffmann (82) 14/5 Østerbro	46,12
------------------------------------	-------

Casper Nielsen (79) 11/6 Odense	45,63
---------------------------------	-------

Michael Bruun Jepsen (65) 25/6 Hvidovre	38,61
---	-------

Christian Nickelsen (74) 25/6 Hvidovre	36,38
--	-------

Karsten Langball (72) 24/8 Hvidovre	33,21
-------------------------------------	-------

René Nybo (61) 22/9 Hvidovre	33,18
------------------------------	-------

Mads B. Hansen (80) 11/6 Odense	31,09
---------------------------------	-------

Jannick Bagge (94) 2/10 Hvidovre	27,74
----------------------------------	-------

Mikkel Roald-Arbøl (92) 2/10 Hvidovre	25,11
---------------------------------------	-------

Kasper Olsen (91) 2/109 Hvidovre	24,07
----------------------------------	-------

Anders Schönherr (91) 2/10 Hvidovre	22,96
-------------------------------------	-------

Steffen Jørgensen (80) 2/10 Hvidovre	21,71
--------------------------------------	-------

Marc Lorentzen (81) 2/10 Hvidovre	18,90
-----------------------------------	-------

Claus Elletoft (75) 3/9 Hvidovre	16,92
----------------------------------	-------

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

Casper Nielsen (79) 11/6 Odense	45,63
---------------------------------	-------

Klubrekord Veteraner M30

Mads B. Hansen (80) 11/6 Odense	31,09
---------------------------------	-------

Steffen Jørgensen (80) 2/10 Hvidovre	21,71
--------------------------------------	-------

Marc Lorentzen (81) 2/10 Hvidovre	18,90
-----------------------------------	-------

Veteraner M35 (35-39 år) (2kg) (42,04):

Christian Nickelsen (74) 25/6 Hvidovre	36,38
--	-------

Karsten Langball (72) 24/8 Hvidovre	33,21
-------------------------------------	-------

Claus Elletoft (75) 3/9 Hvidovre	16,92
----------------------------------	-------

Veteraner M45 (45-49 år) (2kg) (39,10):

Michael Bruun Jepsen (65) 25/6 Hvidovre	38,61
---	-------

Veteraner M50 (50-54 år) (1,5/2kg) (35,16/NM):

René Nybo (61) 4/9 Hvidovre	1,5K	38,17
-----------------------------	------	-------

Klubrekord Veteraner M50

René Nybo (61) 22/9 Hvidovre	33,18
------------------------------	-------

Klubrekord Veteraner 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: 39,99

Hammerkast

DR	77,02	Jan Bielecki	IF Sparta	2002
SR	77,02	Jan Bielecki	IF Sparta	2002
KR	58,01	Jonas Laursen (84)		2010

Ungdom 14-15 år (51,70-43,16):

Simon Mathiasen (96) 31/7 Hvidovre 30,34

Ungdom 16-17 år (5,0 kg) (45,39-42,26):

Jannick Bagge (94) 2/10 Hvidovre 7kg 27,78

Klubrekord Dreng 17 år

Junior 18-19 år (6,0 kg) (46,86-40,87):

Mikkel Roald-Arbøl (92) 2/10 Hvidovre 7kg 16,11

Ungsenior 20-22 år (7,26 kg) (42,50-45,80-52,53):

Kasper Olsen (91) 2/10 Hvidovre 17,94

Anders Schönherr (91) 2/10 Hvidovre 15,24

Senior (7,26kg):

Michael Bruun Jepsen (65) 14/5 Østerbro 49,16

Karsten Langball (72) 11/6 Odense 37,88

René Nybo (61) 24/7 Hvidovre 36,46

Jannick Bagge (94) 2/10 Hvidovre 27,78

Christian Nickelsen (74) 17/9 Glostrup 27,60

Steffen Jørgensen (80) 2/10 Hvidovre 22,05

Marc Lorentzen (81) 2/10 Hvidovre 20,83

Kasper Olsen (91) 2/10 Hvidovre 17,94

Mikkel Roald-Arbøl (92) 2/10 Hvidovre 16,11

Anders Schönherr (91) 2/10 Hvidovre 15,24

Claus Elletoft (75) 3/9 Hvidovre 13,77

Veteraner M30 (30-34 år) (7,26kg) (49,65):

Steffen Jørgensen (80) 2/10 Hvidovre 22,05

Marc Lorentzen (81) 2/10 Hvidovre 20,83

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

Karsten Langball (72) 11/6 Odense 37,88

Christian Nickelsen (74) 17/9 Glostrup 27,60

Claus Elletoft (75) 3/9 Hvidovre 13,77

Veteraner M45 (45-49 år) (7,26kg) (51,16):

Michael Bruun Jepsen (65) 14/5 Østerbro 49,16

Veteraner M50 (50-54 år) (6/7,26kg) (40,54-35,12):

