

## Män 20 Uppdaterad tom 31 december 2020

### 60 meter inomhus (eltid)

6,78	Göran Eriksson	Tjörns FI	27okt69	Haparanda	20.2.1988
6,94	Carlos Fröjd	Strömstads IF	8okt90	Borås	17.1.2009
6,95	Marcus Bohlin	Tanums IF	9maj80	Göteborg/FH	1.2.1998
7,09	Barnaby Flores	Strömstads IF	18feb81	Göteborg/FH	5.12.1998
7,11	Rasmus Karlsson	IK Orient	21nov92	Uddevalla	18.2.2012
7,13	Niklas Johansson	Stenungsunds FI	17jan92	Karlstad	30.1.2010
7,14	Viktor Lohr	IK Orient	22mar87	Göteborg/FH	10.2.2007
7,15	Anders Leifsson	IK Orient	28apr92	Uddevalla	21.1.2012
7,16	Peter Stalefors	IK Orient	20jul68	Karlstad	23.1.1988
7,17	Mikael Johansson	Eds SK	5maj65	Solna	12.2.1984

7,19	Erik Johansson	Hälle IF	19jul76	Göteborg/FH	24.2.1996
7,20	Stefan Gustafsson	IK Orient	10okt59	Falun	12.3.1977
7,21	Peter Johansson	IK Orient	25jan81	Göteborg/FH	13.3.1999
7,21	Marcus Lidman	Hälle IF	25mar99	Göteborg/FH	17.12.2017
7,25	Per Sahlberg	Hälle IF	22dec74	Göteborg/FH	27.1.1991
7,25	Peter Larsson	Brattås CK	16mar75	Göteborg/FH	14.2.1993
7,25	Jonas Hauger	Hälle IF	13jun77	Göteborg/FH	5.12.1993
7,25	Jacob Helsing	IK Orient	3aug00	Uddevalla	4.1.2020
7,26	Daniel Olsson	IK Orient	14jan81	Göteborg/FH	4.12.1999
7,29	Martin Giebat	IK Orient	1jun69	Göteborg/Sh	17.1.1988

7,29	Robin Gustafsson	Hälle IF	13mar99	Uddevalla	7.1.2017
7,29	Anton Essén	IK Orient	20aug03	Malmö/A	25.1.2020
7,31	Stephen Kiai	Hälle IF	30okt86	Göteborg/FH	7.2.2004
7,31	Fredrik Meyer	Strömstads IF	8apr88	Göteborg/FH	10.12.2005
7,32	Victor Emanuelsson	Hälle IF	8aug92	Göteborg/FH	7.3.2010
7,33	Claes-Martin Hansson	IK Orient	13jun71	Göteborg/FH	12.1.1991
7,33	Patrik Olofsson	Eds SK	29apr87	Karlstad	7.1.2006

### manuell tid

6,8	Martin Giebat	IK Orient	1jun69	Göteborg/Sh	6.2.1988
6,8	Viktor Lohr	IK Orient	22mar87	Karlstad	23.2.2006

### 100 meter (eltid)

10,76	Carlos Fröjd	Strömstads IF	8okt90	Sävedalen	7.6.2008
10,77	Göran Erikson	Tjörns FI	27okt69	Stenungsund	27.9.1987
10,80	Marcus Bohlin	Tanums IF	9maj80	Lissabon, POR	20.7.1997
10,99	Peter Stalefors	IK Orient	20jul68	Stenungsund	27.9.1987
11,02	Viktor Lohr	IK Orient	22mar87	Uddevalla	9.6.2007
11,14	Niklas Johansson	Stenungsunds FI	17jan92	Lerum	21.8.2011
11,15	Erik Johansson	Hälle IF	19jul76	Göteborg/U	6.7.1996
11,16	Barnaby Flores	Strömstads IF	18feb81	Uddevalla	24.7.1999
11,19	Stefan Gustafsson	IK Orient	10okt59	Uddevalla	12.6.1979
11,20	Peter Johansson	IK Orient	25feb81	Lerum	9.8.1998

11,20	Jacob Helsing	IK Orient	3aug00	Uddevalla	12.6.2018
11,23	Peter Larsson	Brattås CK	16mar75	Sävedalen	5.6.1993
11,27	Tony Olsson	Dals Södra FFI	15jul68	Stenungsund	22.5.1988
11,28	Rasmus Karlsson	IK Orient	21nov92	Lerum	23.7.2012
11,29	Anders Leifsson	IK Orient	28apr92	Skara	28.8.2010
11,35	Tobias Jonsson	IK Orient	29feb96	Doha, QAT	22.10.2015
11,36	Mattias Håkansson	IK Orient	28feb94	Växjö	21.9.2012
11,37	Claes-Martin Hansson	IK Orient	13jun71	Göteborg/S	4.6.1991
11,37	Jonas Hauger	Hälle IF	13jun77	Sävedalen	1.6.1996
11,38	Anders Wingqvist	Hälle IF	20jul66	Uddevalla	3.8.1986

11,38	Daniel Olsson	IK Orient	14jan81	Uddevalla	24.7.1999
11,40	Andreas Öberg	IK Orient	16feb78	Mölnadal	24.8.1997
11,41	Mikael Johansson	Eds SK	5maj65	Kil	28.7.1984 (11,39 ok?)

medvind

10,63w	Göran Eriksson	Tjörns FI	27okt69	Göteborg/R	24.5.1988
10,71w	Carlos Fröjd	Strömstads IF	8okt90	Uddevalla	13.6.2009
10,82w	Viktor Lohr	IK Orient	22mar87	Uddevalla	28.7.2007
11,07w	Niklas Johansson	Stenungsunds FI	17jan92	Sävedalen	12.6.2011
11,09w	Rasmus Karlsson	IK Orient	92	Vellinge	26.8.2011
11,10w	Stefan Gustafsson	IK Orient	10okt59	Helsingborg	10.7.1977
11,14w	Peter Larsson	IK Orient	16mar75	Helsingborg	9.7.1994
11,14w	Barnaby Flores	Strömstads IF	18feb81	Strömstad	19.7.1998
11,17w	Peter Johansson	IK Orient	25feb81	Uddevalla	23.8.1998
11,22w	Marcus Lidman	Hälle IF	25mar99	Skara	6.6.2017
11,30w	Mattias Håkansson	IK Orient	28feb94	Växjö	21.9.2012
11,31w	Victor Emanuelsson	Hälle IF	8aug92	Sävedalen	6.6.2010
11,38w	Anders Wingqvist	Hälle IF	20jul66	Göteborg/R	25.8.1985
11,38w	Björn Wilson	IK Orient	23feb90	Skara	2.9.2006
11,39w	Mikael Johansson	Eds SK	5maj65	Uddevalla	18.6.1984 (11,39ok ??)
11,39w	Matti Johnells	Tjörns FI	23jan70	Sävedalen	4.6.1988
11,40w	Henrik Josefsson	Hälle IF	18jul75	Uddevalla	31.7.1993
11,40w	Fredrik Meyer	Strömstads IF	8apr88	Uddevalla	18.6.2005
11,41w	Joakim Svensson	Eds SK	23feb73	Sävedalen	30.5.1992
11,41w	Jim Ekliden	Brattås CK	15jan80	Halmstad	24.5.1998
11,41w	Erik Dahlqvist	IK Orient	22apr98	Halmstad	16.6.2018

manuella tider

10,6	Bo Althoff	Melleruds IF	17sep44	Norrköping	25.8.1962
10,9	Sten-Gunnar Frankenberg	IK Orient	23jul31	Uddevalla	24.7.1949
10,9	*Pekka Kantola	IK Orient	28okt46	Uddevalla	23.9.1965
11,0	Jan Gabrielsson	IK Orient	24jun23		1943
11,0	Sten-Åke Gedda	Dingle IF	9mar46	Dingle	.8.1964
11,0	Martin Knutson	Dingle IF	26dec49	Uddevalla	29.6.1966 (BH 11,2 enl SÖ)
11,0	*Juhani Jouniola	IK Orient	27jun48	Uddevalla	29.8.1966
11,0	Eddie Thordén	Skaftö Golf	7jan50		1967 (tveksam tid ej hos BH)
11,0	Mikael Johansson	Eds SK	5maj65	Stenungsund	11.8.1984
11,1	Gunnar Sommarin	IK Orient	6maj24	Kungälv	20.6.1943
11,1	Kurt Lundgren	Eds SK	3mar27	Ed	3.8.1946
11,1	Allan Samuelsson	IOGT Olympia, Åmål	19mar26	Trollhättan	25.8.1946
11,1	Dan Stenberg	IOGT Olympia, Åmål	1okt41	Hagfors	7.6.1958 (bättre 60 el 61?)
11,1	Kaj Olofsson	Stångenäs AIS	21apr42	Uddevalla	13.9.1959
11,1w?	*Guy Pettersson	IK Orient	12dec44	Mellerud	16.9.1962
11,1	Morgan Lööv	Dingle IF	3mar50	Växjö	1969
11,1	Benny Svensson	Tanums IF	31mar57	Tanumshede	19.9.1976 (obekräftat?)
.....					
11,2	Gunnar Frankenberg	IFK Uddevalla	9okt05		1925 (ej D-rek 1934)

Tvivelaktig tidtagning

11,0	Holger Nestorson	Skärhamns IK	29jan33	Skärhamn	23/24.8.1952
------	------------------	--------------	---------	----------	--------------

medvind

10,7w	*Pekka Kantola	IK Orient	28okt46	Uddevalla	7.9.1966
10,7w	Peter Stalefors	IK Orient	20jul68	Göteborg/R	4.9.1988
10,9w	Kurt Lundgren	Eds SK	3mar27	Ed	8.6.1947
11,0w	Henrik Josefsson	Hälle IF	18jul75	Uddevalla	28.7.1992
11,1w	Arne Hellgren	Strömstads IF	14jun28	Ed	8.6.1947
11,1w	Roger Thorstensson	IK Orient	5mar55	Visby	21.9.1975
11,1w?	Robert Bagge	Brattås CK	15jun82	Halmstad	24.5.2001

200 meter (eltid)

21,35	Carlos Fröjd	Strömstads IF	8okt90	Novi Sad, SRB	24.7.2009
21,72	Viktor Lohr	IK Orient	22mar87	Uddevalla	29.7.2007
21,95	Peter Stalefors	IK Orient	20jul68	Eskilstuna	14.8.1988
22,31	Marcus Bohlin	Tanums IF	9maj80	Uddevalla	3.8.1997
22,33	Erik Johansson	Hälle IF	19jul76	Göteborg/U	7.7.1996

