

**Flickor 15**

Uppdaterad tom 31 december 2020

**60 meter inomhus**

8,20

7,88	Melissa Stenzon	31mar91	Stenungsunds FI	Västerås	2006-03-05
7,91	Mathilda Gustafsson	29feb00	Tanums IF	Örebro/T	2015-03-07
7,96	Sofia Littenheim	25okt79	Hälle IF	Göteborg/FH	1994-03-06
7,96	Josefin Johansson	16feb88	Eds SK	Malmö/A	2003-03-15
7,96	Tilde Dahlberg	5apr06	Hälle IF	Göteborg/FH	2020-02-22
7,97	Freja Jernstig	3jan92	Tanums IF	Göteborg/FH	2006-12-10
7,99	Carina Karlsson	25apr78	Brattås CK	Göteborg/FH	1993-01-24
8,00	Sofi Malm	24sep80	IK Orient	Göteborg/FH	1994-12-11
8,02	Ulrika Granfors	1mar63	IK Orient	Falun	1978-02-11
8,02	Agnetha Nilsson	26jul78	IK Orient	Göteborg/FH	1993-03-07
8,02	Siri Fagerlund	22feb86	IK Orient	Göteborg/FH	2000-12-09
8,02	Lisa Dahlström	14jun99	IK Orient	Göteborg/FH	2013-12-08
8,03	Jennifer Karlsson	15apr96	Tanums IF	Göteborg/FH	2010-12-05
8,09	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Solna	1989-02-12
8,12	Anna Brandt	25sep73	IK Orient	Karlstad	1988-02-20
8,13	Kristin Wahman	28feb92	IK Orient	Göteborg/FH	2006-02-25
8,15	Helene Olsson	12feb73	Dals Södra FFI	Göteborg/Sh	1987-01-24
8,15	Åsa Blomqvist	27feb76	Hälle IF	Göteborg/FH	1990-01-21
8,16	Minna Geerts	3mar03	Håfreströms IF	Göteborg/FH	2017-12-16
8,17	Petronella Malmqvist	19feb83	Tanums IF	Göteborg/FH	1998-03-01
8,18	Malin Adebahr	16jan91	Brattås CK	Göteborg/FH	2006-02-25
8,18	Miranda Uttgren	26mar98	Tanums IF	Göteborg/FH	2012-03-03

manuella tider

7,8	Anna Brandt	25sep73	IK Orient	Göteborg/Sh	1988-02-06
7,9	Maria Johansson	13apr73	Dals Södra FFI	Göteborg/Sh	1988-02-06
7,9	Marina Mårtensson	3sep73	IK Orient	Göteborg/Sh	1988-02-06

Utomhus

7,87	Tilde Dahlberg	5apr06	Hälle IF	Kungshamn	2020-07-08
------	----------------	--------	----------	-----------	------------

**80m eltid (På USM 2014 -)**

10,65

10,11	Tilde Dahlberg	5apr06	Hälle IF	Kungshamn	2020-07-08
10,20	Agnetha Nilsson	26jul78	IK Orient	Sävedalen	1992-05-30
10,23	Mathilda Gustafsson	29feb00	Tanums IF	Karlskrona	2015-08-21
10,27	Sofi Malm	24sep80	IK Orient	Uddevalla	1994-07-23
10,34	Jennie Andersson	19apr75	IK Orient	Örebro	1989-06-17
10,37	Lisa Dahlström	14jun99	IK Orient	Varberg	2014-08-03
10,41	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Sävedalen	1988-06-04
10,41	Åsa Blomqvist	27feb76	Hälle IF	Göteborg/S	1990-09-08
10,43	Heléne Olsson	12feb73	Dals Södra FFI	Borås	1987-07-18
10,43	Carina Karlsson	25apr78	Brattås CK	Uddevalla	1991-08-10
10,46	Kristin Wahman	28feb92	IK Orient	Lidköping	2005-09-11
10,48	Siri Fagerlund	22feb86	IK Orient	Kil	2000-08-05
10,48	Melissa Stenzon	31mar91	Stenungsunds FI	Uddevalla	2004-06-12
10,55	Ann-Caroline Karlsson	20maj74	Dals Södra FFI	Sävedalen	1988-06-04
10,56	Freja Jernstig	3jan92	Tanums IF	Uddevalla	2005-06-18
10,58	Sofia Littenheim	25okt79	Hälle IF	Mölnadal	1993-08-29
10,58	Maja Dahl	31dec90	Stenungsunds FI	Vellinge	2003-09-07
10,58	Minna Geerts	3mar03	Håfreströms IF	Enskede	2018-08-03
10,61	Miranda Uttgren	26mar98	Tanums IF	Göteborg/U	2011-07-09
10,62	Ellen Widengård	2mar95	Tanums IF	Varberg	2008-08-24
10,65	Maria Gylfe	5sep77	IK Orient	Alvesta	1991-09-15

*medvind eltid*

10,65

10,23w	Sofi Malm	24sep80	IK Orient	Trollhättan	1994-05-29
10,42w	Carina Karlsson	25apr78	Brattås CK	Uddevalla	1992-08-01
10,45w	Melissa Stenzon	31mar91	Stenungsunds FI	Halmstad	2004-08-29
10,47w	Siri Fagerlund	22feb86	IK Orient	Stenungsund	2000-09-03
10,54w	Ellen Widengård	2mar95	Tanums IF	Göteborg/U	2008-06-28
10,56w	Sofia Littenheim	25okt79	Hälle IF	Sävedalen	1993-06-05
10,56w	Linda Karlsson	23maj82	IK Orient	Stenungsund	1996-05-12
10,59w	Maria Olsson	4mar86	Tjörn-Nösås FI	Uddevalla	2000-06-01
10,62w	Anna Brandt	25sep73	IK Orient	Göteborg/R	1987-05-10
10,62w	Sara Mattsson	4jun81	Brattås CK	Sävedalen	1995-06-04
10,64w	Terese Lindberg	1feb74	Brattås CK	Karlskrona	1988-09-10

*manuella tider*

10,4m	Anna Brandt	25sep73	IK Orient	Uddevalla	1987-05-18
10,5m	Marina Mårtensson	3sep73	IK Orient	Sävedalen	1987-05-30
10,5m	Maria Olsson	4mar86	Tjörn-Nösås FI	Stenungsund	1999-05-21

*manuella tider medvind*

10,0mw	Sofi Malm	24sep80	IK Orient	Göteborg/S	1994-05-15
--------	-----------	---------	-----------	------------	------------

**100 meter eltid**

12,95

12,43	Agnetha Nilsson	26jul78	IK Orient	Uddevalla	1993-07-31
12,48	Freja Jernstig	3jan92	Tanums IF	Göteborg/U	2007-06-30
12,51	Gunilla L Andersson	19feb66	IK Orient	Växjö	1981-05-28
12,52	Ulrika Granfors	1mar63	IK Orient	Göteborg/S	1978-06-04
12,55	Mathilda Gustafsson	29feb00	Tanums IF	Tanumshede	2015-07-08
12,55	Tilde Dahlberg	5apr06	Hälle IF	Kungshamn	2020-07-08
12,56	Melissa Stenzon	31mar91	Stenungsunds FI	Uddevalla	2006-06-10
12,59	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Västerås	1989-09-23
12,63	Siri Fagerlund	22feb86	IK Orient	Lerum	2001-08-11
12,65	Josefin Johansson	16feb88	Eds SK	Göteborg/U	2003-07-05
12,68	Sofi Malm	24sep80	IK Orient	Borås	1995-07-02
12,68	Matilda Hellqvist	28jul93	IK Orient	Skara	2008-08-30
12,74	Carina Karlsson	25apr78	Brattås CK	Halmstad	1993-07-18
12,75	Moa Larsson	9maj85	IK Orient	Helsingborg	2000-07-08
12,78	Anna Brandt	25sep73	IK Orient	Skövde	1988-09-25
12,79	Carolin Larsson	10nov93	IK Orient	Trollhättan	2008-07-05
12,80	Lisa Dahlström	14jun99	IK Orient	Göteborg/U	2013-06-29
12,81	Sofia Littenheim	25okt79	Hälle IF	Uddevalla	1994-06-22
12,81	Maria Olsson	4mar86	Tjörn-Nösås FI	Uddevalla	2001-07-28
12,82	Kristin Wahman	28feb92	IK Orient	Uddevalla	2007-07-28
12,83	Marina Mårtensson	3sep73	IK Orient	Skövde	1988-09-25
12,83	Helene Olsson	12feb73	Dals Södra FFI	Uddevalla	1988-08-01
12,91	Miranda Uttgren	26mar98	Tanums IF	Sävedalen	2011-06-11
12,93	Emelie Svensson	26aug89	Tanums IF	Sävedalen	2004-06-05
12,95	Elisabeth Aronsson	14mar63	IK Orient	Uddevalla	1978-06-19

*medvind eltid*

12,95w

12,42w	Agnetha Nilsson	26jul78	IK Orient	Sävedalen	1993-06-05
12,53w	Josefin Johansson	16feb88	Eds SK	Karlstad	2003-08-23
12,61w	Carina Karlsson	25apr78	Brattås CK	Sävedalen	1993-06-05
12,63w	Anna Brandt	25sep73	IK Orient	Borås	1988-07-16
12,65w	Sofi Malm	24sep80	IK Orient	Borås	1995-07-02
12,69w	Moa Larsson	9maj85	IK Orient	Sävedalen	2000-06-03
12,73w	Kristin Wahman	28feb92	IK Orient	Skara	2007-09-01