René Nybo (61) 25/6 Holbæk 6K 41,05

Klubrekord Veteraner M50

René Nybo (61) 24/7 Hvidovre 36,46

Klubrekord Veteraner M50

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:	35,78

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

Ungdom 16-17 år (12,5 kg) (NM-16,06):

Jannick Bagge (94) 2/10 Hvidovre 15,89kg 10,06

Klubrekord Dreng 17 år + Junior

Junior 18-19 år (12,5 kg) (17,03-13,18):

Mikkel Roald-Arbøl (92) 2/10 Hvidovre 15,89kg 6,66

Klubrekord Dreng 19 år

Ungsenior 20-22 år (15,89 kg) (NM-12,31-NM):

Kasper Olsen (91) 2/10 Hvidovre 7,77

Klubrekord Dreng 20 år

Anders Schönherr (91) 2/10 Hvidovre 6,52

Senior (15,89kg):

Michael Bruun Jepsen (65) 25/6 Hvidovre 13,14

René Nybo (61) 31/7 Hvidovre 11,84

Karsten Langball (72) 11/6 Odense 11,32

Christian Nickelsen (74) 31/7 Hvidovre 10,67

Jannick Bagge (94) 2/10 Hvidovre 10,06

Steffen Jørgensen (80) 2/10 Hvidovre 8,99

Marc Lorentzen (81) 2/10 Hvidovre 8,24

Kasper Olsen (91) 2/10 Hvidovre 7,77

Mikkel Roald-Arbøl (92) 2/10 Hvidovre 6,66

Anders Schönherr (91) 2/10 Hvidovre 6,52

Claus Elletoft (75) 4/9 Hvidovre 5,62

Veteraner M30 (30-34 år) (15,89kg.) (13,28):

Steffen Jørgensen (80) 2/10 Hvidovre 8,99

Marc Lorentzen (81) 2/10 Hvidovre 8,24

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

Karsten Langball (72) 11/6 Odense	11,32
Christian Nickelsen (74) 31/7 Hvidovre	10,67
Claus Elletoft (75) 4/9 Hvidovre	5,62

Veteraner M45 (45-49 år) (15,89kg) (15,31):

Michael Bruun Jepsen (65) 25/6 Hvidovre	13,14
---	-------

Veteraner M50 (50-54 år) (11,34/15,89kg) (NM-NM):

René Nybo (61) 25/6 Holbæk	11,34K	15,31
----------------------------	--------	-------

Klubrekord Veteraner M50

René Nybo (61) 31/7 Hvidovre	11,84
------------------------------	-------

Klubrekord Veteraner M50

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:	11,41

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 14-15 år (600gr) (50,46-53,76):

Simon Mathiasen (96) 31/7 Hvidovre	31,22
------------------------------------	-------

Ungdom 16-17 år (700gr) (38,34-42,96):

Jannick Bagge (94) 2/10 Hvidovre 800gr	44,86
--	-------

Klubrekord Dreng 17 år

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

Mikkel Roald-Arbøl (92) 2/10 Hvidovre	35,75
---------------------------------------	-------

Ungsenior 20-22 år (800gr) (61,80-59,18-61,60):

Kasper Olsen (91) 2/10 Hvidovre	34,14
---------------------------------	-------

Anders Schönherr (91) 2/10 Hvidovre	26,97
-------------------------------------	-------

Senior (800gr.):

René Nybo (61) 11/6 Odense	48,02
----------------------------	-------

Jørgen Lykke Madsen (72) 14/5 Østerbro	47,86
--	-------

Michael Bruun Jepsen (65) 21/8 Hvidovre	46,26
---	-------

Jannick Bagge (94) 2/10 Hvidovre	44,86
----------------------------------	-------

Mads B. Hansen (80) 11/6 Odense	40,52
---------------------------------	-------

Christian Nickelsen (74) 12/8 Greve	37,69
-------------------------------------	-------

Mikkel Roald-Arbøl (92) 2/10 Hvidovre	35,75
---------------------------------------	-------

Dannie Dandan Peng-Li (92) 24/8 Hvidovr	35,24
---	-------

Steffen Jørgensen (80) 2/10 Hvidovre	34,38
--------------------------------------	-------

Kasper Olsen (91) 2/10 Hvidovre	34,14
---------------------------------	-------

Marc Lorentzen (81) 22/9 Østerbro	32,72
-----------------------------------	-------

Anders Schönherr (91) 2/10 Hvidovre	26,97
-------------------------------------	-------

Claus Elletoft (75) 25/6 Holbæk	24,31
---------------------------------	-------

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

Mads B. Hansen (80) 11/6 Odense	40,52
---------------------------------	-------

Steffen Jørgensen (80) 2/10 Hvidovre	34,38
--------------------------------------	-------