22,45	Jacob Helsing	IK Orient	3aug00	Skara	15.8.2020
22,46	Peter Johansson	IK Orient	25feb61	Uddevalla	27.6.1998
22,57	Andreas Öberg	IK Orient	16feb78	Mölnadal	24.8.1997
22,63	Göran Eriksson	Tjörns FI	27okt69	Värnamo	12.9.1987
22,65	Elias Martinsson	Brattås CK	18jun97	Skara	3.9.2016
22,68	Niklas Johansson	Stenungsunds FI	17jan92	Vellinge	28.8.2011
22,72	Dane Almfjärd	IK Orient	10aug61	Norrköping	12.9.1981
22,77	Stefan Gustafsson	IK Orient	10okt59	Uddevalla	30.6.1979
22,84	Daniel Olsson	IK Orient	14jan81	Trollhättan	30.5.1999
22,85	Marcus Lidman	Hälle IF	25mar99	Göteborg/U	2.7.2017
22,90	Anders Wingqvist	Hälle IF	20jul66	Uddevalla	3.8.1985
22,93	Mikael Johansson	Eds SK	5maj65	Kil	26.5.1984
22,93	*Martin Burrows	Hälle IF	14aug73	Uddevalla	22.6.1993
22,97	Rasmus Karlsson	IK Orient	21nov92	Högby	12.6.2011
22,99	Anders Leifsson	IK Orient	28apr92	Skara	28.8.2010
23,01	Rasmus Lennartsson	IK Orient	16mar95	Stockholm/S	19.8.2012
23,03	Peter Larsson	Brattås CK	16mar75	Mölnadal	7.9.1993
23,04	Benjamin Åberg	Hälle IF	30maj95	Göteborg/U	5.7.2015
23,05	Mats Johansson	IK Orient	21aug63	Sollentuna	22.8.1982
23,05	Johan Rogestedt	Stenungsunds FI	27jan93	Uddevalla	29.7.2012
23,08	Erik Dahlqvist	IK Orient	22apr98	Skara	6.6.2018
23,14	Barnaby Flores	Strömstads IF	18feb81	Kil	8.8.1999
23,14	Victor Emanuelsson	Hälle IF	8aug92	Uddevalla	26.7.2009
23,15	Henrik Josefsson	Hälle IF	18jul75	Borås	3.6.1993
23,17	Gustav Magnusson	IK Orient	5aug95	Uddevalla	29.7.2012
23,19	Martin Giebat	IK Orient	1jun69	Göteborg/S	14.5.1989
	<u>medvind</u>				
22,34w	Peter Johansson	IK Orient	25feb81	Göteborg/U	5.7.1998
22,61w	Benjamin Åberg	Hälle IF	30maj95	Skara	29.8.2015
22,64w	Stefan Gustafsson	IK Orient	10okt59	Uddevalla	30.6.1979
22,65w	*Martin Burrows	Hälle IF	14aug73	Uddevalla	1.8.1993
22,67w	Jacob Helsing	IK Orient	3aug00	Uddevalla	19.6.2018
22,90w	Peter Larsson	Brattås CK	16mar75	Göteborg/S	9.5.1993
23,17w	Jonas Hauger	Hälle IF	13jun77	Stenungsund	12.5.1996
	<u>manuella tider</u>				
21,4	Bo Althoff	Melleruds IF	17sep44	Västerås	1.7.1964
22,2	Stefan Gustafsson	IK Orient	10okt59	Varberg	29.7.1977
22,5	*Pekka Kantola	IK Orient	28okt46	Uddevalla	4.9.1966
22,6	*Guy Pettersson	IK Orient	12dec44	Uddevalla	7.10.1962
22,8	Bengt Essman	IK Orient	24dec39		1959 (ej hos BH, 23,2 SFIF)
22,8	Kjell Niklasson	IK Orient	19sep46		1966
22,8	Mats Johansson	IK Orient	21aug63	Uddevalla	4.6.1981
22,9	Martin Knutson	Dingle IF	26dec49		1965 (bättre 68 el 69?)
22,9	Juhani Jouniola	IK Orient	27jun48	Göteborg/G	8.9.1968 sv medb?
22,9	Tony Olsson	Dals Södra FFI	15jul68	Borås	17.5.1988
	<u>för kort bana(198,5m)</u>				
21,2	Bo Althoff	Melleruds IF	17sep44	Kongsvinger, NOR	9.8.1964
	<u>10-bästa inomhus</u>				
22,21	Carlos Fröjd	Strömstads IF	8okt90	Malmö/A	31.1.2009
22,67	Erik Johansson	Hälle IF	19jul76	Malmö/A	2.3.1996
22,68	Marcus Bohlin	Tanums IF	9maj80	Göteborg/FH	2.3.1997
22,74	Victor Lohr	IK Orient	22mar87	Västerås	22.1.2005
22,85	Marcus Lidman	Hälle IF	25mar99	Göteborg/FH	3.2.2018
22,91	Andreas Öberg	IK Orient	16feb78	Göteborg/FH	1.3.1998
22,91	Jacob Helsing	IK Orient	3aug00	Uddevalla	4.1.2020
23,06	Henrik Josefsson	Hälle IF	18jul75	Göteborg/FH	30.1.1993
23,16	Benjamin Åberg	Hälle IF	30maj95	Göteborg/FH	7.2.2015
23,17	Peter Larsson	IK Orient	16mar75	Göteborg/FH	29.1.1995

### **300 meter**

36,20	Benjamin Åberg	Hälle IF	30maj95	Lerum	30.8.2015
36,23	Jacob Helsing	IK Orient	3aug00	Göteborg/S	11.5.2019
36,24	*Martin Burrows	Hälle IF	14feb73	Göteborg/S	29.6.1993
36,36	Carlos Fröjd	Strömstads IF	8okt90	Uddevalla	31.5.2008
36,40	Victor Lohr	IK Orient	22mar87	Karlstad	17.5.2004
36,48	Johan Rogestedt	Stenungsunds FI	27jan93	Halmstad	20.7.2008
36,50	Fredrik Lindgren	Stenungsunds FI	9apr92	Göteborg/S	24.5.2011
36,65	Robert Mellberg	IK Orient	6apr73	Göteborg/S	23.6.1992
36,67	Henrik Josefsson	Hälle IF	18jul75	Strömstad	19.7.1992
36,71	Victor Emanuelsson	Hälle IF	8aug92	Uddevalla	13.6.2010
36,78	Claes-Martin Hansson	IK Orient	13jun71	Göteborg/S	4.6.1991
36,94	Christian Eriksson	Dals Södra FFI	7aug81	Falun	10.9.1999

### **manuella tider**

34,9	Bo Althoff	Melleruds IF	17sep44	Göteborg/R	3.9.1961
35,4	Mats Johansson	IK Orient	21aug63	Karlstad	7.8.1982
36,1	*Pekka Kantola	IK Orient	28okt46	Uddevalla	2.9.1965
36,3	Anders Wingqvist	Hälle IF	20jul66	Mariestad	11.5.1986
36,5	Martin Knutson	Dingle IF	26dec49		1965
36,5	Henrik Jonsson	Hälle IF	28jun70	Lerum	6.5.1990
36,7	Peter Larsson	Brattås CK	16mar75	Stenungsund	30.5.1993

### **inomhus**

37,86	Joakim Svensson	Eds SK	23feb73	Karlstad	18.12.1990
-------	-----------------	--------	---------	----------	------------

## **400 meter**

47,98	Johan Rogestedt	Stenungsunds FI	27jan93	Göteborg/U	29.6.2013
48,45	Viktor Lohr	IK Orient	22mar87	Eskilstuna	11.8.2007
49,42	Christoffer Antonsen	Hälle IF	10aug83	Göteborg/S	6.9.2001
49,60	Anders Wingqvist	Hälle IF	20jul66	Skövde	8.9.1985
49,61	Mats Johansson	IK Orient	21aug63	Uddevalla	17.6.1982
49,79	Erik Johansson	Hälle IF	19jul76	Uddevalla	27.7.1996
49,85	Jacob Helsing	IK Orient	3aug00	Sollentuna	18.6.2019
49,92	Andrew Bipella	Hälle IF	18okt79	Göteborg/U	5.7.1997
50,12	Patrik Andersson	Hälle IF	26feb86	Söderhamn	13.8.2005
50,16	Tobias Åberg	Hälle IF	22mar89	Uddevalla	31.5.2008
50,44	*Martin Burrows	Hälle IF	14feb73	Uddevalla	15.6.1993
50,44	Benjamin Åberg	Hälle IF	30maj95	Varberg	9.8.2015
50,60	Lars-Åke Joelsson	Melleruds IF	26jan60	Uddevalla	12.6.1979
50,62	Rasmus Lennartsson	IK Orient	16mar95	Sollentuna	11.8.2012
50,67	Henrik Jonsson	Hälle IF	28jun70	Uddevalla	14.8.1990
50,74	Mikael Gren	Hälle IF	14feb80	Göteborg/S	9.9.1999
50,75	Robert Mellberg	IK Orient	6apr73	Uddevalla	16.6.1992
50,79	Joakim Karnå	Brattås CK	27jun75	Stockholm/S	28.9.1991
50,96	Joakim Svensson	Eds SK	23feb 73	Värnamo	4.7.1992
51,01	Lars Wingqvist	Hälle IF	19mar69	Varberg	5.7.1987
51,06	Ulf Tungström	Melleruds IF	10apr64	Jönköping	6.6.1984
51,10	Dane Almfjärd	IK Orient	10aug61	Norrköping	13.9.1981
51,18	Daniel Olsson	IK Orient	14jan81	Helsingborg	27.6.1999
51,25	Glenn Bäregård	Myggenäs FK	27mar64	Sollentuna	21.8.1982
51,28	Andreas Öberg	IK Orient	16feb78	Uddevalla	1.8.1998
51,37	Martin Giebat	IK Orient	1jun69	Göteborg/R	23.5.1989
51,53	Fredrik Johansson	IK Orient	2feb75	Helsingborg	9.7.1995
<b><u>manuella tider</u></b>					
47,6	Bo Althoff	Melleruds IF	17sep44	Västerås	1964
49,5	Martin Knutson	IK Orient	26dec49		1968
49,9	*Guy Pettersson	IK Orient	12dec44		1963 (50,0 BH!)
49,9	Cay Waldetoft	IK Orient	14mar56	Sollentuna	20.7.1975
50,0	Kent-Börje Andersson	Melleruds IF	3apr44		1963
50,2	Lennart Ödling	Stenungsunds IF	6aug47		1966
50,3	Dane Almfjärd	IK Orient	10aug81	Stenungsund	16.6.1981
50,6	Bengt Essman	IK Orient	24dec39	Uddevalla	11.9.1959
50,8	*Juhani Jouniola	IK Orient	27jun48	Uddevalla	6.6.1968
50,8	Dane Almfjärd	IK Orient	10aug61	Norrköping	13.9.1981
50,9	Per Knuts	IK Favör	1jun38	Bengtsfors	1.6.1958 (20år!!)
50,9	Gösta Andersson	IK Orient	19jan38	Karlstad	20.7.1958
51,0	Rune Johansson	IK Favör	20dec22	Stockholm/S	20.9.1942 (sen Sandegård)
51,1	Stig Andersson	IK Favör	22jan37	Karlstad	21.8.1957
51,1	*Pekka Kantola	IK Orient	28okt46		1966
51,1	Eddie Thordén	Skaftö GoIF	7jan50	Uddevalla	28.8.1967
51,4	Rune Nordqvist	IK Orient	18apr22	Uddevalla	25/26.7.1942
51,4	Carl-Olof Tinggren	IK Gullmarshov	30apr26	Uddevalla	30.7.1944 (51,9 SO)
51,4	Lars-Ove Andersson	IK Orient	25maj55	Växjö	13.5.1973
51,4	Stefan Pettersson	IK Orient	4jun55		1975
<b><u>7-bästa inomhus</u></b>					
49,49	Viktor Lohr	IK Orient	22mar87	Nyköping	18.2.2007
49,89	Christoffer Antonsen	Hälle IF	10aug83	Eskilstuna	11.2.2001
50,22	Erik Johansson	Hälle IF	19jul76	Malmö/A	10.2.1996
50,27	Jacob Helsing	IK Orient	3aug00	Växjö	24.2.2019
50,57	Benjamin Åberg	Hälle IF	30maj95	Uddevalla	14.2.2015
50,64	Patrik Andersson	Hälle IF	26feb86	Göteborg/FH	14.1.2006
50,80	Andrew Bipella	Hälle IF	18okt79	Eskilstuna	22.2.1997