12,73w	Maja Dahl	31dec90	Stenungsunds FI	Sävedalen	2004-06-06
12,73w	Helene Olsson	12feb73	Dals Södra FFI	Borås	1988-07-16
12,75w	Helene Larsson	8nov75	Hälle IF	Västerås	1990-08-05
12,76w	Marina Mårtensson	3sep73	IK Orient	Stockholm/S	1988-09-17
12,88w	Miranda Uttgren	26mar98	Tanums IF	Sävedalen	2011-06-11
12,89w	Åsa Blomqvist	27feb76	Hälle IF	Göteborg/R	1991-09-01
12,91w	Terese Lindberg	1feb74	Brattås CK	Göteborg/R	1989-09-03
12,93w	Evelina Olsson	24okt98	IK Orient	Tanumshede	2013-06-16
12,94w	Linnea Mossberg	7sep99	Håfreströms IF	Skara	2013-08-31

*okänd vind*

*12,95w?*

12,74w?	Mariell Olsson	15aug90	Strömstads IF	Strömstad	2005-09-04
12,78w?	Sofia Littenheim	25okt79	Hälle IF	Trollhättan	1994-05-29

*manuella tider*

*12,7m*

12,2m	Marianne Lindgren	16aug59	IK Orient	Västerås	1974-09-21	vind+2,0
12,3m	Ulrika Granfors	1mar63	IK Orient	Helsingborg	1977-07-10	vind +1,6
12,3m	Agnetha Nilsson	26jul78	IK Orient	Uddevalla	1993-07-31	vind +1,7
12,7m	Elisabeth Aronsson	14mar63	IK Orient	Göteborg/S	1978-08-20	
12,7m	Jennie Andersson	19apr75	IK Orient	Halmstad	1989-07-01	vind +1,8

*manuell medvind*

*12,7mw*

12,7mw	Ellen Widengård	2mar95	Tanums IF	Olofström	2009-09-05
--------	-----------------	--------	-----------	-----------	------------

**200 meter eltid**

*27,02*

25,41	Tilde Dahlberg	5apr06	Hälle IF	Uddevalla	2020-06-15
25,66	Agnetha Nilsson	26jul78	IK Orient	Uddevalla	1993-08-01
25,83	Ulrika Granfors	1mar63	IK Orient	Göteborg/S	1978-07-21
26,01	Sofia Littenheim	25okt79	Hälle IF	Boden	1994-08-05
26,17	Matilda Hellqvist	28jul93	IK Orient	Skara	2008-08-30
26,22	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Uddevalla	1989-07-29
26,23	Freja Jernstig	3jan92	Tanums IF	Göteborg/U	2005-07-03
26,35	Marina Mårtensson	3sep73	IK Orient	Stockholm/S	1988-09-16
26,35	Lisa Dahlström	14jun99	IK Orient	Motala	2014-05-29
26,45	Siri Fagerlund	22feb86	IK Orient	Vellinge	2001-08-19
26,46	Moa Larsson	9maj85	IK Orient	Uddevalla	2000-06-17
26,52	Carolin Larsson	10nov93	IK Orient	Hässleholm	2008-08-16
26,54	Mathilda Gustafsson	29feb00	Tanums IF	Uddevalla	2014-09-06
26,56	Kristin Wahman	28feb92	IK Orient	Lidköping	2005-09-10
26,59	Mathilda Gustafsson	29feb00	Tanums IF	Tanumshede	2015-07-08
26,60	Sara Arnljung	10sep83	Hälle IF	Uddevalla	1998-08-02
26,61	Maria Olsson	4mar86	Tjörn-Nösås FI	Uddevalla	2001-07-29
26,64	Gunilla Andersson	17apr67	IK Orient	Uddevalla	1981-06-04
26,65	Melissa Stenzon	31mar91	Stenungsunds FI	Göteborg/U	2004-07-04
26,68	Mariell Olsson	15aug90	Strömstads IF	Strömstad	2005-07-09
26,75	Miranda Uttgren	26mar98	Tanums IF	Helsingborg	2012-07-02
26,76	Linnéa Borrmann	26apr01	Strömstads IF	Oslo/B, NOR	2016-08-14
26,80	Ellen Widengård	2mar95	Tanums IF	Kil	2008-08-03
26,81	Andrea Eriksson	22mar92	IK Orient	Uddevalla	2007-06-10
26,84	Jennie Hermansson	19apr75	IK Orient	Uddevalla	1990-06-20
26,85	Emelie Svensson	26aug89	Tanums IF	Strömstad	2002-07-13
26,88	Josefin Johansson	16feb88	Eds SK	Strömstad	2003-07-12
26,91	Jennie Andersson	19apr75	IK Orient	Uddevalla	1989-06-21
26,92	Helene Johansson	6maj68	Hälle IF	Göteborg/S	1983-06-18
26,92	Astrid Fakelius	13mar08	Brattås CK	Uddevalla	2020-05-21
27,00	Elin Jarenfors	26maj89	Tanums IF	Strömstad	2002-07-13

<i>medvind</i>	<i>eltid</i>	27,02w			
25,74w	Mathilda Gustafsson	29feb00	Tanums IF	Uddevalla	2015-06-13
26,19w	Marina Mårtensson	3sep73	IK Orient	Skövde	1988-09-25
26,38w	Helene Olsson	12feb73	Dals Södra FFI	Norrköping	1988-05-28
26,44w	Melissa Stenzon	31mar91	Stenungsunds FI	Halmstad	2004-08-29
26,73w	Anna Jarenfors	27okt92	Tanums IF	Strömstad	2006-07-15
26,75w	Miranda Uttgren	26mar98	Tanums IF	Helsingborg	2011-07-02
26,86w	Elisabet Aronsson	14mar63	IK Orient	Hässleholm	1978-08-25
26,90w	Carina Karlsson	25apr78	Brattås CK	Halmstad	1993-07-17
27,00w	Catarina Johnsson	13mar64	IK Orient	Uddevalla	1979-06-30
27,02w	Petronella Malmqvist	19feb83	Tanums IF	Helsingborg	1998-07-12

<i>okänd</i>	<i>vind</i>	<i>eltid</i>	27,02w?		
26,96w?	Maja Dahl	31dec90	Stenungsunds FI	Stenungsund	2004-05-09

<i>manuella tider</i>		26.7m			
26,0m	Marianne Lindgren	16aug59	IK Orient	Göteborg/S	1974-06-29 vind +1,0
26,4m	Åsa Svernlind	22mar59	IK Orient	Handen	1974-09-29
26,4m	Gunilla Andersson	17apr67	IK Orient	Uddevalla	1981-06-04 vind +1,5
26,6m	Helene Johansson	6maj68	Hälle IF	Stenungsund	1983-06-16
26,6m	Catarina Johnsson	13mar64	IK Orient	Uddevalla	1979-07-30

<b>12-bästa inomhus</b>		27,05			
25,67	Sofia Littenheim	25okt79	Hälle IF	Göteborg/FH	1994-03-06
25,94	Mathilda Gustafsson	29feb00	Tanums IF	Örebro/T	2015-03-08
25,94	Tilde Dahlberg	5apr06	Hälle IF	Göteborg/FH	2020-02-01
26,32	Melissa Stenzon	31mar91	Stenungsunds FI	Göteborg/FH	2006-02-05
26,49	Freja Jernstig	3jan92	Tanums IF	Göteborg/FH	2006-12-09
26,50	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Lidingö	1989-02-10
26,51	Sofi Malm	24sep80	IK Orient	Göteborg/FH	1994-12-10
26,67	Lisa Dahlström	14jun99	IK Orient	Göteborg/FH	2014-02-01
26,74	Matilda Hellqvist	28jul93	IK Orient	Göteborg/FH	2008-02-03
26,90	Anna Jarenfors	27okt92	Tanums IF	Göteborg/FH	2006-11-26
26,92	Moa Larsson	9maj85	IK Orient	Malmö/A	2000-03-11
26,97	Miranda Uttgren	26mar98	Tanums IF	Göteborg/FH	2012-03-04
27,04	Maja Dahl	31dec90	Stenungsunds FI	Karlstad	2005-02-20

<b>300 meter</b>		44,00			
40,85	Tilde Dahlberg	5apr06	Hälle IF	Färgelanda	2020-06-23
41,14	Sofia Littenheim	25okt79	Hälle IF	Göteborg/S	1994-06-28
41,41	Freja Jernstig	3jan92	Tanums IF	Göteborg/U	2007-07-01
41,46	Mathilda Gustafsson	29feb00	Tanums IF	Karlskrona	2015-08-22
41,64	Matilda Hellqvist	28jul93	IK Orient	Sävedalen	2008-06-08
42,27	Linnéa Borrman	26apr01	Strömstads IF	Vellinge	2016-08-06
42,45	Sarah Arnljung	10sep83	Hälle IF	Halmstad	1998-07-19
43,10	Ellen Widengård	2mar95	Tanums IF	Helsingborg	2009-07-11
43,22	Erica Johansson	5dec94	Tanums IF	Göteborg/U	2009-06-28
43,27	Miranda Uttgren	26mar98	Tanums IF	Göteborg/U	2012-07-08
43,41	Mariell Olsson	15aug90	Strömstads IF	Göteborg/U	2005-07-03
43,48	Anna Jarenfors	27okt92	Tanums IF	Villstad	2006-09-02
43,50	Miranda Widdgård	4okt99	Hälle IF	Göteborg/S	2013-06-02
43,51	Johanna Gateman	25jun93	Strömstads IF	Nadderud, NOR	2008-04-29
43,67	Lisa Dahlström	14jun99	IK Orient	Göteborg/U	2013-06-30
43,69	Eva Covic	1jan95	IK Orient	Uddevalla	2008-06-01

43,71	Nelly Elned	8apr06	Hälle IF	Färgelanda	2020-06-23
43,85	Emelie Svensson	26aug89	Tanums IF	Helsingborg	2003-07-13