Marc Lorentzen (81) 22/9 Østerbro	32,72
-----------------------------------	-------



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

Jørgen Lykke Madsen (72) 14/5 Østerbro	47,86
--	-------

Christian Nickelsen (74) 12/8 Greve	37,69
-------------------------------------	-------

Claus Elletoft (75) 25/6 Holbæk	24,31
---------------------------------	-------

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

Michael Bruun Jepsen (65) 21/8 Hvidovre	46,26
---	-------

Veteraner M50 (50-54 år) (700/800 gr.) (NM/37,31):

René Nybo (61) 17/9 Glostrup 700gr	45,95
------------------------------------	-------

Klubrekord Veteraner M50

René Nybo (61) 11/6 Odense	48,02
----------------------------	-------

Klubrekord Veteraner M50

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:	45,50

Boldkast

Ingen har lavet øvelsen i 2011 !!!

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
		(6,93-56,64-22,4-35,42-4,28,5)		

Ingen har lavet øvelsen i 2011 !!!

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)		

Ingen har lavet øvelsen i 2011 !!!

Kaste 5-kamp				
DR	4.445p	Jan Cordius	Sparta	1995
SR	4.445p	Jan Cordius	Sparta	1995
KR	3.352p	Michael Bruun Jepsen (65)		2004
		(52,64-12,46-41,05-14,86-49,76)		

Ungdom 14-15 år (2.691-NM):

Simon Mathiasen (96) 2/10 Hvidovre 1.564p
(29,55-10,69-27,44-28,63)

Klubrekord drenge 15 år

Ungdom 16-17 år (2.700-2.340):

Jannick Bagge (94) 2/10 Hvidovre Senior 2.286p
(28,75-11,37-27,74-10,06-44,86)

Klubrekord drenge 17 år

Junior 18-19 år (3.301-2.900):

Mikkel Roald-Arbøl (92) 2/10 Hvidovre Sen. 1.527p
(16,11-8,19-25,11-6,66-35,75)

Ungsenior 20-22 år (800gr) (3.100-2.912-3.400):

Kasper Olsen (91) 2/10 Hvidovre 1.596p
(17,94-8,59-24,07-7,77-34,14)

1.337p

Anders Schönherr (91) 2/10 Hvidovre
(15,24-8,03-22,96-6,52-26,97)

Senior:

Michael Bruun Jepsen (65) 25/6 Hvidovre 2.946p
(47,40-11,57-38,61-13,14-41,73)

René Nybo (61) 31/7 Hvidovre 2.456p
(36,46-10,40-30,31-11,84-41,59)

Christian Nickelsen (74) 25/6 Hvidovre 2.365p
(27,00-12,08-36,38-10,39-36,13)

Jannick Bagge (94) 2/10 Hvidovre 2.286p
(28,75-11,37-27,74-10,06-44,86)

Steffen Jørgensen (80) 2/10 Hvidovre 1.726p
(22,05-9,26-21,71-8,99-34,38)

Kasper Olsen (91) 2/10 Hvidovre 1.596p
(17,94-8,59-24,07-7,77-34,14)

Marc Lorentzen (81) 2/10 Hvidovre 1.540p
(20,83-8,52-18,90-8,24-32,34)

Mikkel Roald-Arbøl (92) 2/10 Hvidovre 1.527p
(16,11-8,19-25,11-6,66-35,75)

Anders Schönherr (91) 2/10 Hvidovre 1.337p
(15,24-8,03-22,96-6,52-26,97)

Veteraner M30 (30-34 år) (2.643):

Steffen Jørgensen (80) 2/10 Hvidovre 1.726p
(22,05-9,26-21,71-8,99-34,38)

Marc Lorentzen (81) 2/10 Hvidovre 1.540p
(20,83-8,52-18,90-8,24-32,34)



Veteraner M35 (35-39 år) (3.352-3.444):

Christian Nickelsen (74) 25/6 Hvidovre 2.365p
(27,00-12,08-36,38-10,39-36,13)

Christian Nickelsen (74) 25/6 Hvidovre M35 2.434p
(27,00-12,08-36,38-10,39-36,13)

Veteraner M45 (45-49 år) (3.136-3.898):

Michael Bruun Jepsen (65) 25/6 Hvidovre 2.946p
(47,40-11,57-38,61-13,14-41,73)

Michael Bruun Jepsen (65) 25/6 Hvid. M45 3.671p
(47,40-11,57-38,61-13,14-41,73)

Veteraner M50 (50-54 år) (NM-NM):

René Nybo (61) 17/9 Glostrup M50 3.377p
(39,18-11,43-36,55-14,94-45,95)

Klubrekord Veteraner M50

René Nybo (61) 31/7 Hvidovre 2.456p
(36,46-10,40-30,31-11,84-41,59)

Klubrekord Veteraner M50

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:	2.356 Ny