## **800 meter**

1.47,18	Johan Rogestedt	Stenungsunds FI	27jan93	Sollentuna	28.6.2011
1.49,99	Lars-Åke Joelsson	Melleruds IF	26jan60	Stockholm/S	16.8.1980
1.51,40	Christoffer Antonsen	Hälle IF	10aug83	Uddevalla	27.7.2002
1.51,67	Ahmed Mohamed	Hälle IF	7nov76	Uddevalla	29.6.1996
1.52,53	Mikael Gren	Hälle IF	14feb80	Karlstad	31.8.1999
1.53,38	Anders Carlsson	IK Orient	17apr59	Göteborg/S	6.6.1979
1.53,43	Fredrik Björklund	Hälle IF	31jan86	Sollentuna	27.5.2006
1.53,49	Fredrik Johansson	IK Orient	2feb75	Uppsala	20.8.1995
1.53,5	Lars-Ove Andersson	IK Orient	25maj55	Malmö/	12.8.1973
1.53,85	Robert Mellberg	IK Orient	6apr73	Sollentuna	7.6.1992
1.53,86	Tobias Åberg	Hälle IF	22mar89	Uddevalla	25.7.2009
1.54,06	Patrik Andersson	Hälle IF	26feb86	Lerum	22.6.2006
1.54,4	Martin Knutson	IK Orient	26dec49	Uddevalla	17.6.1969 (ej JD-rek 1969)
1.54,4e	Ulf Tungström	Melleruds IF	10apr64	Stockholm/S	3.7.1984 (1.54,56 BDFIF)
1.54,62	Jonas Malmström	IK Orient	23apr75	Luleå	6.8.1994
1.55,08	Jonas Henriksson	Hälle IF	11maj78	Sävedalen	7.6.1998
1.55,1	Per-Ole Brekke	Melleruds IF	4jan56	Uddevalla	22.7.1976
1.55,46	Andrew Bipella	Hälle IF	18okt79	Stockholm/K	10.9.1996
1.55,6	Kent-Börje Andersson	Melleruds IF	3apr44	Bengtstors	24.6.1964
1.55,85	Anders Wingqvist	Hälle IF	20jul66	Göteborg/S	30.8.1986
1.55,86	Benjamin Åberg	Hälle IF	30maj95	Uddevalla	26.7.2014
1.56,14	*SharMarke Ahmed	Hälle IF	11aug02	Göteborg/S	11.8.2019
1.56,26	Fredrik Jäwert	Hälle IF	3maj86	Helsingborg	9.7.2005
1.56,5	Bo Althoff	Melleruds IF	17sep44	Mellerud	3.10.1964
1.57,0	Stig Andersson	IK Favör	22jan37	Malmö	4.8.1957
1.57,2	Bernt Jansson	IK Favör	24feb33	Bengtstors	4.7.1953
1.57,30	Johan Olehäll	Hälle IF	11jan79	Helsingborg	13.7.1997
1.57,47	Per-Nicklas Höglund	Hälle IF	5maj73	Örebro	25.8.1990
1.57,5	Jan Johansson	IK Orient	22apr41		1960 ?? BH
1.57,50	Ulf Nilsson	Hälle IF	25jun81	Uddevalla	22.7.2000
1.57,78	Nicolaus Fager	Hälle IF	1jun67		1987
1.57,83	*Jimmy Hoppe	IK Orient	23mar62	Västerås	27.7.1979
1.57,85	Benny Ankargren	Hälle IF	8feb69	Uddevalla	3.8.1986
1.57,9	Roland Carlsson	IK Gullmarshov	20aug24		1944
1.57,9	Ulf Åberg	IK Orient	12jan59	Uddevalla	30.7.1979 (1.57,87?)
1.57,9	Stephan Johansson	Tanums IF	11jun64	Stenungsund	16.6.1983
1.57,90	Mustafa Mohamed	Hälle IF	1mar79	Stockholm/S	13.9.1997
1.57,97	Christer Sörvik	Brattås CK	24aug84	Sollentuna	31.5.2003
1.57,99	Jonas Kristiansen	Hälle IF	30jun90	Helsingborg	11.7.2009
1.58,0	Per-Olof Magnusson	IK Orient	47	Göteborg/G	10.9.1967
<b>8-bästa inomhus + någon till</b>					
1.48,51	Johan Rogestedt	Stenungsunds FI	27jan93	Stockholm/G	21.2.2013
1.53,5	Lars-Åke Joelsson	Melleruds IF	26jan60	Göteborg/Sc	9.2.1980 Koner?
1.53,90	Robert Mellberg	IK Orient	6apr73	Göteborg/FH	15.2.1992
1.54,53	Ahmed Mohamed	Hälle IF	7nov76	Malmö/A	14.1.1996
1.54,74	Fredrik Björklund	Hälle IF	31jan86	Stockholm/G	2.2.2006
1.55,17	Mikael Gren	Hälle IF	14feb80	Göteborg/FH	12.2.2000
1.55,33	Patrik Andersson	Hälle IF	26feb86	Stockholm/G	2.2.2006
1.56,40	Andrew Bipella	Hälle IF	18okt79	Göteborg/FH	1.2.1997
.....					
1.57,29	Per-Nicklas Höglund	Hälle IF	5maj73	Göteborg/FH	9.12.1990

### **1000 meter**

2.24,02	Lars-Åke Joelsson	Melleruds IF	26jan60	Kvarnsveden	8.7.1979
2.26,42	Anders Carlsson	IK Orient	17apr59	Göteborg/S	6.6.1978
2.28,69	Robert Mellberg	IK Orient	6apr73	Uddevalla	28.7.1990
2.28,99	Ahmed Mohamed	Hälle IF	7nov76	Strömstad	17.7.1994
2.29,41	Christoffer Antonsen	Hälle IF	10aug83	Göteborg/S	3.8.2000
2.30,95	Mikael Gren	Hälle IF	14feb80	Göteborg/S	3.8.2000
2.31,0	Jan Hagelbrand	Melleruds IF	8jul54		1973
2.31,3	Jan Johansson	IK Orient	22apr41	Uddevalla	8.8.1960
2.31,6	Nicolaus Fager	Hälle IF	1jun67		1987 (ej med i Sv-bästa!)
2.32,34	Benny Ankargren	Hälle IF	8feb69	Uddevalla	25.9.1986
2.32,94	Oliver Lämber	Hälle IF	4sep94	Halmstad	14.7.2013
.....	.....fler finns på 2.33 i P19 och P18				
2.34,2	Stig Andersson	IK Favör	22jan37	Göteborg/S	22.6.1957
2.34,4	Bernt Jansson	IK Favör	24feb33	Göteborg/	26.8.1953
2.34,47	Erik Framme	Hälle IF	15sep73	Göteborg/S	29.6.1993
<b><u>inomhus</u></b>					
2.33,61	Johan Rogestedt	Stenungsunds FI	27jan93	Sätra	9.3.2008

## 1500 meter

		A Nike Vaporfly el liknande skor				
3.44,27	Samuel Pihlström	Hälle IF	8mar01	Pfungstadt, GER	2.9.2020	
3.45,95	Johan Rogestedt	Stenungsunds FI	27jan93	Stockholm/S	18.6.2011	
3.48,30	Anders Carlsson	IK Orient	17apr59	Uddevalla	12.6.1979	
3.48,50	*Ababa Lama	Hälle IF	8aug93	Hoorn, NED	18.5.2013	
3.49,14	Mustafa Mohamed	Hälle IF	1mar79	Jönköping	2.6.1999	
3.51,32	Lars-Åke Joelsson	Melleruds IF	26jan60	Uddevalla	25.6.1979	
3.51,57	Sharmarke Ahmed	Hälle IF	11aug02	Göteborg/S	25.7.2020	A
	(3.54,25			Uppsala	14.8.2020)	
3.52,75	Fredrik Björklund	Hälle IF	31jan86	Karlskrona	12.6.2006	
3.52,86	Ahmed Mohamed	Hälle IF	7nov76	Sävedalen	31.8.1996	
3.54,3	Jan Hagelbrand	Melleruds IF	8jul54	Västerås/A	28.8.1974	
3.54,68	*Kari Malmlund	IK Orient	21okt59	Göteborg/S	6.7.1978	3.54,3?
	(3.55,25 som svensk medborgare			Stockholm/S	3.7.1979)	
3.55,6	Roland Carlsson	IK Gullmarshov	24aug24	Södertälje	16.7.1944	
3.55,99	Robert Mellberg	IK Orient	6apr73	Norrköping	25.7.1990	
3.56,82	Oliver Lämber	Hälle IF	4sep94	Jönköping	4.6.2013	
3.57,08	Christoffer Antonsen	Hälle IF	10aug83	Jönköping	7.6.2000	
3.58,69	Jonas Malmström	IK Orient	23apr75	Karlskrona	7.8.1993	
3.58,01	Mikael Ekvall	Strömstad LK	18jun89	Strömstad	12.7.2009	
3.58,91	Magnus Jensen	Eds SK	20feb84	Strömstad	13.7.2003	
3.59,1	Lars-Ove Andersson	IK Orient	25maj55	Kil	25.5.1975 (20 år!!!)	
3.59,53	Mikael Gren	Hälle IF	14feb80	Jönköping	2.6.1999	(3.56,12 BDFIF??)
3.59,6	Per-Ole Brekke	Melleruds IF	4jan56	Kil	22.8.1976	
3.59,78	Jonas Larsson	Högsäters GF	11dec68	Göteborg/S	12.6.1986	
4.00,11	Jonas Henriksson	Hälle IF	11maj78	Huddinge	3.9.1996	
4.00,68	Patrik Andersson	Hälle IF	26feb86	Jönköping	30.5.2006	
4.00,7	Lars Johansson	Melleruds IF	5maj57		1977	
4.00,76	Henrik Hansson	Strömstad LK	11aug89	Uddevalla	26.7.2009	
4.01,9	Lars Aronsson	Melleruds IF	17nov55	Göteborg/S	20.7.1974	
4.02,04	*Samuel Fitsumbrhan	Hälle IF	17mar99	Huddinge	4.8.2018	
4.02,30	Tobias Åberg	Hälle IF	22mar89	Jönköping	2.6.2009	
4.02,51	Nils Bredin	Hälle IF	21feb02	Göteborg/S	29.8.2020	
4.02,73	Nicolaus Fager	Hälle IF	1jun67	Sollentuna	14.8.1987	
4.02,88	Stephan Johansson	Tanums IF	11jun64	Göteborg/S	14.7.1983	
4.03,0	Ulf Åberg	IK Orient	12jan59		1978	
4.03,55	*Merhawi Seyfu	Hälle IF	4jan00	Göteborg/U	30.6.2018	
4.03,60	Ulf Tungström	Melleruds IF	10apr64	Göteborg/S	30.7.1983	
4.04,12	Erik Framme	Hälle IF	15sep73	Göteborg/R	19.5.1992	
4.04,2	Arne Andersson	Uddevalla IS	27okt17	Göteborg	28.8.1937	
4.04,2	Bernt Jansson	IK Favör	24feb33	Göteborg/	24.7.1953	
4.04,2	Sven Martinsson	Eds SK	20mar39	Karlstad	20.7.1958	
4.04,25	Fredrik Johansson	Dals Södra FFI	2feb75	Göteborg/R	30.8.1992	
4.04,25	Johan Olehäll	Hälle IF	11jan79	Stockholm/S	13.9.1996	
4.04,6	Kent-Börje Andersson	Melleruds IF	3apr44	Bengtsfors	25.6.1964	
.....						
4.05,4	Helge Simonsson	Håveruds IK	21dec19	Halmstad	13.8.1939	
<b><u>7-bästa inomhus + någon till</u></b>						
3.49,02	Johan Rogestedt	Stenungsunds FI	27jan93	Göteborg/FH	27.2.2011	
3.52,13	Mustafa Mohamed	Hälle IF	1mar79	Bollnäs	8.2.1998	
3.53,8	Anders Carlsson	IK Orient	17apr59	Otaniemi, FIN	10.2.1979	Koner?
3.55,79	Ahmed Mohamed	Hälle IF	7nov76	Borlänge	17.2.1996	
3.57,84	Fredrik Björklund	Hälle IF	31jan86	Malmö/A	29.1.2005	
3.58,34	Sharmarke Ahmed	Hälle IF	11aug02	Göteborg/FH	1.3.2020	
3.59,75	Robert Mellberg	IK Orient	6apr73	Göteborg/FH	27.1.1991	
.....						
4.02,20	*Merhawi Seyfu	Hälle IF	4jan00	Växjö	24.2.2019	
4.03,98	Johan Olehäll	Hälle IF	11jan79	Göteborg/FH	8.2.1997	