#### 400 meter eltid

63,00

59,27	Magdalena Ottersten	1feb85	Hälle IF	Göteborg/S	2000-09-07
59,54	Pernilla Nyström	18jan85	Hälle IF	Göteborg/S	2000-09-07
60,20	Emelie Brändström	5apr85	IK Orient	Malmö/S	2000-08-27
60,28	Nelly Elned	8apr06	Hälle IF	Uddevalla	2020-06-30
60,33	Anna Littenheim	14jan75	IK Orient	Uddevalla	1990-08-14
60,35	Catarina Johnsson	13mar64	IK Orient	Rättvik	1979-08-25
60,49	Katarina Littenheim	25okt72	Uddevalla IS	Uddevalla	1987-06-23
60,96	Louise Fredriksson	27aug80	Hälle IF	Kil	1995-08-05
61,65	Helene Johansson	6maj68	Hälle IF	Stockholm/S	1983-09-17
61,72	Tilda Knauer	16mar03	Hälle IF	Kungsbacka	2018-08-25
61,92	Jennie Hermansson	19apr75	IK Orient	Karlskrona	1990-05-19
62,14	Annika Knutsson	9jun66	IK Orient	Göteborg/S	1981-08-30
62,15	Sofia Littenheim	25okt79	Hälle IF	Lerum	1994-08-14
62,52	Charlotta Ottersten	1feb85	Hälle IF	Göteborg/S	2000-09-07
62,62	Anna-Lena Karlsson	21nov73	IK Orient	Uddevalla	1987-06-23
62,68	Eleonor Thorsell	4dec66	IK Orient	Göteborg/S	1981-08-30
62,61	Sara Hanfält	3okt80	Hälle IF	Kil	1995-08-05
62,95	Anja Baatz	9mar90	Strömstads IF	Borås	2005-09-24
62,97	Anita Johansson	4mar66	Hälle IF	Göteborg/S	1981-08-30

#### Manuella tider

63,0

59,1m	Marianne Lindgren	16aug59	IK Orient	Göteborg/S	1974-07-21
61,3m	Katarina Elofsson	11dec60	Melleruds IF	Göteborg/S	1975-09-06
61,9m	Anna Jarenfors	27okt92	Tanums IF	Mariestad	2006-08-20
61,9m	Lena Hansson	23nov54	IK Orient	Nässjö	1969-07-12/13
62,1m	Elenor Thorsell	4dec66	IK Orient	Uddevalla	1981-06-02
63,0m	Karin Collberg	50	Melleruds IF	Uddevalla	1963-07-28

#### 4-bästa inomhus

63,0

61,09	Magdalena Ottersten	1feb85	Hälle IF	Göteborg/FH	2000-02-19
62,09	Tilda Knauer	16mar03	Hälle IF	Uddevalla	2018-02-10
62,21	Jennie Hermansson	19apr75	IK Orient	Göteborg/FH	1990-01-28
62,59	Katarina Littenheim	25okt72	Uddevalla IS	Askim, NOR	1987-02-01 Koner?

#### 600 meter

1.43,0

1.38,31	Majken Söderlund Larsson	26jun07	Stenungsunds FI	Göteborg/S	2020-07-18
1.38,83	Nelly Elned	8apr06	Hälle IF	Göteborg/U	2019-06-28
1.41,23	Anna Jarenfors	27okt92	Tanums IF	Uddevalla	2006-07-23

#### inomhus

1.40,86	Nelly Elned	8apr06	Hälle IF	Uddevalla	2019-03-02
1.42,32	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Haparanda	1989-01-21

#### 800 meter

2.24,99

2.13,06	Pernilla Nyström	18jan85	Hälle IF	Göteborg/U	2000-07-02
2.13,09	Magdalena Ottersten	1feb85	Hälle IF	Uddevalla	2000-07-23
2.14,27	Majken Söderlund Larsson	26jun07	Stenungsunds FI	Göteborg/S	2020-06-27
2.14,60	Charlotta Ottersten	1feb85	Hälle IF	Eskilstuna	2000-08-12
2.15,47	Louise Fredriksson	27aug80	Hälle IF	Enköping	1995-08-19
2.17,28	Tilda Knauer	16mar03	Hälle IF	Göteborg/U	2018-06-29
2.17,60	Emelie Brändström	5apr85	IK Orient	Uddevalla	1999-07-25
2.18,07	Nelly Elned	8apr06	Hälle IF	Göteborg/S	2020-07-20

2.18,10	Emelie Olsson	5jul90	Tanums IF	Uddevalla	2005-06-12
2.19,60	Sofia Littenheim	25okt79	Hälle IF	Stenungsund	1993-09-04
2.20,96	Louise Thörnäs	16jun71	Högsätters GF	Borås	1985-09-07
2.20,98	Anna Littenheim	14jan75	IK Orient	Västerås	1990-09-22
2.21,46	Solgerd Eydal	24apr79	Tjörn-Nösås FI	Stenungsund	1993-09-04
2.21,93	Johanna Berntsson	19mar92	Stenungsunds FI	Gävle	2007-09-15
2.22,4m	Katarina Elofsson	11dec60	Melleruds IF	Karlstad	1974-09-14
2.22,53	Jenny Framme	12apr77	Hälle IF	Stockholm/S	1992-09-18
2.23,06	Linn Nilsson	15okt90	Hälle IF	Uddevalla	2005-07-31
2.23,1m	Eleonor Thorsell	4 dec66	IK Orient	Växjö	1981-05-28
2.23,15	Sandra Hansson	2apr80	Hälle IF	Uddevalla	1995-06-28
2.23,28	Johanna Larsson	23mar78	IK Orient	Växjö	1991-09-08
2.23,46	Christine Rickardsson	10feb84	Tjörn-Nösås FI	Uddevalla	1999-07-25
2.23,7m	Lena Hansson	23nov54	IK Orient		1969-
2.24,13	Hanna Lagerkvist	12maj04	Lysekil SLF	Eslöv	2018-09-15
2.24,29	Jenny Spjut	8jul69	Eds SK	Linköping	1983-09-08
2.24,37	Ingela Karlsson	14maj71	Tanums IF	Uddevalla	1986-06-15
2.24,46	Alice Kristiansen	12okt94	Tanums IF	Uddevalla	2009-07-26
2.24,53	Susanna Sigvardsson	15mar73	Kungshamns IF	Stenungsund	1986-08-10
2.24,72	Gabriella Fredriksson	8apr77	Melleruds IF	Uddevalla	1992-08-02
2.24,98	Maria Johansson	3mar70	Dals Södra FFI	Helsingborg	1985-07-12

#### 8-bästa inomhus

2,26,0

2.15,30	Pernilla Nyström	18jan85	Hälle IF	Göteborg/FH	2000-02-20
2.17,86	Charlotta Ottersten	1feb85	Hälle IF	Göteborg/FH	2000-02-12
2.17,94	Magdalena Ottersten	1feb85	Hälle IF	Göteborg/FH	2000-02-20
2.19,67	Majken Söderlund Larsson	26jun07	Stenungsunds FI	Göteborg/FH	2020-02-22
2.21,7	Marianne Lindgren	16aug59	IK Orient	Falun	1974-03-03
2.21,71	Sofia Littenheim	25okt79	Hälle IF	Göteborg/FH	1993-12-05
2.24,94	Solgerd Eydal	24apr79	Hälle IF	Göteborg/FH	1993-12-05
2.25,8	Anna Littenheim	14jan75	IK Orient	Göteborg/FH	1990-02-04

Koner?

#### 1000 meter

3,20

2.55,0m	Majken Söderlund Larsson	26jun07	Stenungsunds FI	Göteborg/S	2020-09-14
3.06,06	Nelly Elned	8apr06	Hälle IF	Kungshamn	2020-07-08
3.06,67	Ester Strand	18dec07	Hälle IF	Kungshamn	2020-07-08
3.08,5m	Louise Thörnäs	16jun71	Högsätters GF	Uddevalla	1985-10-21
3.12,38	Hanna Strand	19maj09	Hälle IF	Kungshamn	2020-07-08
3.12,76	Jenny Framme	12apr77	Hälle IF	Strömstad	1992-07-19
3.17,78	Alice Kristiansen	12okt94	Tanums IF	Uddevalla	2009-06-13
3.20,0m	Ann-Britt Bryngelsson	1feb56	Melleruds IF		1971-
	<u>skol-DM</u>				
		3,17			
3.07,0	Louise Thörnäs	16jun71	Högsätters GF	Uddevalla	1986-09-24
3.12,3	Marina Johansson	16feb74	Brattås CK	Ed	1987-09-30
3.13,5	Elin Talje	17jan72	Brattås CK	Uddevalla	1987-10-01
3.14,2	Susanne Mossberg	74	Eds SK	Ed	1987-09-30
3.16,1	Susanna Sigvardsson	15mar73	Kungshamns IF	Uddevalla	1986-09-24
3.17,1	Ann Gravander	28apr66	Tanums IF	Mellerud	1981-09-

#### 14-bästa inomhus

(på IUSM from 2002)

3,17

3.00,75	Majken Söderlund Larsson	26jun07	Stenungsunds FI	Göteborg/FH	2019-12-14
3.02,23	Emelie Olsson	2juni90	Tanums IF	Karlstad	2005-02-20
3.02,93	Tilda Knauer	16mar03	Hälle IF	Växjö	2018-03-04
3.05,83	Johanna Strömberg	11feb87	Hälle IF	Västerås	2002-03-09
3.07,85	Hilda Törngård	27aug04	Hälle IF	Västerås	2019-03-09
3.08,31	Nelly Elned	8apr06	Hälle IF	Göteborg/FH	2020-02-02