Överlång bana

3.46,09 Johan Rogestedt Stenungsunds FI 27jan93 Tammerfors, FIN 5.2.2011

**3000 meter**

7.59,53	*Ababa Lama	Hälle IF	8aug93	Karlstad	23.7.2013
8.14,04	Mustafa Mohamed	Hälle IF	1mar79	Göteborg/U	19.6.1999
8.18,2	Jan Hagelbrand	Melleruds IF	8jul54	Stockholm/S	12.9.1974
8.20,1	Anders Carlsson	IK Orient	17apr59	Stockholm/S	25.9.1977
8.20,28	Samuel Pihlström	Hälle IF	8mar01	Hallsberg	1.8.2020
8.20,44	Ahmed Mohamed	Hälle IF	7nov76	Malmö/S	27.6.1996
8.23,1	*Kari Malmlund	IK Orient	21okt59	Karlstad	25.7.1978
8.24,25	Mikael Ekvall	Strömstad LK	18jun89	Uddevalla	25.7.2009
8.31,45	Johan Rogestedt	Stenungsunds FI	27jan93	Mölnadal	3.8.2013
8.34,47	Oliver Lämber	Hälle IF	4sep94	Karlstad	19.7.2012
8.34,71	Jonas Larsson	Högsätters GF	11dec68	Karlstad	27.7.1986
8.35,92	*Samuel Fitsumbrhan	Hälle IF	17mar99	Karlstad	25.7.2018
8.39,76	Mathias Fredriksson	Melleruds IF	11feb73	Leppävaara,FIN	19.8.1990
8.44,5	Lars Johansson	Melleruds IF	5maj57	Göteborg/S	14.6.1977
8.45,72	Johan Olehäll	Hälle IF	11jan79	Uddevalla	3.8.1997
8.47,59	Erik Framme	Hälle IF	15sep73	Uddevalla	1.8.1993
8.49,31	Stephan Johansson	Tanums IF	11jun64	Stenungsund	4.8.1983
8.49,6	Bernt Jansson	IK Favör	24feb33	Örebro	9.8.1953
8.50,22	Henrik Hansson	Strömstad LK	11aug89	Uddevalla	25.7.2009
8.50,4	Sven Martinsson	Eds SK	20mar39	Säffle	6.8.1958
8.51,8	Gunnar Larsson	Kvillebyns SK	6nov39	Göteborg	2.8.1959
8.53,07	Johnny Jonasson	Hälle IF	15jan85	Uddevalla	31.7.2004
8.53,2	Hans-Erik Svensson	IK Favör	21aug52	Stockholm/S	30/31.8.1969 (bättre 71?)
8.53,28	Jonas Malmström	IK Orient	23apr75	Stockholm	29.8.1993
8.53,39	*Filmon Fshseayen	Hälle IF	15nov98	Karlstad	25.7.2018
8.53,46	Nils Bredin	Hälle IF	21feb02	Söderhamn	8.8.2020
8.54,2	Roland Carlsson	IK Gullmarshov	24aug24	Uddevalla	24.9.1944
<b><u>7-bästa inomhus + några till</u></b>					
8.15,34	Mustafa Mohamed	Hälle IF	1mar79	Göteborg/FH	31.1.1998
8.38,26	Ahmed Mohamed	Hälle IF	7nov76	Göteborg/FH	24.2.1996
8.38,46	Oliver Lämber	Hälle IF	4sep94	Norrköping	16.2.2013
8.42,39	Johan Olehäll	Hälle IF	11jan79	Cedar Falls,IA, USA	20.2.1999
8.45,13	Mikael Ekvall	Strömstad LK	18jun89	Göteborg/FH	14.2.2009
8.46,6	Lars-Ove Andersson	IK Orient	25maj55	Göteborg/Sc	2.3.1975 Koner?
8.48,43	Sharmarke Ahmed	Hälle IF	11aug02	Göteborg/FH	1.2.2020
.....					
8.52,51	Nils Bredin	Hälle IF	21feb02	Göteborg/FH	1.2.2020
8.52,99	Ulf Nilsson	Hälle IF	25jun81	Göteborg/FH	12.2.2000
<u>överlång bana</u>					
8.36,52	Johan Olehäll	Hälle IF	11jan79	Ames,IA, USA	6.2.1999

**5000 meter**

		A Nike Vaporfly el liknande skor			
13.38,04	*Ababa Lama	Hälle IF	8aug93	Sollentuna	27.6.2013
13.55,38	Anders Carlsson	IK Orient	17apr59	Stockholm/S	2.6.1979
14.06,65	Samuel Pihlström	Hälle IF	8mar01	Göteborg/S	25.7.2020 A
14.15,16	Mustafa Mohamed	Hälle IF	1mar79	Karlskrona	16.8.1998
14.29,6	Jan Hagelbrand	Melleruds IF	8jul54	Göteborg/S	21.7.1974
14.29,62	Mikael Ekvall	Strömstad LK	18jun89	Göteborg/S	9.6.2009
14.37,24	*Kari Malmlund	IK Orient	21okt59	Uddevalla	21.6.1978
	(14.51,6 som svensk medborgare			Uddevalla	13.6.1979)
14.39,45	Jonas Larsson	Högsäters GF	11dec68	Uddevalla	3.7.1986
14.40,56	Ahmed Mohamed	Hälle IF	7nov76	Helsingborg	4.8.1996
14.52,0	Lars Johansson	Melleruds IF	5maj57	Uddevalla	22.6.1977
14.54,35	Erik Framme	Hälle IF	15sep73	Karlskrona	8.8.1993
14.55,64	Mathias Fredriksson	Melleruds IF	11feb73	Växjö	18.8.1991
14.56,56	*Samuel Fitsumbrhan	Hälle IF	17mar99	Göteborg/U	29.6.2018
14.59,21	Sharmarke Ahmed	Hälle IF	11aug02	Göteborg/S	27.6.2020 A
	(15.24,93			Linköping	23.8.2020)
15.02,4	Lars Aronsson	Melleruds IF	17nov55	Malmö/Hä	4.8.1974
15.03,89	Nils Bredin	Hälle IF	21feb02	Göteborg/S	27.6.2020 A
	(15.27,20			Linköping	23.8.2020)
15.13,83	Oliver Lämber	Hälle IF	4sep94	Lerum	19.6.2013
15.14,19	*Filmon Fshseyayen	Hälle IF	15nov98	Göteborg/U	29.6.2018
15.14,23	*Merhawi Seyfu	Hälle IF	4jan00	Göteborg/S	11.8.2019
15.19,70	Jonas Malmström	IK Orient	23apr75	Karlskrona	8.8.1993
15.23,73	Lars Jonsson	IK Orient	24apr63	Piteå	15.8.1980
15.30,0	Inge Josefsson	Stångenäs AIS	24maj55	Uddevalla	18.6.1975
15.32,4	Lennart Bengtsson	Tanums IF	18jul46		1966
15.33,30	*Pekka Saarinen	Hälle IF	4maj61	Göteborg/S	16.7.1981
15.33,44	Magnus Jensen	Eds SK	20feb84	Vellinge	17.8.2003
15.35,2	Roger Haggren	IK Orient	25feb50	Arbrå	2.8.1967
15.39,6	Hans-Erik Svensson	IK Favör	21aug52	Uddevalla	27.6.1972
15.42,60	Johan Olehäll	Hälle IF	11jan79	Karlstad	17.8.1997
15.44,0	Hans Melin	IK Orient	25mar62	Hallsberg	10.6.1980
15.45,10	Ulf Nilsson	Hälle IF	25jun81	Göteborg/U	20.6.1999
15.45,42	Johnny Jonasson	Hälle IF	15jan85	Göteborg/U	2.7.2004
15.51,0	Roger Gustavsson	IK Orient	29sep57		1977
15.51,26	Julius Strömberg	Hälle IF	23jun92	Karlstad	13.8.2010
15.51,45	Erik Lindahl	Hälle IF	6jul71	Sävedalen	1.6.1991
15.54,6	Sten Gustafsson	Eds SK	26jul57	Uddevalla	22.6.1977
15.54,84	Göran Frindberg	Dingle IF	4apr63	Göteborg/S	25.7.1982

**10000 meter**

29.11,79	*Ababa Lama	Hälle IF	8aug93	Borås	30.8.2013
29.16,19	Mustafa Mohamed	Hälle IF	1mar79	Århus, DEN	21.5.1999
29.51,82	Mikael Ekvall	Strömstad LK	18jun89	Oslo, NOR	24.5.2009
31.12,1	Erik Framme	Hälle IF	15sep73	Stockholm/S	25.9.1993
32.51,6	Hans-Erik Svensson	IK Favör	21aug52	Uddevalla	29.7.1970
33.02,4	Kari Malmlund	IK Orient	21okt59	Uddevalla	19.8.1978
33.40,26	Anders Petersson	Melleruds IF	15jan66	Stockholm/S	29.9.1984
33.58,4	Johnny Sperling	IK Orient	28feb59		1977
34.09,71	Ulf Tungström	Melleruds IF	10apr64		1982
34.10,27	Theodor Eliasson	IK Granit	21apr92	Uddevalla	6.9.2011

**10km landsväg**

31.12	Sharmarke Ahmed	Hälle IF	11aug02	Anderstorp	10.10.2020 A
31.57	Nils Bredin	Hälle IF	21feb02	Anderstorp	10.10.2020 A

### Halvmarathon (21.097,5 meter väg)

1.06.52	Mustafa Mohamed	Hälle IF	1mar79	Örebro	12.9.1998
1.07.08	Mikael Ekvall	Strömstad LK	18jun89	Göteborg	16.5.2009
1.10.42	*Filmon Fshseayen	Hälle IF	15nov98	Kungsbacka	21.4.2018
1.11.18	*Merhawi Seyfu	Hälle IF	4jan00	Kungsbacka	27.4.2019
1.11.39	Julius Strömberg	Hälle IF	23jun92	Göteborg	12.5.2012
1.12.40	Erik Lindahl	Uddevalla SK	6jul71	Göteborg	12.5.1990
1.15.10	Kent Hansson	Idefjordens SK	24apr64	Uddevalla	18.8.1984 regelrätt?

### Marathon (42.195 meter väg)

2.34.05	Mikael Ekvall	Strömstad LK	18jun89	Frankfurt, GER	28.10.2007
2.54.49	Anders Petersson	Melleruds IF	15jan66	Stockholm	10.11.1984

### 2000 meter hinder

5.34.60	Anders Carlsson	IK Orient	17apr59	Uddevalla	25.6.1979
5.37.00	Mustafa Mohamed	Hälle IF	1mar79	Karlskrona	14.8.1998
5.45.4	Lars Johansson	Melleruds IF	5maj57	Hyvinkää, FIN	16.8.1975
5.45.8	Jan Hagelbrand	Melleruds IF	8jul54	Warley, GBR	19.9.1973
5.50.32	Ahmed Mohamed	Hälle IF	7nov76	Helsingborg	2.8.1996
5.55.50	Erik Framme	Hälle IF	15sep73	Helsingborg	9.7.1993
5.55.79	Mikael Ekvall	Strömstad LK	18jun89	Karlskrona	16.8.2009
5.57.0	Jonas Larsson	Högsäters GF	11dec68	Helsingborg	11.7.1986
5.57.20	Mathias Fredriksson	Melleruds IF	11feb73	Växjö	16.8.1991
5.57.7	Stephan Johansson	Tanums IF	11jun64	Huddinge	1.7.1983
5.57.85	Ulf Nilsson	Hälle IF	25jun81	Västerås	11.8.2000
5.58.65	Magnus Jensen	Eds SK	20feb84	Göteborg/U	4.7.2003
6.01.45	Johan Olehäll	Hälle IF	11jan79	Sundsvall	13.8.1999
6.02.11	Kari Malmlund	IK Orient	21okt59	Uddevalla	30.6.1979 (25.6 ?)
6.06.2	*Pekka Saarinen	Hälle IF	4maj61	Stenungsund	17.6.1981 (6.05,0?)

### 3000 meter hinder

8.34.84	Anders Carlsson	IK Orient	17apr59	Stockholm/S	5.8.1978
8.40.84	Mustafa Mohamed	Hälle IF	1mar79	Lahtis, FIN	6.6.1999
8.50.6	Jan Hagelbrand	Melleruds IF	8jul54	Göteborg/S	20.7.1974
8.50.99	Lars Johansson	Melleruds IF	5maj57	Skellefteå	20.8.1977
8.55.26	Ahmed Mohamed	Hälle IF	7nov76	Karlskrona	10.8.1996
9.11.68	Erik Framme	Hälle IF	15sep73	Kvarnsveden	23.7.1993
9.16.72	Johan Olehäll	Hälle IF	11jan79	Leppävaara, FIN	28.8.1999
9.23.1	*Pekka Saarinen	Hälle IF	4maj61	Uddevalla	2.6.1981
9.27.1	Stephan Johansson	Tanums IF	11jun64	Örebro	22.7.1983
9.27.39	Ulf Nilsson	Hälle IF	25jun81	Växjö	25.8.2001
9.30.15	Magnus Jensen	Eds SK	20feb84	Norrtälje	2.8.2003
9.36.1	Hans-Erik Svensson	IK Favör	21aug52	Uddevalla	25.8.1969 (9.36,2?)
9.36.25	Jonas Henriksson	Hälle IF	11maj78	Huddinge	23.8.1997
9.51.8	Inge Josefsson	Stångenäs AIS	24maj55	Uddevalla	17.6.1975
9.58.0	Johnny Sperling	IK Orient	28feb59	Göteborg/S	19.6.1976
9.58.5	Roger Gustavsson	IK Orient	29sep57	Uddevalla	5.9.1977 (9.58,2 BDFIF)
10.00.4	Thomas Olausson	IK Orient	3feb60	Hässleholm	16.6.1979
10.01.0	Ingvar Larsson	OK Roto	15maj48	Uddevalla	3.7.1968
10.02.28	Jerry Olsson	Hälle IF	6feb65	Uddevalla	3.8.1985

### **60 meter häck (inomhus) (eltid)**

8,27	Anders Leifsson	IK Orient	28apr92	Göteborg/FH	27.2.2011
8,35	Elias Martinsson	Brattås CK	18jun97	Malmö/A	28.2.2016
8,40	Martin Giebat	IK Orient	1jun69	Askim, NOR	21.2.1988
8,44	Jim Ekliden	Brattås CK	15jan80	Göteborg/FH	23.1.1999
8,52	Jonas Hauger	Hälle IF	13jun77	Göteborg/FH	18.1.1996
8,53	Tony Olsson	Dals Södra FFI	15jul68	Göteborg/Sh	17.1.1988
8,70	Anders Söderberg	Hälle IF	22feb83	Göteborg/FH	9.2.2002
8,80	Jimmy Vestin	Hälle IF	9mar77	Göteborg/FH	10.2.1996
8,88	Patrik Bagge	Brattås CK	12apr85	Karlstad	11.1.2003
9,04	Anders Albertsson	IK Orient	6jul66	Malmö/K	20.1.1985
9,16	*Martin Burrows	Hälle IF	14aug73	Göteborg/FH	30.1.1993
9,31	Fredrik Sohlberg	IK Zeus	24mar72	Göteborg/FH	8.12.1991
9,59	Bengt Österberg	Hälle IF	5mar70	Göteborg/FH	28.1.1989
9,88	Benjamin Åberg	Hälle IF	30maj95	Uddevalla	24.1.2015
<b><u>manuell tid</u></b>					
9,3	Håkan Kyöttilä	Hälle IF	6jun68	Moss, NOR	14.3.1987

### **110 meter häck (eltid)**

14,92	Anders Leifsson	IK Orient	28apr92	Lerum	20.5.2012
15,07	Martin Giebat	IK Orient	1jun69	Uddevalla	27.5.1989
15,26	Tony Olsson	Dals Södra FFI	15jul68	Uddevalla	23.6.1987
15,32	Jonas Hauger	Hälle IF	13jun77	Sävedalen	2.6.1996
15,55	Björn Wilson	IK Orient	23feb90	Uddevalla	18.5.2008
15,59	Martin Magnusson	Hälle IF	24apr67	Uddevalla	10.6.1987
15,60	Jonas Engström	Hälle IF	5jul71	Stenungsund	27.5.1990
15,61	Jimmy Vestin	Hälle IF	9mar77	Helsingborg	13.7.1996
15,66	Jim Ekliden	Brattås CK	15jan80	Olofström	27.6.1999
15,87	Joakim Knöös	Hälle IF	4jan73	Västerås	25.5.1991
15,88	Anders Albertsson	IK Orient	6jul66	Borås	17.8.1986
15,88	Patrik Bagge	Brattås CK	12apr85	Uddevalla	15.6.2003
16,01	Thomas Kyöttilä	Hälle IF	9mar66	Uddevalla	18.6.1984
16,26	Magnus Niklasson	Brattås CK	9apr80	Norrköping	28.6.1997
16,30	*Martin Burrows	Hälle IF	14aug73	Motala	3.7.1993
16,46	Joakim Svensson	Eds SK	23feb73	Värnamo	5.7.1992
16,67	Fredrik Sohlberg	IK Zeus	24mar72	Uddevalla	18.6.1991
<b><u>medvind</u></b>					
15,20w	Tony Olsson	Dals Södra FFI	15jul68	Borås	17.5.1988
15,45w	Jimmy Vestin	Hälle IF	9mar77	Halmstad	21.7.1996
15,85w	Anders Albertsson	IK Orient	6jul66	Nässjö	28.6.1986
16,68w	Håkan Kyöttilä	Hälle IF	6jan68	Olofström	28.6.1986
<b><u>manuella tider</u></b>					
16,0	*Juhani Jouniola	IK Orient	27jun48		1968
16,0	Kari Aartojärvi	IK Orient	5feb59	Göteborg/S	10.9.1977
16,1	Eje Carlin	Melleruds IF	21feb30	Uddevalla	11.9.1949 (16,4 JD-rek 1961!)
16,5	Stig Albertsson	IK Favör	8jan43	Sävedalen	21.9.1963
16,6	Lars-Erik Brännfeldt	Melleruds IF	3jul47	Göteborg/	24.9.1967
16,6	Robert Graham	IK Orient	14feb61	Stenungsund	17.6.1980
16,7	Björn Jonasson	Hälle IF	15jan71	Stenungsund	16.6.1988

### **400 meter häck (eltid)**

53,68	Erik Johansson	Hälle IF	19jul76	Malmö/S	27.6.1996
54,48	*Martin Burrows	Hälle IF	14aug73	Kvarnsveden	24.7.1993
54,74	Martin Giebat	IK Orient	1jun69	Uddevalla	27.5.1989
55,41	Magnus Niklasson	Brattås CK	9apr80	Jönköping	2.6.1999
57,20	Fredrik Sohlberg	IK Zeus	24mar72	Helsingborg	12.7.1991 just. tid
57,31	Anders Carlson	IK Orient	17apr59	Uddevalla	21.6.1978
57,80	Dane Almfjärd	IK Orient	10aug61	Malmö/S	24.7.1981
57,96	Tommy Olsson	Dingle IF	15jul61	Uddevalla	23.5.1981
58,03	Glenn Häggman	Hälle IF	1apr78	Göteborg/U	5.7.1997
58,69	Christoffer Wadenhof	Dals Södra FFI	18aug73	Varberg	27.5.1989
59,24	Benjamin Åberg	Hälle IF	30maj95	Huddinge	21.9.2014
59,40	Martin Magnusson	Hälle IF	24apr67	Borås	31.5.1984
59,60	Jonas Malmström	IK Orient	23apr75	Uddevalla	25.5.1995
59,62	Per-Nicklas Höglund	Hälle IF	5maj73	Västerås	25.5.1991
59,66	Jimmy Vestin	Hälle IF	9mar77	Göteborg/S	19.5.1996
59,73	Urban Bergman	IK Zeus	29jul71	Helsingborg	12.7.1991 just. tid
59,82	Morgan Edvardsson	Hälle IF	22mar68	Skövde	29.8.1987 sen Vallin
59,96	Lars Wingqvist	Hälle IF	19mar69	Nässjö	2.7.1988
60,11	Andreas Öberg	IK Orient	16feb78	Uddevalla	27.6.1998

### **manuella tider**

56,7	*Juhani Jouniola	IK Orient	27jun48	Växjö	15.9.1968
56,7	Cay Waldetoft	IK Orient	14mar56	Sollentuna	18.7.1975
57,0	Glenn Häggman	Hälle IF	1apr78	Västerås	8.8.1997
57,2	Tommy Olsson	Dingle IF	15jul61	Stenungsund	16.6.1981
57,5	Lars Wingqvist	Hälle IF	19mar69	Skövde	29.5.1988
57,8	*Pekka Saarinen	Hälle IF	4maj61	Stenungsund	16.6.1981
58,8	Lars-Erik Bränfeldt	Melleruds IF	3jul47	Göteborg/	26.8.1967
59,4	Helge Blomberg	IK Favör	21apr27	Uddevalla	19/20.7.1947
59,5	Jan Johansson	IK Orient	16apr59	Uddevalla	4.6.1977

## Höjd

2.05	Mikael Engberg	IK Orient	4maj66	Stenungsund	8.8.1985
2.04	Mats Månsson	Hälle IF	30dec64	Stenungsund	11.8.1984
2.04	Erik Jakobsson	Brattås CK	23jan88	Huddinge	5.8.2006
2.01	Tony Olsson	Dals Södra FFI	15jul68	Uddevalla	1.7.1986
2.01	Mattias Grundberg	IK Orient	19jan75	Karlskrona	7.8.1993
2.01	Oscar Adolfsson	IK Orient	5apr88	Karlstad	6.9.2008
2.00	Per Bragée	Tanums IF	9jul59	Stockholm/S	6.8.1978
2.00	Göran Melin	Hälle IF	18mar69	Göteborg/R	24.5.1988
2.00	Urban Bergman	IK Zeus	29jul71	Tanumshede	11.7.1990
2.00	Joel Spolén	Strömstads IF	27nov83	Oslo/B, NOR	13.6.1999
1.98	Jonny Johansson	Dals Södra FFI	9maj85	Halmstad	14.7.2001
1.98	Fredrik Lindgren	Stenungsunds FI	9apr92	Lerum	9.8.2009
1.96	Hans Bagge	Skaftö GoIF	25feb56	Dingle	20.9.1975 <b>dykstil</b>
1.96	Håkan Pettersson	Dingle IF	28aug62	Stenungsund	29.6.1982
1.96	Tobias Johansson	Brattås CK	12jul79	Jönköping	30.8.1997
1.96	Carl-Ludvig Patriksson	Hälle IF	13jan98	Jönköping	1.6.2016
1.95	Bertil Ljungqvist	Dingle IF	31okt54	Uddevalla	12.6.1974
1.95	Anders Albertsson	IK Orient	6jul66	Karlstad	1.9.1984
1.95	Mathias Lageskog	IK Orient	9mar73	Uddevalla	6.8.1989
1.95	Jonas Hauger	Hälle IF	13jun77	Sävedalen	13.9.1992
1.94	Filip Augustsson	Brattås CK	25jul97	Uddevalla	26.7.2014
1.94	Agustin Hilmersson	IK Orient	29jan03	Halmstad	16.6.2019
1.93	John Amunder	Hälle IF	28jun74	Göteborg/R	1.9.1991
1.93	Erik Bryngelsson	IK Orient	19jun95	Helsingborg	24.8.2013
1.91	Joakim Svensson	Eds SK	23feb73	Huddinge	1.8.1992
1.91	Christian Eriksson	Dals Södra FFI	7aug81	Falun	10.9.1999
1.91	Magnus Almegius	Brattås CK	28jul93	Sävedalen	12.6.2011
1.90	Håkan Kyöttilä	Hälle IF	6jun68	Frändefors	20.8.1985
1.90	Per-Christian Johansson	Dals Södra FFI	17nov75	Sävedalen	30.5.1992
1.90	Robert Bagge	Brattås CK	15jun82	Uddevalla	23.7.2000
1.90	Björn Wilson	IK Orient	23feb90	Uddevalla	1.6.2008
1.90	Elias Martinsson	Brattås CK	18jun97	Göteborg/S	31.5.2014
<b>Före 1971 med dykstil el saxstil</b>					
1.88	Bertil Olsson	Åmåls GIF	30sep52		1968
1.86	Rune Karlsson	Uddevalla IS	19apr50	Brastad	1970
1.85	Björn Mattsson	IK Orient	11feb21	Stockholm/S	22.9.1940 (Ej D-rek, JD-rek)
1.85	Jan Dyfverman	IK Orient	23feb35	Stockholm/S	8.8.1954
1.85	Stig Andersson	IK Orient	24apr34		1954 (1.84 Deje 29.8.1954)
1.85	Stig Albertsson	IK Favör	8jan43	Bengtstors	1.6.1960 (Ej JD-rek 61-68)
1.85	Frank Karlsson	Dingle IF	13jan49	Möln dal/K	14.9.1969
<b>9-bästa inomhus + någon till</b>					
2.04	Erik Jakobsson	Brattås CK	23jan88	Karlstad	29.1.2006
2.01	Mats Månsson	Hälle IF	30dec64	Malmö/K	20.2.1983
2.01	Mikael Engberg	IK Orient	4maj66	Solna	8.2.1985
2.01	Fredrik Lindgren	Stenungsunds FI	9apr92	Karlstad	30.1.2010
2.00	Tony Olsson	Dals Södra FFI	15jul68	Uddevalla/D	29.3.1987
2.00	Göran Melin	Hälle IF	18mar69	Göteborg/FH	11.12.1988
2.00	Urban Bergman	IK Zeus	29jul71	Askim, NOR	12.2.1989
2.00	Mattias Grundberg	IK Orient	19jan75	Göteborg/FH	5.12.1992
2.00	Oscar Adolfsson	IK Orient	5apr88	Eskilstuna	7.1.2007
.....					
1.96	Filip Augustsson	Brattås CK	25jul97	Göteborg/FH	8.12.2013
1.95	John Amunder	IK Zeus	28jun74	Göteborg/FH	8.12.1990
1.91	Patrik Bagge	Brattås CK	12apr85	Göteborg/FH	14.1.2001
1.91	Magnus Almegius	Brattås CK	28jul93	Göteborg/FH	5.12.2010
1.91	Elias Martinsson	Brattås CK	18jun97	Göteborg/FH	24.11.2013
1.90	Thomas Kyöttilä	Hälle IF	9mar66	Ljungkile/R	29.1.1984