3.09,96	Philippa Duff	15jun05	Hälle IF	Örebro	2020-03-07
3.10,27	Lova Bergenholtz	4feb88	Hälle IF	Karlstad	2003-02-15
3.11,35	Johanna Berntsson	19mar92	Stenungsunds FI	Malmö/A	2007-03-10
3.12,50	*Sabina Aumo	3mar03	Hälle IF	Växjö	2018-03-03
3.13,84	Hanna Lagerqvist	12maj04	Lysekil SLF	Varberg	2018-03-10
3.15,41	Linn Nilsson	15okt90	Hälle IF	Göteborg/FH	2005-02-06
3.16,56	Anna Jarenfors	27okt92	Tanums IF	Göteborg/FH	2006-11-25
3.16,77	Moa Ellmarker	3aug97	IK Orient	Göteborg/FH	2012-02-05

### 1500 meter

5.12

4.39,08	Pernilla Nyström	18jan85	Hälle IF	Halmstad	2000-07-16
4.39,46	Majken Söderlund Larsson	26jun07	Stenungsunds FI	Göteborg/S	2020-07-18
4.40,43	Magdalena Ottersten	1feb85	Hälle IF	Helsingborg	2000-07-09
4.52,71	Charlotta Ottersten	1feb85	Hälle IF	Sollentuna	2000-06-11
4.53,88	Ester Strand	18dec07	Hälle IF	Möndal	2020-08-08
4.54,31	Solgerd Eydal	24apr79	Hälle IF	Lerum	1994-08-14
4.54,45	Ann Gravander	28apr66	Tanums IF	Hässleholm	1981-08-02
4.54,49	Sandra Hansson	2apr80	Hälle IF	Uddevalla	1995-06-26
4.55,65	Gabriella Fredriksson	8apr77	Melleruds IF	Uddevalla	1992-06-16
4.56,54	Hanna Strand	19maj09	Hälle IF	Möndal	2020-08-08
4.58,52	Maria Johansson	3mar70	Dals Södra FFI	Stockholm/S	1985-09-21
5.03,47	Anna Littenheim	14jan75	IK Orient	Borås	1990-07-15
5.06,0m	Eva Gerdén	29apr58	Melleruds IF		1973-
5.06,59	Nelly Elned	8apr06	Hälle IF	Kalmar	2019-09-08
5.08,74	Annika Evaldsson	14maj70	Dals Södra FFI	Lund	1984-06-30
5.09,56	Tilda Knauer	16mar03	Hälle IF	Göteborg/S	2016-06-12
5.10,77	Elin Talje	17jan72	Brattås CK	Uddevalla	1986-07-01
5.12,0m	Madeleine Lundin	2jan65	Uddevalla IS	Göteborg/S	1978-06-04

### 4-bästa inomhus + en till

(på IUSM tom 2001)

5.12

4.42,09	Magdalena Ottersten	1feb85	Hälle IF	Göteborg/FH	2000-02-12
4.44,17	Pernilla Nyström	18jan85	Hälle IF	Malmö/A	2000-03-12
4.45,83	Charlotta Ottersten	1feb85	Hälle IF	Göteborg/FH	2000-03-05
4.47,90	Majken Söderlund Larsson	26jun07	Stenungsunds FI	Göteborg/FH	2020-02-02
4.59,90	Hilda Törngård	27aug04	Hälle IF	Göteborg/FH	2019-02-24
.....					
5.11,62	Malin Turesson	83	Smögens IF	Göteborg/FH	1998-03-15

### 2000 meter

7,20

6.11,38	Emelie Olsson	2juni90	Tanums IF	Göteborg/U	2005-07-03
6.23,47	Pernilla Nyström	18jan85	Hälle IF	Göteborg/U	2000-06-30
6.27,81	Magdalena Ottersten	1feb85	Hälle IF	Eskilstuna	2000-08-13
6.28,77	Charlotta Ottersten	1feb85	Hälle IF	Eskilstuna	2000-08-13
6.29,29	Louise Fredriksson	27aug80	Hälle IF	Enköping	1995-08-20
6.38,26	Majken Söderlund Larsson	26jun07	Stenungsunds FI	Göteborg/S	2020-07-25
6.44,05	Tilda Knauer	16mar03	Hälle IF	Göteborg/U	2018-07-01
6.44,56	Johanna Strömberg	11feb87	Hälle IF	Huddinge	2002-08-02
6.46,36	Linn Nilsson	15okt90	Hälle IF	Uddevalla	2005-06-18
6.46,75	Gabriella Fredriksson	8apr77	Melleruds IF	Falun	1992-08-09
6.53,99	Johanna Berntsson	19mar92	Stenungsunds FI	Göteborg/U	2007-07-01
6.55,67	Sandra Hansson	2apr80	Hälle IF	Uddevalla	1994-09-07
6.58,54	Solgerd Eydal	24apr79	Tjörn-Nösås FI	Stenungsund	1993-09-05
7.06,39	Lova Bergenholtz	4feb88	Hälle IF	Norrköping	2002-09-08
7.06,94	Christin Rickardsson	10feb84	Tjörn-Nösås FI	Malmö/He	1998-09-06
7.07,5m	*Sabina Aumo	3mar03	Hälle IF	Uddevalla	2017-09-10
7.08,23	Hilda Törngård	27aug04	Hälle IF	Eslöv	2018-09-16

7.09,72	Anna Littenheim	14jan75	IK Orient	Linköping	1989-09-09
7.11,02	Philippa Duff	15jun05	Hälle IF	Kalmar	2019-09-08
7.13,11	Hanna Lagerkvist	12maj04	Lysekil SLF	Lerum	2018-09-02
7.13,68	Sofia Enander	8aug91	IK Orient	Sävedalen	2006-06-03
7.17,67	Emelie Brändström	5apr85	IK Orient	Uddevalla	1998-08-15
7.18,13	Ann-Charlotte Olsson	9feb84	IK Orient	Sävedalen	1998-06-07
7.18,30	Camilla Gustavsson	80	Tjörn-Nösås FI	Uddevalla	1994-09-07
7.19,42	Jenny Framme	12apr77	Hälle IF	Falun	1992-08-09

### 3000 meter

11,40

10.28,38	Charlotta Ottersten	1apr85	Hälle IF	Lerum	2000-08-06
10.38,02	Gabriella Fredriksson	8apr77	Melleruds IF	Mora	1992-06-27
10.46,9m	Louise Thörnäs	16jun71	Högsäters GF	Uddevalla	1986-09-06
10.53,29	Rebecka Andersson	29aug93	Strömstad LK	Uddevalla	2008-07-26
11.06,54	Jenny Framme	12apr77	Hälle IF	Stockholm/S	1992-09-20
11.08,74	Solgerd Eydal	24apr79	Hälle IF		1994-
11.18,7m	Lena Olausson	72	Hagens AIK	Uddevalla	1987-05-08
11.19,23	Susanna Sigvardsson	15mar73	IK Zeus		1988-
11.27,0m	Maria Andersson	10sep69	Melleruds IF	Mellerud	1981-05-14
11.31,86	Ann-Charlotte Olsson	9feb84	IK Orient	Tranås	1998-05-24

### 2-bästa inomhus

11,45

10.32,66	Charlotta Ottersten	1feb85	Hälle IF	Göteborg/FH	2000-02-20
11.30,81	Anna Littenheim	14jan75	IK Orient	Göteborg/FH	1989-12-10

### 5000 meter

21,00

### 1500m hinder 76,2 cm

7,00

5.30,0m	Philippa Duff	15jun05	Hälle IF	Kalmar	2019-09-07
5.36,81	Hilda Törngård	27aug04	Hälle IF	Eslöv	2018-09-15
5.37,67	*Sabina Aumo	3mar03	Hälle IF	Enskede	2018-08-05
5.47,65	Frida Hansson	18aug97	Stenungsunds FI	Kil	2011-06-06
5.51,83	Anna Jarenfors	27okt92	Tanums IF	Villstad	2006-09-03
5.54,50	Camilla Duff	15jun05	Hälle IF	Göteborg/S	2019-06-09
5.56,42	Moa Ellmarker	3aug97	IK Orient	Högby	2011-06-12
6.15,65	Irma Törngård	25mar03	Hälle IF	Uddevalla	2017-09-09
6.18,49	Susanne Kristiansen	25jan95	Tanums IF	Sävedalen	2009-05-30
6.21,41	Sophia Iaconelli	15maj94	Strömstads IF	Kungälv	2008-06-22

### 2000m hinder 76,2 cm

9,00

8.48,20	Susanne Kristiansen	25jan95	Tanums IF	Uddevalla	2009-06-14
8.59,44	Sophia Iaconelli	15maj94	Strömstads IF	Uddevalla	2008-06-01

### 3000m hinder 76,2cm

14,00

11.18,5m	Magdalena Ottersten	1feb85	Hälle IF	Göteborg/S	2000-09-14
11.38,8m	Charlotta Ottersten	1feb85	Hälle IF	Göteborg/S	2000-09-14

### 60 meter häck inomhus (76,2 - 12 - 8, 5st häckar) (2002 -) 9,69

9,08	Jennifer Karlsson	15apr96	Tanums IF	Göteborg/FH	2010-11-21
9,13	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Malmö/K	1988-03-05
9,17	Annie Berntsson	7mar03	Brattås CK	Göteborg/FH	2017-02-12
9,25	Carina Karlsson	25feb78	Brattås CK	Göteborg/FH	1992-03-15
9,37	Anna Jarenfors	27okt92	Tanums IF	Göteborg/FH	2006-11-26
9,42	Linda Karlsson	23maj82	IK Orient	Växjö	1996-03-24