## Stav

5.10	Roger Thorstensson	IK Orient	5mar55	Uddevalla	27.8.1975
4.65	Robert Graham	IK Orient	14feb61	Helsingborg	15.8.1981
4.50	Håkan Kyöttilä	Hälle IF	6jan68	Halmstad	19.7.1986
4.40	Jan Johansson	IK Orient	16apr59	Uddevalla	13.6.1979
4.40	Petter Engström	Hälle IF	18apr75	Uddevalla	22.6.1993
4.35	Thomas Kyöttilä	Hälle IF	9mar66	Göteborg/S	24.7.1984
4.25	Niklas Bagge	Brattås CK	25sep87	Uddevalla	26.9.2004
4.22	Alf Thorstensson	IK Orient	4jun47	Uddevalla	20.6.1967
4.00	Jonas Engström	Hälle IF	5jul71	Uddevalla	13.5.1989
3.92	Daniel Talje	Brattås CK	27jan75	Lerum	13.6.1993
3.91	Niklas Svanberg	Stenungsunds FI	21aug97	Eskilstuna	11.8.2013
3.90	Tony Olsson	Dals Södra FFI	15jul68	Uddevalla	15.6.1986
3.85	Joakim Hermansson	IK Orient	23jan63	Uddevalla	11.6.1980
3.81	Bo Johansson	IK Orient	8maj59	Uddevalla	31.7.1977
3.80	*Peter Szamer	IK Orient	10sep64	Uddevalla	20.6.1984
3.80	Pär Eriksson	Hälle IF	4apr67	Stenungsund	18.7.1984
3.80	Per Andersson	IK Orient	2aug67	Uddevalla	25.7.1984
3.80	Joakim Svensson	Eds SK	23feb73	Värnamo	5.7.1992
3.74	Victor Magnusson	Brattås CK	29jun91	Stenungsund	24.8.2007
3.72	Sven-Håkan Mellberg	IK Orient	14nov49	Uddevalla	18.9.1949
3.70	Arnold Jurende	IK Orient	14dec48	Uddevalla	1967
3.70	Karl-Robert Staiger	Hälle IF	27feb75	Uddevalla	20.6.1990
3.65	John Korpi	Hälle IF	11jnu70	Karlskoga	6.9.1986
3.60	Andreas Liljeberg	Hälle IF	23nov66	Stenungsund	13.8.1983
3.53	Gustav Magnusson	IK Orient	5aug95	Uddevalla	16.7.2011
3.50	Gunnar Granath	Melleruds IF	22jan45	Mellerud	13.7.1964 <b>glasfiber?</b>
3.50	Cay Waldetoft	IK Orient	14mar56		1974
3.50	Mats Månsson	Hälle IF	30dec64	Stenungsund	21.7.1983
3.50	Anders Albertsson	IK Orient	6jul66	Uddevalla	20.6.1984
3.50	Johan Claesson	IK Orient	4mar91	Motala	22.5.2011
3.50	John Plate	IK Orient	6jun93	Uddevalla	28.7.2012
3.45	Lars Larsson	Melleruds IF	3nov19	Stockholm/S	24.9.1938 <b>ej glasfiber</b>
3.45	Jan-Anders Sannum	Dingle IF	29jul49		1969
<b>4-bästa inomhus + några till</b>					
4.90	Roger Thorstensson	IK Orient	5mar55	Stockholm/?	5.2.1975
4.50	Håkan Kyöttilä	Hälle IF	6maj68	Göteborg/ÖN	7.3.1987
4.30	Jan Johansson	IK Orient	16apr59	Tanumshede	4.3.1979
4.30	Robert Graham	IK Orient	14feb61	Uddevalla/D	18.1.1980
.....					
4.03	Niklas Svanberg	Stenungsunds FI	21aug97	Malmö/A	9.3.2013
4.00	*Peter Szamer	IK Orient	10sep64	Uddevalla/D	25.3.1984
3.90	Joakim Hermansson	IK Orient	23jan63	Uddevalla/D	28.2.1982
3.80	John Korpi	Hälle IF	11jun70	Uddevalla/D	13.2.1987
3.65	Stefan Karlsson	IK Orient	25apr66	Uddevalla/D	28.2.1982
3.55	Gustav Magnusson	IK Orient	5aug95	Uddevalla	14.1.2012
3.50	John Plate	IK Orient	6jun93	Uddevalla	15.1.2011

## Längd

7.57	Björn Wilson	IK Orient	23feb90	Falun	21.8.2010
7.39	Elias Martinsson	Brattås CK	18jun97	Göteborg/U	2.7.2016
7.21	Joakim Svensson	Eds SK	23feb73	Sävedalen	30.5.1992
7.14	Mathias Lageskog	IK Orient	9mar73	Uddevalla	23.5.1992
7.05	Robert Bagge	Brattås CK	15jun82	Sävedalen	4.6.2001
6.99(?)	Kurt Lundgren	Eds SK	3mar27	Bengtfors	14.6.1946 (6.90 BDFIF)
6.93	Tobias Jonsson	IK Orient	29feb96	Sollentuna	26.8.2016

6.83	Tony Olsson	Dals Södra FFI	15jul68	Stenungsund	3.6.1985
6.82	Hans Bagge	Skaftö GoIF	25feb56	Uddevalla	17.6.1975
6.74	Kjell Niklasson	IK Orient	19sep46		1966
6.74	Marcus Lidman	Hälle IF	25mar99	Göteborg/U	1.7.2016
6.71	Kari Aartojärvi	IK Orient	5feb59	Uddevalla	25.7.1976
6.71	Martin Magnusson	Hälle IF	24apr67	Göteborg/S	14.5.1985
6.70	Benny Svensson	Tanums IF	31mar57	Uddevalla	22.7.1976
6.69	Rolf Söderman	Stångenäs AIS	22mar55	Trollhättan	6.7.1973 (Datum?)
6.68	Rolf Nilsson	Stångenäs AIS	11apr55	Trollhättan	1.8.1972
6.66	Christoffer Wadenhof	Dals Södra FFI	18aug73	Södertälje	9.9.1990
6.66	Per Jonsson	Dals Södra FFI	10feb88	Göteborg/U	28.6.2008
6.65	Anders Bergquist	Brattås CK	15jan74	Stockholm/S	18.9.1992
6.65	Jonas Hauger	Hälle IF	13jun77	Västerås	18.9.1993
6.62	Robin Gustafsson	Hälle IF	13mar99	Göteborg/S	3.6.2018
6.64	Allan Samuelsson	IOGT Olympia, Åmål	19mar26	Billingsfors	18.8.1946 (6.95-46 BH)
6.62	Mats Månsson	Hälle IF	30dec64	Borås	31.5.1984
6.62	Robin Gustafsson	Hälle IF	13mar99	Göteborg/S	3.6.2018
6.61	Tommy Hansson	Strömstads IF	6feb54	Mellerud	13.7.1974
6.61	Mikael Johansson	Eds SK	5maj65	Stenungsund	3.6.1985
6.61	Erik Dahlqvist	IK Orient	22apr98	Helsingborg	8.7.2018
6.60	Johan Lidman	IK Orient	2sep64	Skövde	8.8.1983 tid Josefsson
6.60	Martin Hjelm	IK Zeus	1jan71	Norrköping	1.7.1989
6.59	Filip Augustsson	Brattås CK	25jul97	Uddevalla	19.7.2014
6.58	Jonas Magnusson	Hälle IF	29aug65	Stenungsund	3.6.1985
6.58	Martin Glimsand	Hälle IF	20jul78	Lerum	9.8.1998
6.56	Peter Kaur	Stångenäs AIS	20nov41		1961
6.56	Per-Joan Lorentzon	Dals Södra FFI	27feb74	Skövde	16.5.1993
	<u>medvind</u>				
7.57w	Björn Wilson	IK Orient	23feb90	Sierra Nevada, ESP	10.7.2010
7.13w	Robert Bagge	Brattås CK	15jun82	Uddevalla	28.7.2001
6.96w	Mats Månsson	Hälle IF	30dec64	Varberg	10.9.1983 (+ 6,9!)
6.93w	Tony Olsson	Dals Södra FFI	15jul68	Lisleby, NOR	27.6.1987
6.92w	Benny Svensson	Tanums IF	31mar57	Karlskrona	31.7.1976
6.92w	Robin Gustafsson	Hälle IF	13mar99	Göteborg/U	1.7.2017
6.91w	Johan Lidman	IK Orient	2sep64	Södertälje	18.6.1983 tid Josefsson
6.89w	Hans Bagge	Skaftö GoIF	25feb56	Uddevalla	13.9.1975
6.76w?	Christian Eriksson	Dals Södra FFI	7aug81	Karlstad	28.8.1999
6.72w	Martin Glimsand	Hälle IF	20jul78	Lerum	9.8.1998
6.71w	Per Jonsson	Dals Södra FFI	10feb88	Gävle	21.7.2007
6.57w	Andreas Eriksson	IK Orient	11jul73	Borås	4.7.1993
6.56w	Jonny Johansson	Dals Södra FFI	9maj85	Borås	18.5.2002
	<b>10-bästa inomhus + några till</b>				
7.28	Mathias Lageskog	IK Orient	9mar73	Göteborg/FH	15.2.1992
7.28	Björn Wilson	IK Orient	23feb90	Sätra	28.2.2010
7.03	Elias Martinsson	Brattås CK	18jun97	Göteborg/FH	28.2.2015
6.82	Robert Bagge	Brattås CK	15jun82	Göteborg/FH	4.3.2001
6.73	Tobias Jonsson	IK Orient	29feb96	Växjö	20.2.2016
6.72	Joakim Svensson	Eds SK	23feb73	Göteborg/FH	8.3.1992
6.70	Johan Josefsson	IK Orient	2sep64	Göteborg/Sc	7.2.1982 sen Lidman
6.70	Anders Bergquist	Brattås CK	15jan74	Göteborg/FH	8.12.1991
6.69	Jim Ekliden	Brattås CK	15jan80	Göteborg/FH	1.3.1998
6.67	Tony Olsson	Dals Södra FFI	15jul68	Karlstad	30.1.1988
.....					
6.65	Christian Eriksson	Dals Södra FFI	7aug81	Göteborg/FH	5.12.1999
6.64	Robin Gustafsson	Hälle IF	13mar99	Göteborg/FH	3.2.2018
6.58	Jonny Johansson	Dals Södra FFI	9maj85	Västerås	9.3.2002
	<u>låg nivå i groppen?</u>				
6.70(låg?)	Mikael Johansson	Eds SK	5maj65	Askim, NOR	9/10.2.1985



## Tresteg

15.05	Hans Bagge	Skaftö GoIF	25feb56	Karlstad	2.7.1975
14.87	Mathias Ström	Strömstads IF	30dec87	Huddinge	5.8.2006
14.69	Patrik Bagge	Brattås CK	12apr85	Odense/DEN	24.8.2003
14.45	Jim Ekliden	Brattås CK	15jan80	Sundsvall	15.8.1999
14.13	Kurt Lundgren	Eds SK	3mar27	Uddevalla	19/20.7.1947
13.99	Andreas Eriksson	IK Orient	11jul73	Mora	9.8.1992
13.98	Christoffer Wadenhof	Dals Södra FFI	18aug73	Örebro	24.8.1990
13.91	Kari Aartojärvi	IK Orient	5feb59	Uddevalla	21.7.1976
13.89	Robert Bagge	Brattås CK	15jun82	Uddevalla	29.7.2001
13.87	Joakim Vestin	IK Nösnäs	29mar72	Sävedalen	4.6.1990
13.86	Oscar Adolfsson	IK Orient	5apr88	Hässleholm	16.8.2008
13.79	Allan Samuelsson	IOGT Olympia Åmål	19mar26	Trollhättan	25.8.1946
13.74	Kjell Hansson	Strömstads IF	18maj55	Frändefors	17.6.1973
13.71	Lars-Erik Larsson	Stenungsunds IF	47		1967
13.67	Martin Glimsand	Hälle IF	20jul78	Göteborg/U	5.7.1998
13.64	Björn Wilson	IK Orient	23feb90	Karlshamn	19.6.2010
13.63	Tony Olsson	Dals Södra FFI	15jul68	Uddevalla	1.8.1988
13.54	Johan Vestin	IK Nösnäs	7sep70	Uddevalla	15.8.1989
13.53	Anders Bergquist	Brattås CK	15jan74	Örebro	15.6.1991
13.52	Thomas Kyötilä	Hälle IF	9mar66	Borås	31.5.1984
13.43	Bengt Österberg	Hälle IF	5mar70	Norrköping	1.7.1989
13.36	Benny Svensson	Tanums IF	31mar57	Frändefors	15.6.1977
	<u>medvind</u>				
14.28w	Christoffer Wadenhof	Dals Södra FFI	18aug73	Uddevalla	23.7.1989
14.14w	Martin Glimsand	Hälle IF	20jul78	Halmstad	18.7.1998
14.10w	Kari Aartojärvi	IK Orient	5feb59	Malmö/Hä	28.8.1976
13.90w	Björn Wilson	IK Orient	23feb90	Sävedalen	18.8.2007
13.71w	Tony Olsson	Dals Södra FFI	15jul68	Helsingborg	11.7.1986
13.51w	Bengt Österberg	Hälle IF	5mar70	Norrköping	1.7.1989
13.41w	Fredrik Meyer	Strömstads IF	8apr88	Gävle	18.9.2004
13.38w	Håkan Kyötilä	Hälle IF	6jan68	Stenungsund	29.6.1985
	<u>(låg grop)</u>				
14.01w(låg)	Andreas Eriksson	IK Orient	11jul73	Falköping	15.9.1991
	<b><u>8-bästa inomhus + några till</u></b>				
14.96	Mathias Ström	Strömstads IF	30dec87	Sätra	25.2.2006
14.73	Jim Ekliden	Brattås CK	15jan80	Bollnäs	8.2.1998
14.48	Hans Bagge	Skaftö GoIF	25feb56	Falun	15.2.1976
14.39	Patrik Bagge	Brattås CK	12apr85	Göteborg/FH	8.2.2003
14.23	Kari Aartojärvi	IK Orient	5feb59	Falun	13.3.1977
14.04	Tony Olsson	Dals Södra FFI	15jul68	Karlstad	23.1.1988
13.99	Robert Bagge	Brattås CK	15jun82	Göteborg/FH	3.3.2001
13.90	Martin Glimsand	Hälle IF	20jul78	Göteborg/FH	28.2.1998 (Tranås AIF?)
.....					
13.78	Joakim Svensson	Eds SK	23feb73	Solna	10.2.1989
13.62	Anders Bergquist	Brattås CK	15jan74	Örebro	16.1.1991
13.48	Gunnar Brändström	IK Orient	19mar56	Falun	3.3.1974
13.36	Jesper Simonsson	IK Orient	30jun00	Uppsala	25.2.2018

## Kula (7,26)

15.50	Jonas Meyer	Strömstads IF	2maj90	Göteborg/S	13.5.2010
14.90	Anders Constantin	IK Orient	19okt82	Karlstad/NF	26.9.2000
14.46	Mikael Johansson	Hälle IF	30apr74	Uddevalla	23.5.1994
14.36	Magnus Olsson	Hälle IF	23jan73	Karlskrona	19.5.1990
14.21	Per-Åke Forsman	Dals Södra FFI	19mar55	Mellerud	13.7.1974
14.20	Henrik Olsson	IK Orient	25okt 63	Göteborg/S	14.7.1980
14.05	Per-Erik Hansson	Tanums IF	11jan62	Uddevalla	23.5.1981
13.79	Erik Carlsson	Bokenäs IF	18 jul68	Ljungskile	27.9.1986
13.74	Folke Söderholm	IK Orient	9maj42		1962 (13.65 Mld 9.9.62)
13.50	Tim Söderqvist	Dals Södra FFI	15jun95	Uddevalla	3.10.2015
13.40	Stig Andersson	Uddevalla IS	10nov22		1942 sen Wendelsjö
13.27	Joakim Svensson	Eds SK	23feb73	Karlstad	14.5.1992
13.19	Lars Larsson	Melleruds IF	3nov19	Mellerud	2.7.1939
13.06	Hasse Forsberg	?	18jul54	(DingleIF 12.60 BD-stat)	1974 (KA2?) 13.05?
12.92	Knut Fredriksson	IK Favör	3mar30	Bengtstors	26.9.1950
12.92	Willy Pettersson	Uddevalla IS	26okt49	Ödeborg	28.6.1969
12.91	*Juhani Jouniola	IK Orient	27jun48		1968
12.78	Bertil Hansson	Skee IF	20jun45		1964
12.77	Erik Forsberg	Dingle IF	22jan66	Uddevalla	3.8.1986
12.74	Åke Sköld	IOGT Olympia, Åmål	18maj29	Arvika	28.8.1949
12.63	Håkan Andersson	Dingle IF	11mar52		1970
12.55	Uno Johansson	OK Roto	29maj46		1966
12.39	Gerle Johansson	Tanums IF	24dec44		1964
12.32	Roland Falk	Dingle IF	47	Åmål	3.10.1965
12.31	Jan Ebbe Karlsson	Strömstads IF	50	Uddevalla	2.7.1968
12.29	Karl-Erik Halvordsson	Strömstads IF	19feb38	Åmål	7.9.1958 bättre annan tävl?
12.25	Stig Albertsson	IK Favör	8jan43	Strömstad	25.5.1960
12.25	Stig Augustsson	IK Favör	44	Uddevalla	29.9.1963
12.25	Lars-Gunnar Oscarsson	IK Orient	7mar62	Göteborg/S	23.5.1981
12.23	Daniel Hedberg	Dals Södra FFI	26mar83	Dingle	27.6.2001
12.20	Erik Bäckman	Eds SK	17sep29	Åmål	19.6.1949 Datum?
12.20	Marcus Johansson	Brattås CK	23jul80	Stenungsund	21.5.2000
		(för lätt kula 7,11kg)			
12.70	Tony Olsson	Dals Södra FFI	15jul68	Uddevalla	6.8.1988
<b><u>7-bästa inomhus + några till</u></b>					
16.07	Jonas Meyer	Strömstads IF	2maj90	Sätra	27.2.2010
14.74	Anders Constantin	IK Orient	19okt82	Eskilstuna	10.2.2001
13.93	Per-Erik Hansson	Tanums IF	11jan62	Frändefors	21.2.1982
13.80	Erik Carlsson	Bokenäs IF	18jul68	Askim, NOR	1.2.1987
13.73	Per-Åke Forsman	Dals Södra FFI	19mar55	Färgelanda	9.2.1975 (13.76 DS stat)
			(13.56	Göteborg/Sc	1.3.1975)
13.71	Magnus Olsson	Hälle IF	23jan73	Göteborg/FH	4.2.1990
13.61	Mikael Johansson	Hälle IF	30apr74	Karlstad	9.2.1993 (bättre 94?)
.....					
13.11	Lars-Gunnar Oscarsson	IK Orient	7mar62	Frändefors	21.2.1982
13.10	Hasse Forsberg	Dingle IF	18jul54	Uddevalla	25.1.1974 (13.20 obekr.)
12.69	Jonas Engström	Hälle IF	5jul71	Göteborg/FH	24.2.1991
12.47	Henrik Fäldt	Hälle IF	18mar70	Ljungskile	13.3.1988
12.35	Henrik Olsson	Hälle IF	23sep65	Dingle	5.3.1983

## Diskus (2,0)

45.07	Uno Fransson	Gustafsfors IF	18aug27	Karlstad	15.9.1946
44.66	Hasse Forsberg	Dingle IF	18jul54		1974 sept-okt
42.80	Eric Fransson	Gustafsfors IF	1jul23	Erikstad	13.9.1942
42.78	Marcus Johansson	Brattås CK	23jul80	Uddevalla	18.6.2000
42.40	Willy Pettersson	Uddevalla IS	26okt49	Tanumshede	24.8.1969
42.36	Jim Olsson	Hälle IF	11maj78	Herrljunga	16.6.1996
41.84	Magnus Olsson	Hälle IF	23jan73	Karlstad/R	5.10.1989
41.70	Per-Erik Hansson	Tanums IF	11jan62	Uddevalla	18.8.1981
41.36	Anders Constantin	IK Orient	19okt82	Uddevalla	17.6.2001
40.80	Erik Carlsson	Bokenäs IF	18jul68	Uddevalla	3.7.1986
40.64	Henrik Olsson	IK Orient	25okt63	Göteborg/S	14.7.1980
40.46	Lars Larsson	Melleruds IF	3nov19	Oslo, NOR	29.5.1939
40.46	Rune Karlsson	Uddevalla IS	19apr50	Tanumshede	24.8.1969
39.78	Stig Andersson	Uddevalla IS	10nov22	Borås	19.7.1942 (sen Wendelsjö)
39.78	Mikael Jarnqvist	Hälle IF	19mar68	Uddevalla	19.5.1988
39.60	Bengt Österberg	Hälle IF	5mar70	Fredrikstad, NOR	6.5.1989
39.51	Allan Constantin	Ödeborgs IF	1jan20	Fjällbacka	21.7.1940
39.46	Erik Forsberg	Dingle IF	22jan66	Dingle	13.9.1986
39.08	Per-Åke Forsman	Dals Södra FFI	19mar55	Tanumshede	5.8.1974
38.87	John Plate	IK Orient	6jun93	Högby	12.6.2011
38.74?	Hans Arvidsson	IK Orient	23aug58		1978 (38.50 enl IKO-98)
38.55	Thore Martinsson	Melleruds IF	11jun43		1962
38.39	Bertil Hansson	Skee IF	20jun45		1963 (B-D stat)
38.25	Daniel Hedberg	Dals Södra FFI	26mar83	Dingle	27.6.2001
37.75	*Juhani Jouniola	IK Orient	27jun48		1967 (längre 68?)
37.73	Erik Bäckman	Eds SK	17sep29	Uddevalla	9/10.7.1949
<u>osanktionerat?</u>					
38.30	Arne Svensson	IK Orient	27sep53	Ellös	3.10.1971 (bättre 1972?)