9,43	Siri Fagerlund	22feb86	IK Orient	Göteborg/FH	1999-12-12
9,44	Freja Jernstig	3jan92	Tanums IF	Göteborg/FH	2006-12-09
9,47	Ebba Olsson	11jun97	Brattås CK	Uddevalla	2012-02-18
9,49	Åsa Blomqvist	27feb76	Hälle IF	Göteborg/FH	1990-01-21
9,51	Susanna Eggertsen	30apr81	IK Orient	Göteborg/FH	1994-12-10
9,51	Sara Sjögren	6jun98	Stenungsunds FI	Malmö/A	2013-03-10
9,55	Hanna Hedin	25maj02	IK Orient	Uppsala	2017-03-05
9,57	Ann-Sofie Falk	23feb75	Brattås CK	Göteborg/FH	1989-03-05
9,57	Sofia Wingård	23feb 02	IK Orient	Malmö/A	2017-01-29
9,59	Mariell Olsson	15aug90	Strömstads IF	Karlstad	2005-01-29
9,59	Astrid Lees	16feb99	Brattås CK	Göteborg/FH	2013-12-07
9,60	Viktoria Kemborn	2okt97	Stenungsunds FI	Uddevalla	2012-01-21
9,61	Isabell Friberg	7apr84	IK Orient	Göteborg/FH	1998-02-01
9,65	Heléne Olsson	12feb73	Dals Södra FFI	Göteborg/Sh	1987-01-25
9,66	Anna Härsjö	28mar73	Brattås CK	Göteborg/Sh	1987-01-25
9,66	Rebecca Salmonson	17jun89	Strömstads IF	Göteborg/FH	2004-02-01
9,67	Frida Hansson	18aug97	Stenungsunds FI	Uddevalla	2012-02-18

### 60 meter häck inomhus (76,2 - 13 - 8,5, 5st häckar) (- 2001) 9,59

8,80	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Göteborg/FH	1988-12-10
9,01	Carina Karlsson	25feb78	Brattås CK	Malmö/A	1993-02-20
9,16	Gunilla Andersson	17apr67	IK Orient	Göteborg/Sc	1982-02-07
9,20	Siri Fagerlund	22feb86	IK Orient	Göteborg/FH	2001-02-04
9,23	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Solna	1989-02-11
9,23	Angelica Johansson	1okt83	Hälle IF	Göteborg/FH	1997-12-06
9,39	Åsa Blomqvist	27feb76	Hälle IF	Luleå	1991-02-16
9,43	Linda Karlsson	23maj82	IK Orient	Malmö/A	1997-03-16
9,48	Susanna Eggertsen	30apr81	IK Orient	Göteborg/FH	1995-12-09
9,52	Moa Larsson	9maj85	IK Orient	Malmö/A	2000-03-12
9,54	Ann-Sofie Falk	23feb75	Brattås CK	Göteborg/FH	1989-12-09
9,57	Gunilla L Andersson	19feb66	IK Orient	Göteborg/Sc	1981-01-25
9,58	Linda Karlsson	23maj82	IK Orient	Göteborg/FH	1996-12-07
9,58	Isabell Friberg	7apr84	IK Orient	Karlstad	1999-01-10
	<u>manuell tid</u>				
9,2m	Anna Brandt	25sep73	IK Orient	Göteborg/Sh	1988-02-06

### 80m häck 84,0 cm

		16,0	okänd vind		
13,5m	Maj-Britt Patriksson	8maj45	Skärhamns IK	Mellerud	1960-09-18
14,0m	Lena Hansson	23nov54	IK Orient		1969-
14,1m	Lena Johansson	49	Melleruds IF		1964-
14,1m	Inger Alm	49	Melleruds IF		1963-
14,2m	Ewa Johansson	23mar52	IK Orient		1967-
14,4m	Barbro Lundgren	49	Melleruds IF		1964-
15,0m	Eva Enander	55	Melleruds IF		1968-
15,4m	Viola Johansson	48	Tanums IF		1963-
15,5m	Eva-Lisa Hansson	9aug47	Strömstads IF		1962-
15,7m	Ann-Sofie Järnström	16jul49	IK Orient		1963-
16,0m	Yvonne Sanding	56	Melleruds IF		1969-

### 80m häck (76,2 - 12 - 8) (på USM from 2002) 12,79

11,91	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Uddevalla	1988-09-07
12,17	Gunilla L Andersson	19feb66	IK Orient	Karlstad	1980-09-14
12,20	Carina Karlsson	25feb78	Brattås CK	Malmö/Hä	1991-09-21
12,25	Gunilla Andersson	17apr67	IK Orient	Karlstad	1981-09-13
12,26	Siri Fagerlund	22feb86	IK Orient	Stenungsund	2000-09-02

12,37	Jennifer Karlsson	15apr96	Tanums IF	Eksjö	2010-09-05
12,49	Susanna Eggertsen	30apr81	IK Orient	Sävedalen	1995-06-05
12,51	Jenny Nilsson	4sep90	IK Orient	Uddevalla	2005-07-23
12,52	Viktoria Kemborn	2okt97	Stenungsunds FI	Stockholm/S	2012-08-18
12,52	Helene Olsson	12feb73	Dals Södra FFI	Malmö/Hä	1987-09-13
12,53	Åsa Blomqvist	27feb76	Hälle IF	Göteborg/S	1990-09-02
12,58	Angelica Johansson	1okt83	Tjörn-Nösnäs FI	Uddevalla	1997-08-23
12,59	Sofi Malm	24sep80	IK Orient	Sävedalen	1993-06-06
12,63	Anna Härsjö	28maj73	Brattås CK	Malmö/Hä	1987-09-13
12,63	Anna Brandt	25sep73	IK Orient	Malmö/Hä	1987-09-13
12,66	Freja Jernstig	3jan92	Tanums IF	Göteborg/U	2006-07-09
12,72	Anna Jarenfors	27okt92	Tanums IF	Villstad	2006-09-02
12,74	Ebba Olsson	11jun97	Brattås CK	Uddevalla	2011-07-16
12,74	Kristin Wahman	28feb92	IK Orient	Uddevalla	2007-07-29
12,74	Moa Larsson	9maj85	IK Orient	Mölnådal	1999-08-29
12,76	Ann-Sofie Falk	23feb75	Brattås CK	Linköping	1989-09-10
12,77	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Karlskrona	1988-09-11
12,77	Sara Sjögren	6jun98	Stenungsunds FI	Göteborg/S	2013-06-01
12,77	Astrid Lees	16feb99	Brattås CK	Oslo, NOR	2014-08-15

*okänd vind elitid*

12,79w?

12,24w?	Susanna Eggertsen	30apr81	IK Orient	Stenungsund	1995-08-20
12,52w?	Sofi Malm	24sep80	IK Orient	Västerås	1994-07-30

*medvind elitid*

12,79w

12,27w	Sofi Malm	24sep80	IK Orient	Sävedalen	1994-06-05
12,48w	Helene Olsson	12feb73	Dals Södra FFI	Stenungsund	1987-08-09
12,50w	Freja Jernstig	3jan92	Tanums IF	Sävedalen	2006-06-03
12,52w	Åsa Blomqvist	27feb76	Hälle IF	Göteborg/S	1990-09-09
12,55w	Linda Karlsson	23maj82	IK Orient	Uddevalla	1995-07-28
12,56w	Angelica Johansson	1okt83	Tjörn-Nösnäs FI	Helsingborg	1997-07-12
12,64w	Josefin Johansson	16feb88	Eds SK	Strömstad	2003-07-12
12,69w	Marina Mårtensson	3sep73	IK Orient	Stenungsund	1987-08-09
12,72w	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Karlskrona	1988-09-11
12,74w	Ann-Sofie Falk	23feb75	Brattås CK	Malmö/S	1988-09-24

*manuella tider*

12,5m

11,8m	Gunilla Andersson	17apr67	IK Orient	Karlstad	1981-09-12
12,2m	Angelica Johansson	1okt83	Tjörn-Nösnäs FI	Uddevalla	1997-08-31
12,3m	Sofi Malm	24sep80	IK Orient	Göteborg/S	1994-05-15

**100m häck (76,2 - 13 - 8,5) (på USM tom 2001)**

16,30

14,17	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Västerås	1989-09-24
14,62	Siri Fagerlund	22feb86	IK Orient	Lerum	2001-08-10
14,67	Gunilla L Andersson	19feb66	IK Orient	Stockholm/S	1981-09-20
14,72	Gunilla Andersson	17apr67	IK Orient	Stockholm/S	1982-09-19
14,83	Carina Karlsson	25apr78	Brattås CK	Norrköping	1993-08-06
15,07	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Bollnäs	1989-08-11
15,10	Åsa Blomqvist	27feb76	Hälle IF	Sävedalen	1991-06-02
15,28	Helene Larsson	8nov75	Hälle IF	Västerås	1990-08-03
15,37	Anna Brandt	25sep73	IK Orient	Malmö/Hä	1988-08-19
15,54	Angelica Johansson	1okt83	Hälle IF	Kalmar	1998-08-14
15,77	Isabell Friberg	7apr84	IK Orient	Sävedalen	1999-06-06
15,84	Jessica Sylvan Holmgren	10okt72	Brattås CK	Stenungsund	1987-09-27
15,85	Moa Larsson	9maj85	IK Orient	Uddevalla	2000-07-23
15,98	Ulrika Nilsson	27jun84	IK Orient	Stockholm/S	1999-09-17

16,23	Maria Gylfe	5sep77	IK Orient	Falun	1992-08-07
	<i>okänd vind</i>		<i>16,30w?</i>		
15,01w?	Åsa Blomqvist	27feb76	Hälle IF	Uddevalla	1991-05-21
	<i>medvind</i>		<i>16,30</i>		
14,14w	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Västerås	1989-09-24
14,98w	Åsa Blomqvist	27feb76	Hälle IF	Borås	1991-07-07
15,78w	Jessica Sylvan Holmgren	10okt72	Brattås CK	Stockholm/S	1987-09-20
	<i>manuella tider</i>		<i>16,1m</i>		