## Slägga (7,26)

62.04	Jim Olsson	Hälle IF	11maj78	Karlstad	17.8.1997
60.73	Tim Söderqvist	Dals Södra FFI	15jun95	Bottnaryd	28.6.2015
60.26	Mikael Johansson	Hälle IF	30apr74	Rimbo	10.12.1994
58.11	Joakim Olsson	Hälle IF	26maj80	Eskilstuna/R-R	8.5.1999
56.28	Magnus Olsson	Hälle IF	23jan73	Sopot, POL	23.6.1990
55.12	Tobias Hagström	Hälle IF	29apr96	Varberg	14.8.2016
54.74	Anders Constantin	IK Orient	19okt82	Helsingborg	12.7.2002
54.35	Viktor Isidorsson	Hälle IF	3sep81	Sävedalen	6.6.1999
45.74	Thomas Petersén	Dals Södra FFI	30okt52	Göteborg/?	17.9.1972
45.70	Per Nilsson	IK Zeus	6feb70	Uddevalla	3.8.1988
43.94	Erik Carlsson	Bokenäs IF	18jul68	Uddevalla	3.6.1987
43.28	Henrik Lundström	Hälle IF	8apr67	Uddevalla	3.6.1987
40.56	Anders Magnusson	Dals Södra FFI	27apr79	Uddevalla	15.6.1996
40.40	Niklas Hognert	IK Zeus	20mar75	Dingle	25.9.1994
40.30	Mikael Lockner	Hälle IF	5jan70	Uddevalla	2.10.1988
39.50	Johan Sundström	Dals Södra FFI	30dec69		5.10.1989
38.62	Johan Green Pettersson	IK Orient	15feb95	Lerum	20.5.2012
38.31	Lage Mattsson	IK Orient	8mar41	(38.89 IKO-78)	1960 (=JD-rek 61-69)

### **Spjut (800)(nya spjutet – sedan 1986)**

68.42	Johan Sundström	Dals Södra FFI	30dec69	Karlstad	11.6.1989
68.38	Patrik Andersson	IK Orient	16apr78	Helsingborg	12.7.1997
61.26	Mathias Tidqvist	Hälle IF	26sep78	Kil	1.6.1997
59.24	Mikael Jarnqvist	Hälle IF	19mar68	Uddevalla	25.9.1986
57.59	Joakim Olsson	Hälle IF	26maj80	Eskilstuna/R-R	8.5.1999
57.10	Johan Rogö	Hälle IF	5jan80	Göteborg/S	26.7.2000
56.42	Andreas Eriksson	IK Orient	11jul73	Uddevalla	1.8.1993
55.50	Tim Söderqvist	Dals Södra FFI	15jun95	Uddevalla	3.10.2015
53.06	Patrik Toftered	Dals Södra FFI	29dec72	Frändefors	20.5.1990
52.56	Mikael Lockner	Hälle IF	5jan70	Stenungsund	16.6.1988
52.40	Joachim Carlgren	IK Orient	4okt73	Uddevalla	21.5.1991
51.92	Joakim Svensson	Eds SK	23feb73	Karlstad	15.5.1990
51.86	Zacharias Malmqvist	IK Zeus	11nov77	Strömstad	17.7.1994
51.40	Florian Plathe	IK Orient	8jun96	Motala	1.6.2013
51.17	Anders Johansson	IK Orient	2dec93	Uddevalla	29.7.2012
51.10	Magnus Olsson	Hälle IF	23jan73	Stockholm/S	27.9.1991
50.78	Dennis Johansson	Myggenäs FK	31mar66	Stenungsund	11.6.1986 sen Selse
50.52	Johan Vestin	IK Nösnäs	7sep70	Uddevalla	16.8.1990
50.48	Joakim Knöös	Hälle IF	4jan73	Stenungsund	27.5.1990

### **Bättre med gamla spjutet – 1985 och tidigare**

61.69	Knut Fredriksson	IK Favör	3mar30	Eskilstuna	3.9.1950
61.22	Bo Johansson	IK Orient	8maj59	Uddevalla	26.9.1977
60.00	Lage Mattsson	IK Orient	8mar41	Göteborg	14.5.1961
59.54	*Ari Palola	Hälle IF	3okt65	Borås	31.5.1984
56.64	Dennis Johansson	Myggenäs FK	31mar66		1985 sen Selse
56.22	Håkan Andersson	Dingle IF	11mar52		1972
55.20	Kenneth Erlandsson	IK Orient	1apr52	Uddevalla	26.6.1972
.....					
53.64	*Juhani Jouniola	IK Orient	27jun48	Uddevalla	28.7.1968
	<u>för lätt redskap (780g)</u>				
64.64	Knut Fredriksson	IK Favör	3mar30	Lysekil	27.8.1950

### **Vikt (15kg)**

17.55	Jim Olsson	Hälle IF	11maj78	Karlstad/NF	5.4.1997
13.99	Thomas Petersén	Dals Södra FFI	30okt52	Borås	16.9.1972

### **Vikt (15,88kg inomhus) - SM-vikt fr.o.m 2011**

17.74	Tim Söderqvist	Dals Södra FFI	15jun95	Göteborg/FH	28.2.2015
13.13§	Anders Constantin	IK Orient	19okt82	Göteborg/FH	3.2.2001 (18kg)

## Tiokamp (100m-längd-kula-höjd-400m / 110m häck-diskus-stav-spjut-1500m)

Anm: A gamla spjutet (1986 och tidigare) W medvind över +4,0

6.454	Joakim Svensson	Eds SK	23feb73	Värnamo	4-5.7.1992
	(11,50 - 6.58 - 12.58 - 1.85 - 50,96 / 16,46 - 31.88 - 3.80 - 45.36 - 4.47,21)				
6.334	Tony Olsson	Dals Södra FFI	15jul68	Lisleby, NOR	27-28.6.1987
	(11,42w - 6.93w - 11.22 - 1.96 - 54,13 / 15,40 - 31.56 - 3.60 - 42.96 - 5.07,53)				
6.217m	Hans Bagge	Skaftö GoIF	25feb56	Tallinn, SOV	11-12.9.1976 A
	(11,8 - 6.79w - 11.70 - 1.89 - 53,8 / 16,8 - 37.66 - 3.40 - 48.36 - 4.50,2)				
5.983m	*Juhani Jouniola	IK Orient	27jun48	Uddevalla	1-2.8.1968 A
	(11,4 - 5.86 - 12.42 - 1.70 - 50,9 / 16,4 - 35.31 - 2.90 - 52.52 - 4.58,3)				
5.942m	Cay Waldetoft	IK Orient	14mar56	Västerås	27-28.9.1975 A W
	(11,2W - 6.46W - 9.35 - 1.77 - 51,7 / 17,3 - 29.20 - 3.40 - 46.46 - 4.37,4)				
5.935b	Jonas Engström	Hälle IF	5jul71	Stenungsund	26-27.5.1990
	11,69 - 6.26w - 11.67 - 1.75 - 54,1 / 15,60 - 33.50 - 3.72 - 40.36 - 5.14,9)				
5.560m	Robert Graham	IK Orient	14feb61	Uddevalla	8-9.5.1980 A
	(12,0 - 6.19 - 10.08 - 1.76 - 55,3 / 18,0 - 30.50 - 4.10 - 37.60 - 4.45,5)				
5.408m	Rune Karlsson	Uddevalla IS	19apr50	Uddevalla	29-30.7.1970 A
	(12,0 - 5.96 - 11.61 - 1.75 - 56,3 / 17,2 - 34.33 - 2.90 - 47.95 - 5.11,5)				
5.373m	Stig Albertsson	IK Favör	8jan43	Uddevalla	7-8.8.1963 A
	(12,0 - 5.60 - 11.86 - 1.65 - 56,3 / 17,1 - 33.51 - 3.00 - 40.36 - 4.37,6)				
5.189m	Stefan Pettersson	IK Orient	4jun55	Karlskrona	1-2.5.1975 A
	(11,3 - 6.06 - 10.25 - 1.76 - 52,5 / 21,0 - 24.94 - 2.50 - 41.50 - 4.48,7)				
5.116m	Eddie Thordén	Skaftö GoIF	7jan50	Uddevalla	15-16.8.1967 A
	(11,8 - 5.99 - 9.86 - 1.66 - 51,8 / 18,7 - 25.75 - 2.35 - 38.72 - 4.33,9)				
5.058b	Johan Vestin	IK Nösnäs	7sep70	Stenungsund	26-27.5.1990
	(11,90 - 6.13 - 10.01 - 1.81 - 53,3 / 18,73 - 27.52 - 1.82(stav!) - 45.34 - 5.12,91)				
5.003b	*Pekka Saarinen	Hälle IF	4maj61	Uddevalla	1-2.9.1981 A
	(12,95 - 5.46 - 7.91 - 1.72 - 54,87 / 17,81 - 21.94 - 3.25 - 36.50 - 4.12,0m)				
4.808m	Johan Lidman	IK Orient	2sep64	Uddevalla	4-5.9.1984 A tid Josefsson
	(11,9 - 6.20 - 9.35 - 1.74 - 61,8 / 17,7 - 23.54 - 3.30 - 36.46 - 5.12,7)				
4.805m	Lars-Erik Bränfeldt	Melleruds IF	3jul47	Uddevalla	15-16.8.1967 A
	(12,7 - 5.13 - 9.31 - 1.55 - 54,7 / 17,2 - 24.23 - 3.25 - 37.24 - 4.37,8)				
4.793m	Jonas Magnusson	Hälle IF	29aug65	Uddevalla	4-5.9.1984 A
	(12,0 - 5.99 - 8.55 - 1.68 - 55,6 / 19,1 - 22.10 - 2.82 - 44.22 - 4.57,3)				
4.739m	Allan Constantin	Ödeborgs IF	1jan20	Åmål	6-7.7.1940 A
	(12,5 - 5.38 - 11.98 - 1.55 - 58,2 / 21,3 - 34.71 - 3.00 - 45.30 - 4.54,0)				

### 1962 års tabell (delres. behövs för att räkna ut rätt poäng)

5.332m Alf Thorstensson IK Orient 4jun47 Uddevalla 29-30.8.1966

Ca 5000p Lars Larsson Melleruds IF 3nov19 Åmål 9-10.7.1938 A  
(12,4 - 5,58 - 11,91 - 1,71 - ??,?, ”mer än 59,3” / 18,6 - 36,62 - 3,20 - 5,85 - ?.,?,? ”sämre än 5.22,0”)

### 1935 års tabell (grenresultat saknas)

5093 Gunnar Fredin IK Favör 11jan22 Kungälv 12. 7 1942  
( )  
4555 Erik Bäckman Eds SK 17sep29 Åmål 12. 6 1949  
( )

### **Femkamp (längd-spjut-200m-diskus-1500m)**

Anm: A nya spjutet (1986 och senare)

3.199m	Cay Waldetoft	IK Orient	14mar56	Karlskrona	7.6.1975
	(6.25 – 51.96 – 23,0 – 27.12 – 4.26,3)				
3.169m	Hans Bagge	Skaftö Golf	25feb56	Karlskrona	26.9.1976
	(6.65 – 43.88 – 24,2 – 37.02 – 4.40,0)				
3.069m	Bo Johansson	IK Orient	8maj59	Dingle	22.8.1976
	(5.99 – 51.08 – 24,5 – 34.16 – 4.36,1)				
2.930m	*Juhani Jouniola	IK Orient	27jun48		1968
	(5.93 – 50.08 – 23,9 – 34.20 – 5.03,4)				
2.896m	Allan Constantin	IK Orient	1jan20	Åmål	9.7.1950
	(5.79 – 46.55 – 25,2 – 35.97 – 4.42,6)				
2.868m	Mikael Johansson	Eds SK	5maj65	Stenungsund	9.5.1984
	(5.98 – 45.44 – 23,6 – 29.76 – 4.53,5)				
2.700m	Stig Albertsson	IK Favör	8jan43	Uddevalla	12.6.1963
	(5.46 – 44.56 – 25,2 – 30.77 – 4.41,8)				
2.685m	Robert Graham	IK Orient	14feb61	Uddevalla	20.8.1980
	(6.07 – 40.53 – 25,3 – 31.28 – 4.56,1)				
2.642m	Bo Edsberger	Tanums IF	13maj61	Uddevalla	20.8.1980
	(5.82 – 32.65 – 23,6 – 27.52 – 4.47,4)				
2.598m	Anders Albertsson	IK Orient	6jul66	Uddevalla	26.8.1986 A
	(6.05 – 45.90 – 24,46 – 25.62 – 5.21,6)				
2.565m	Jonas Magnusson	Hälle IF	29aug65	Stenungsund	1.5.1985
	(6.10 – 39.80 – 23,9 – 24.56 – 5.14,7)				
<u>1962 års tabell (grenresultat saknas)</u>					
2.693m	Stefan Pettersson	IK Orient	4jun55		1975

### **Sjukamp Inomhus (60m-längd-kula-höjd / 60m häck-stav-1000m)**

4.877	Tony Olsson	Dals Södra FFI	15jul68	Karlstad	30-31.1.1988
	(7,38 – 6.67 – 11.71 – 1.96 / 8.59 – 3.50 – 2.55,17)				