### 100m häck (84,0 - 13 - 8,5)

			<i>16,90</i>		
15,03	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Uddevalla	1989-08-15
15,29	Åsa Blomqvist	27feb76	Hälle IF	Västerås	1991-05-25
15,59	Gunilla Andersson	17apr67	IK Orient	Uddevalla	1982-06-17
16,08	Isabell Friberg	7apr84	IK Orient	Skövde	1999-05-24
16,20	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Jönköping	1989-07-01
16,32	Jessica Holmgren	10okt72	Brattås CK	Uddevalla	1987-06-23
16,76	Astrid Lees	16feb99	Brattås CK	Uddevalla	2014-05-29
	<i>eltider medvind</i>		<i>16,90w</i>		
16,69w	Sara Olofsson	23apr86	Brattås CK	Mariestad	2001-05-24
16,69w	Anna Härslö	28maj73	IK Orient	Uddevalla	1988-08-01
16,77w	Malin Wilhelmsson	20jan73	Dals Södra FFI	Norrköping	1988-05-28

### manuell tidtagning

			<i>16,6m</i>		
14,9m	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Jönköping	1988-07-02

### 200m häck

			<i>okänd vind</i>		
35,2m	Ann-Britt Bryngelsson	1feb56	Melleruds IF		1971-
35,6m	Weronika Zienkiewics	2aug58	IK Orient		1973-
36,55	Marie Olhsson	7jun65	Bokenäs IF	Uddevalla	1979-06-17

### 300m häck 76,2 cm

			<i>49,99</i>		
44,70	Sofia Littenheim	25okt79	Hälle IF	Stockholm/S	1994-09-17
45,17	Gunilla Andersson	17apr67	IK Orient	Stockholm/S	1982-09-17
45,26	Freja Jernstig	3jan92	Tanums IF	Göteborg/U	2007-06-29
45,59	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Bollnäs	1989-08-13
46,37	Mariell Olsson	15aug90	Strömstads IF	Strömstad	2005-07-10
46,49	Annika Knutsson	29apr66	IK Orient	Stockholm/S	1981-09-18
46,75	Katarina Littenheim	25okt72	Uddevalla IS	Stockholm/S	1987-09-19
46,76	Erica Johansson	5dec94	Tanums IF	Uddevalla	2009-07-25
47,17	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Uddevalla	1989-08-05
47,30	Ulrika Nilsson	27jun84	IK Orient	Härnösand	1999-08-15
47,47	Åsa Olsson	71	Hälle IF	Karlskoga	1986-09-06
47,97	Sara Arnljung	10sep83	Hälle IF	Uddevalla	1998-08-01
48,05	Anna Jarenfors	27okt92	Tanums IF	Uddevalla	2006-07-29
48,14	Ebba Jernmark Burrows	3okt00	Hälle IF	Stockholm/S	2015-08-02
48,28	Viktoria Kemborn	2okt97	Stenungsunds FI	Falköping	2011-09-03
48,39	Malin Olsson	11mar91	Tanums IF	Lidköping	2005-09-11
48,69	Marina Mårtensson	3sep73	IK Orient	Helsingborg	1988-07-09
48,84	Maria Gylfe	5sep77	IK Orient	Falun	1992-08-07
48,95	Frida Hansson	18aug97	Stenungsunds FI	Falköping	2011-09-03

49,07	Elisabeth Johansson	5apr79	IK Orient		1994-
49,12	Jessica Sylvan Holmgren	10okt72	Brattås CK	Huddinge	1987-08-15
49,13	Catrine Carlberg	25feb80	Hälle IF		1995-
49,29	Elin Jarenfors	26mar89	Tanums IF	Strömstad	2004-07-11
49,33	Anna Härsjö	28maj73	IK Orient	Stenungsund	1988-06-28
49,41	Kristin Wahman	28feb92	IK Orient	Uddevalla	2006-06-10
49,60	Anita Johansson	4mar66	Hälle IF	Stockholm/S	1981-09-18
49,61	Astrid Lees	16feb99	Brattås CK	Oslo, NOR	2014-08-16
49,66	Jeanette Härsjö	1apr70	Brattås CK	Stockholm/S	1985-09-20
49,95	Elin Talje	17jan72	Brattås CK	Uddevalla	1987-08-29

#### 400m häck 76,2 cm

72,00

67,74	Katarina Littenheim	25okt72	Uddevalla IS	Uddevalla	1987-06-25
67,80	Mariell Olsson	15aug90	Strömstads IF	Borås	2005-09-24
69,33	Maria Gylfe	5sep77	IK Orient	Uddevalla	1992-05-23
71,39	Elisabeth Johansson	5apr79	IK Orient	Linköping	1994-09-11
71,47	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Uddevalla	1989-05-27

#### manuella tider

72,0m

69,7m	Freja Jernstig	3jan92	Tanums IF	Mariestad	2006-08-20
71,1m	Anita Johansson	4mar66	Hälle IF		1981-
71,4m	Elin Talje	17jan72	Brattås CK	Kalmar	1987-06-08
71,6m	Marina Mårtensson	3sep73	IK Orient	Uddevalla	1987-09-21

(71,8 - 16.6 Sgsd)

#### Höjd

1,57

1,72	Angelica Johansson	1okt83	Tjörn-Nösås FI	Uddevalla	1997-08-23
1,70	Åsa Svernlina	22mar59	IK Orient	Handen	1974-09-28
1,69	Ann Högberg	3feb73	Tjörns FI	Visby	1988-06-18
1,67	Ellen Hedin	14feb00	IK Orient	Halmstad	2015-06-27
1,67	Sofia Wingård	23feb 02	IK Orient	Göteborg/U	2016-07-03
1,66	Jessica Hammarqvist	4mar74	Hälle IF	Kil	1989-09-17
1,66	Andrea Åhlin	23feb86	Strömstads IF	Kil	2001-08-04
1,64	Lisa Carlsson	1maj75	IK Orient	Uddevalla	1990-09-16
1,63	Christina Sundberg	6apr60	IK Orient	Uddevalla	1975-08-18
1,63	Gunilla L Andersson	19feb66	IK Orient	Uddevalla	1980-08-10
1,62	Frida Wikenstedt	16apr96	Strömstads IF	Sävedalen	2011-06-11
1,62	Petra Svanberg	15mar95	Stenungsunds FI	Strömstad	2008-07-13
1,62	Doris Erixon	18aug05	Stenungsunds FI	Uddevalla	2020-07-29
1,61	Beatrice Reimertz	9jan93	Stenungsunds FI	Uddevalla	2006-07-30
1,61	Carolin Lindgren	28aug92	Brattås CK	Uddevalla	2006-07-30
1,61	Elina Bergman	17feb01	Brattås CK	Lidköping	2016-06-18
1,60	Kristin Söderholm	23sep59	IK Orient	Uddevalla	1974-05-18
1,60	Sofia Eléhn	25maj73	IK Orient	Uddevalla	1987-09-04
1,60	Anna Härsjö	28maj73	IK Orient	Göteborg/R	1988-09-04
1,60	Gunilla Andersson	17apr67	IK Orient	Karlskrona	1982-06-05
1,59	Johanna Berg	28apr88	IK Orient	Strömstad	2002-07-14
1,59	Andrea Eriksson	22mar92	IK Orient	Göteborg/U	2007-07-01
1,59	Amanda Mattsson	26maj96	IK Orient	Göteborg/U	2011-07-10
1,58	Frida Ström	18maj89	Strömstads IF	Kungälv	2004-06-27
1,58	Camilla Löf	19okt90	IK Orient	Göteborg/U	2005-07-03
1,58	Maj-Britt Patriksson	8maj45	Skärhamns IK		1960-
1,57	Sara Mohlin	25feb75	Brattås CK	Göteborg/R	1989-05-27
1,57	Malin Wilhelmsson	20jan73	Dals Södra FFI	Uddevalla	1987-08-02
1,57	Jenny Olsson	26mar89	Dals Södra FFI	Vellinge	2003-09-07
1,57	Emilia Hellqvist	29dec91	IK Orient	Stenungsund	2005-05-15
1,57	Frida Hansson	18aug97	Stenungsunds FI	Sunne	2012-07-22

saxstil!

1,57	Matilda Syversen	6juni98	IK Orient	Borås	2013-06-09
1,57	Linnéa Borrmann	26apr01	Strömstads IF	Kil	2016-08-27
1,57	Linnea Hallsten	17jul06	Dals Södra FFI	Göteborg/U	2019-06-28
	<b>skiljehopp</b>				
1,60	Anna Johansson	8jun70	Dals Södra FFI	Skövde	1985-09-29

*osanktionerat*

1,65	Christina Sundberg	6apr60	IK Orient	Uddevalla	1975-08-10
------	--------------------	--------	-----------	-----------	------------

**11-bästa inomhus + några till**

1,57

1.73	Angelica Johansson	1okt83	Hälle IF	Göteborg/FH	1997-12-06
1.70	Sofia Wingård	23feb 02	IK Orient	Växjö	2017-01-21
1.67	Ann Högberg	3feb73	Hälle IF	Haparanda	1988-02-19
1.65	Jessica Hammarqvist	4mar74	Hälle IF	Moss, NOR	1989-03-11
1.65	Lisa Carlsson	1maj75	IK Orient	Moss, NOR	1990-02-03
1.64	Petra Svanberg	15mar95	Stenungsunds FI	Borås	2009-01-17
1.63	Christina Sundberg	6apr60	IK Orient	Göteborg/Sc	1975-03-01
1.63	Gunilla Andersson	17apr67	IK Orient	Göteborg/Sh	1981-03-14
1.63	Johanna Berg	28apr88	IK Orient	Malmö/A	2003-03-16
1.63	Matilda Syversen	6juni98	IK Orient	Göteborg/FH	2013-02-24
1.62	Carolin Lindgren	28aug92	Brattås CK	Göteborg/FH	2006-11-25

1.60	Anna Johansson	8jun70	Dals Södra FFI	Ed	1985-03-16
1.60	Maria Johansson	13apr73	Dals Södra FFI	Moss, NOR	1986-03-02
1.60	Maria Cedergren	6apr78	IK Orient	Göteborg/FH	1992-01-12
1.60	Frida Hansson	18aug97	Stenungsunds FI	Göteborg/FH	2012-03-04
1.60	Kim Rodén	1aug03	Håfreströms IF	Göteborg/FH	2018-02-03
1.59	Andrea Eriksson	22mar92	IK Orient	Göteborg/FH	2006-11-25
1.58	Jennifer Karlsson	15apr96	Tanums IF	Göteborg/FH	2009-12-05
1.57	Karin Nilsson	70	IK Orient	Uddevalla/Ö	1985-03-10
1.57	Emelie Szögi	21nov91	Dals Södra FFI	Västerås	2006-03-05

**Stav**

2,20

3,40	Sara Eriksson	18jan92	IK Orient	Vellinge	2007-08-12
3,31	Klara Mattsson	28nov97	IK Orient	Upplands Väsby	2012-08-10
3,17	Sofia Wingård	23feb02	IK Orient	Göteborg/U	2016-07-02
2,93	Ebba Bremer	28mar04	Brattås CK	Uddevalla	2017-09-09
2,80	Alice Bredström	11maj07	Brattås CK	Uddevalla	2020-06-10
2,65	Amanda Backlund	17feb99	IK Orient	Örebro	2014-06-01
2,65	Jonna Andersson	27jan04	Brattås CK	Uddevalla	2017-06-13
2,60	Linda Rundahl	23apr84	IK Orient	Skövde	1999-05-24
2,50	Carolin Rutgersson	5maj83	Brattås CK	Henån	1998-08-18
2,50	Tilia Olsson	9jun06	Bokenäs IF	Kalmar	2019-09-07
2,45	Filiz Demirbek	1sep92	Strömstads IF	Uddevalla	2006-06-10
2,42	Sara Lundqvist	8maj84	Dingle IF	Henån	1998-08-11
2,40	Hanna Eira	19mar87	IK Orient	Vellinge	2001-08-19
2,35	Charlotte Johansson	17jun86	IK Orient	Uddevalla	2001-08-25
2,24	Astrid Lees	16feb99	Brattås CK	Uddevalla	2014-05-29
2,22	Hanna Lagerqvist	12maj04	Lysekil SLF	Borås	2017-06-04
2,20	Siri Fagerlund	22feb86	IK Orient	Malmö/S	2000-08-27
2,20	Anna Russberg	20jan82	Hälle IF	Uddevalla	1996-09-10
2,20	Nicole Hoffman	6aug05	IK Orient	Uddevalla	2019-06-04

**11-bästa inomhus + någon till**

2,20

3.17	Klara Mattsson	28nov97	IK Orient	Göteborg/FH	2012-02-26
3.11	Ebba Bremer	28mar04	Brattås CK	Göteborg/FH	2017-11-19
3.10	Sofia Wingård	23feb02	IK Orient	Borås	2016-03-13

2.70	Jonna Andersson	27jan04	Brattås CK	Göteborg/FH	2017-11-19
2.68	Amanda Backlund	17feb99	IK Orient	Växjö/TA	2014-03-09
2.60	Tilia Olsson	9jun06	Bokenäs IF	Uddevalla	2020-03-06
2.54	Linda Rundahl	23apr84	IK Orient	Eskilstuna	1999-03-06
2.40	Siri Fagerlund	22feb86	IK Orient	Karlstad	2001-02-11
2.36	Alice Bredström	11maj07	Brattås CK	Uddevalla	2020-04-26
2.35	Hilda Törngård	27aug04	Hälle IF	Uddevalla	2018-02-23
2.35	Natalie Davidsson	1dec07	Brattås CK	Uddevalla	2020-03-06

.....  
2.20 Astrid Fakelius 13mar08 Brattås CK Uddevalla 2020-04-26

## Längd

5,10

5,89	Melissa Stenzon	31mar91	Stenungsunds FI	Stenungsund	2006-08-12
5,81	Sofi Malm	24sep80	IK Orient	Uddevalla	1995-07-29
5,67	Helene Larsson	8nov75	Hälle IF	Sävedalen	1990-09-09
5,54	Angelica Johansson	1okt83	Hälle IF	Trollhättan	1998-06-01
5,52	Christina Sundberg	6apr60	IK Orient	Helsingborg/H	1975-07-13
5,50	Helene Olsson	12feb73	Dals Södra FFI	Malmö/Hä	1988-08-20
5,43	Tilde Dahlberg	5apr06	Hälle IF	Kungälv	2020-07-04
5,41	Malin Wilhelmsson	20jan73	Dals Södra FFI	Uddevalla	1987-05-23
5,40	Åsa Blomqvist	27feb76	Hälle IF	Visby	1991-06-16
5,39	Maj-Britt Patriksson	8maj45	Skärhamns IK	Sävedalen	1960-09-10
5,35	Eva-Lisa Hansson	9aug47	Strömstads IF		1961-
5,33	Anna Härsjö	28maj73	IK Orient	Malmö/Hä	1988-08-20
5,33	Angelica Karlsson	19jan93	Tanums IF	Göteborg/U	2008-06-27
5,31	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Stenungsund	1989-05-20
5,31	Sara Sjögren	6jun98	Stenungsunds FI	Göteborg/S	2013-06-01
5,30	Emelie Svensson	26aug89	Tanums IF	Göteborg/U	2004-07-02
5,30	Linda Karlsson	23maj82	IK Orient	Uddevalla	1997-08-02
5,30	Matilda Hellqvist	28jul93	IK Orient	Sollentuna	2008-09-12
5,29	Petronella Malmqvist	19feb83	Tanums IF	Göteborg/U	1998-07-04
5,28	Carina Karlsson	25apr78	Brattås CK	Norrköping	1993-08-07
5,28	Åsa Svernlung	22mar59	IK Orient	Handen	1974-09-29
5,24	Moa Larsson	9maj85	IK Orient	Eskilstuna	2000-08-12
5,20	Andrea Eriksson	22mar92	IK Orient	Uddevalla	2007-06-09
5,20	Jennifer Karlsson	15apr96	Tanums IF	Halmstad	2010-07-17
5,20	Ebba Olsson	11jun97	Brattås CK	Gävle	2011-07-23
5,19	Marianne Lindgren	16aug59	IK Orient		1974-
5,18	Anna Fälth	1apr71	Uddevalla IS	Uddevalla	1986-09-25
5,17	Gunilla Andersson	17apr67	IK Orient	Malmö/S	1981-06-27
5,16	Kajsa Gustafsson	28maj66	Dals Södra FFI	Göteborg/S	1981-08-30
5,16	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Sävedalen	1989-06-03
5,16	Kajsa Olsson	31jul91	Strömstads IF	Borås	2005-09-24
5,14	Ann-Sofie Falk	23feb75	Brattås CK	Göteborg/R	1989-05-27
5,14	Frida Falk	30jan78	Strömstads IF	Göteborg/R	1993-08-29
5,14	Charlotte Johansson	17jun86	IK Orient	Stockholm/S	2001-09-14
5,13	Sarah Arnljung	10sep83	Hälle IF	Uddevalla	1998-08-01
5,12	Linda Rundahl	23apr84	IK Orient	Stenungsund	1999-05-16
5,11	Gunilla L Andersson	19feb66	IK Orient	Uddevalla	1980-06-10
5,11	Ulrika Pettersson	6dec71	Dingle IF	Dingle	1986-06-30
5,11	Jenny Nilsson	4sep90	IK Orient	Uddevalla	2005-07-30
5,10	Sofia Wingård	23feb02	IK Orient	Uddevalla	2016-09-25

## skoltävling

5.15 Carola Pettersson 15feb60 Eds SK Ed 1975-09-02

## medvind

5,10w

5,66w Christina Sundberg 6apr60 IK Orient Östersund 1975-09-07

5,58w	Malin Wilhelmsson	20jan73	Dals Södra FFI	Norrköping	1988-05-23
5,38w	Anna Fälth	1apr71	Uddevalla IS	Stockholm/S	1986-09-20
5,33w	Carina Karlsson	25apr78	Brattås CK	Göteborg/S	1993-05-09
5,27w	Ann-Sofie Falk	23feb75	Brattås CK	Göteborg/R	1989-05-27
5,26w	Sarah Arnljung	10sep83	Hälle IF	Uddevalla	1998-08-23
5,25w	Moa Larsson	9maj85	IK Orient	Sävedalen	2000-06-04
5,24w?	Ulrika Nilsson	27jun84	IK Orient	Mölnadal	1999-08-29
5,24w	Kajsa Gustafsson	28maj66	Dals Södra FFI	Frändefors	1981-07-05
5,21w	Andrea Eriksson	22mar92	IK Orient	Stenungsund	2007-08-24
5.18w	Frida Ström	18maj89	Strömstads IF	Kil	2004-08-01
5,15w	Lisa Carlsson	1maj75	IK Orient	Stenungsund	1990-06-25
5.15w	Maria Gylfe	5sep77	IK Orient	Göteborg/R	1992-08-30

### 7-bästa inomhus + några till

5,10

5.64	Sofi Malm	24sep80	IK Orient	Göteborg/FH	1994-12-10
5.64	Melissa Stenzon	31mar91	Stenungsunds FI	Karlstad	2006-02-18
5.46	Christina Sundberg	6apr60	IK Orient	Falun	1974-03-02
5.39	Tilde Dahlberg	5apr06	Hälle IF	Göteborg/FH	2020-02-22
5.37	Emelie Svensson	26aug89	Tanums IF	Göteborg/FH	2003-03-23
5.36	Carina Karlsson	25apr78	Brattås CK	Malmö/A	1993-01-29
5.34	Jennifer Karlsson	15apr96	Tanums IF	Göteborg/FH	2010-12-05

.....

5.24	Siri Fagerlund	22feb86	IK Orient	Göteborg/FH	2000-12-02
5.21	Maria Gylfe	5sep77	IK Orient	Göteborg/FH	1992-02-01
5.19	Madeleine Johansson	26okt83	IK Orient	Göteborg/FH	1998-03-15
5.16	Annie Berntsson	7mar03	Brattås CK	Göteborg/FH	2017-02-05
5.15	Sarah Arnljung	10sep83	Tjörn-Nösås FI	Göteborg/FH	1998-02-28
5.14	Karolina Eriksson	14jul80	Hälle IF	Karlstad	1995-02-10
5.12	Isabell Friberg	7apr84	IK Orient	Eskilstuna	1999-03-07

#### låg grop

5.50	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Moss, NOR	1989-03-11
5.48	Helene Larsson	8nov75	Hälle IF	Moss, NOR	1990-02-03
5.47	Malin Wilhelmsson	20jan73	Dals Södra FFI	Moss, NOR	1988-03-19
5.45	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Moss, NOR	1989-03-11
5.28	Ann-Sofie Falk	23feb75	Brattås CK	Moss, NOR	1990-02-03
5.23	Karolina Eriksson	14jul80	Hälle IF	Askim, NOR	1995-03-04
5.14	Anna Fälth	1apr71	Uddevalla IS	Moss, NOR	1986-03-02
5.11	Sofia Littenheim	25okt79	Hälle IF	Askim, NOR	1994-03-05

### Tresteg

10,20

11,92	Sofi Malm	24sep80	IK Orient	Mölnadal	1995-07-27
11,40	Melissa Stenzon	31mar91	Stenungsunds FI	Stockholm/S	2006-09-16
11,36	Viktoria Kemborn	2okt97	Stenungsunds FI	Angered	2012-06-17
11,11	Susanna Eggertsen	30apr81	IK Orient	Ängelholm	1996-08-02
11,08	Emelie Svensson	26aug89	Tanums IF	Falun	2004-08-15
11,02	Jenny Nilsson	4sep90	IK Orient	Strömstad	2005-07-09
10,98	Frida Ström	18maj89	Strömstads IF	Gävle	2004-09-18
10,96	Maria Cedergren	6apr78	IK Orient	Uddevalla	1992-05-23
10,93	Jennifer Karlsson	15apr96	Tanums IF	Eksjö	2010-09-05
10,92	Sara Sjögren	6jun98	Stenungsunds FI	Göteborg/U	2012-07-07
10,87	Linnéa Borrmann	26apr01	Strömstads IF	Oslo/B, NOR	2016-08-13
10,85	Ellen Schoug	18maj05	IK Orient	Lidköping	2020-08-16
10,82	Siri Malcus Pellmé	3okt04	Stenungsunds FI	Göteborg/U-U	2019-06-30
10,80	Matilda Hellqvist	28jul93	IK Orient	Hässleholm	2008-08-16
10,73	Johanna Jönsson	11apr84	IK Orient	Stockholm/S	1999-09-18
10,71	Doris Erixon	18aug05	Stenungsunds FI	Mölnadal	2020-07-02

10,58	Anja Batz	9mar90	Strömstads IF	Strömstad	2005-07-09
10,43	Jenny Fredriksson	31aug83	IK Orient	Uddevalla	1998-08-02
10,42	Andrea Eriksson	22mar92	IK Orient	Kungälv	2007-06-24
10,42	Caroline Karlsson	28maj90	IK Orient	Borås	2005-09-24
10,29	Kajsa Olsson	31jul91	Strömstads IF	Strömstad	2006-07-15
10,28	Stina Nilsson	2jun87	Brattås CK	Stockholm/S	2002-09-14
10,25	Anna Mathisen	3feb95	Stenungsunds FI	Sävedalen	2010-06-05
10,24	Carina Karlsson	25apr78	Brattås CK	Ellös	1993-09-25

*medvind*

*10,20w*

12,06w	Sofi Malm	24sep80	IK Orient	Möndal	1995-07-27
11,44w	Viktoria Kemborn	2okt97	Stenungsunds FI	Falköping	2011-09-04
11,36w	Emelie Svensson	26aug89	Tanums IF	Falun	2004-08-15
11,27w	Matilda Hellqvist	28jul93	IK Orient	Sävedalen	2008-06-08
11,20w	Frida Ström	18maj89	Strömstads IF	Sävedalen	2004-08-21
10,94w	Siri Malcus Pellmé	3okt04	Stenungsunds FI	Málaga, ESP	2019-05-27
10,47w	Andrea Eriksson	22mar92	IK Orient	Strömstad	2007-07-15
10,28w	Frida Hansson	18aug97	Stenungsunds FI	Falköping	2011-09-04

**12-bästa inomhus + några till**

*10,20*

11.76	Melissa Stenzon	31mar91	Stenungsunds FI	Västerås	2006-03-03
11.38	Sofi Malm	24sep80	IK Orient	Malmö/A	1995-02-25
11.15	Viktoria Kemborn	2okt97	Stenungsunds FI	Göteborg/FH	2012-02-25
11.12	Emelie Svensson	26aug89	Tanums IF	Göteborg/FH	2003-03-22
11.08	Jennifer Karlsson	15apr96	Tanums IF	Göteborg/FH	2010-11-20
11.03	Madeleine Johansson	26okt83	IK Orient	Göteborg/FH	1998-03-14
11.03	Sara Sjögren	6jun98	Stenungsunds FI	Malmö/A	2013-03-09
11.01	Susanna Eggertsen	30apr81	IK Orient	Göteborg/FH	1995-12-10
10.90	Matilda Hellqvist	28jul93	IK Orient	Malmö/A	2008-01-26
10.71	Siri Malcus Pellmé	3okt04	Stenungsunds FI	Västerås	2019-03-10
10.62	Frida Falk	30jan78	Strömstads IF	Göteborg/FH	1992-12-06
10.60	Moa Larsson	9maj85	IK Orient	Göteborg/FH	1999-12-11

10.49	Frida Hansson	18aug97	Stenungsunds FI	Göteborg/FH	2012-02-04
10.40	Ulrika Nilsson	27jun84	IK Orient	Göteborg/FH	1998-12-06
10.22	Elin Berggren	25jul94	IK Orient	Göteborg/FH	2007-11-24

**Kula 3 kg**

(på USM from 1986)

*10,60*

13,91	Klara Berntsson	26jan06	Brattås CK	Uddevalla	2020-07-26
13,78	Lisa Einarsson	14jun96	Eds SK	Göteborg/U	2011-07-08
13,24	Marielle Hansson	9okt81	Hälle IF	Ängelholm	1996-08-03
12,93	Daniella Persson	11jun00	IK Orient	Karlskrona	2015-08-23
12,70	Ebba Olsson	11jun97	Brattås CK	Göteborg/U	2011-07-10
12,45	Karolina Eriksson	14jul80	Hälle IF	Torsby	1995-05-25
12,42	Ida Jansson Andersson	19jul99	Håfreströms IF	Söderhamn	2014-08-10
12,34	Klara Berntsson	26jan06	Brattås CK	Kungsbacka	2019-08-24
12,23	Emma Harrysson	6maj97	Brattås CK	Upplands Väsby	2012-08-12
12,17	Maria Nilsson	1jun95	IK Orient	Stockholm/S	2010-08-08
11,87	Beatrice Aronsson	6feb75	IK Orient	Uddevalla	1990-09-16
11,81	Elin Jarenfors	26maj89	Tanums IF	Gävle	2004-09-19
11,62	Linda Andersson	8feb72	Eds SK	Karlstad	1986-07-26
11,53	Kamilla Karlsson	25mar71	Dals Södra FFI	Frändefors	1986-06-08
11,51	Carina Dahlborg	22feb71	Bokenäs IF	Lilla Edet	1985-06-02
11,43	Christine Olsson	1mar77	Brattås CK	Helsingborg	1991-07-13
11,43	Sara Sjögren	6jun98	Stenungsunds FI	Lidköping	2013-08-24
11,38	Emma Johansson	20mar79	IK Zeus	Göteborg/R	1994-08-28

sen. Månskär



11,22	Caroline Nilsson	4feb87	IK Orient	Uddevalla	2002-09-11
11,22	Linda Nilsson	9mar72	Hälle IF	Stockholm/S	1987-09-19
11,21	Johanna Hallsten	27mar03	Dals Södra FFI	Skara	2018-08-19
11,12	Malin Hansson	25mar74	Dals Södra FFI	Uddevalla	1989-08-06
11,06	Helen Hansson	25feb68	Dals Södra FFI	Uddevalla	1982-07-24
11,03	Linda Flood	27jul74	Hälle IF	Uddevalla	1989-09-30
10,99	Elin Tysklind	8maj84	Strömstads IF		1999-
10,85	Camilla Eriksson	30apr69	Dals Södra FFI	Trollhättan	1983-05-14
10,84	Linn Johansson	18maj82	Hälle IF	Dingle	1997-06-16
10,74	Linda Johansson	24nov90	IK Orient	Uddevalla	2005-07-31
10,73	Malin Wilhelmsson	20jan73	Dals Södra FFI	Visby	1988-06-18
10,70	Carina Karlsson	25apr78	Brattås CK	Ellös	1993-09-25
10,69	Jessica Sylvan Holmgren	10okt72	Brattås CK	Uddevalla	1987-08-29

*obekräftat*

11,54	Emma Johanson <u>skol-DM</u>	20mar79	IK Zeus	Stenungsund	1994-09-28
11,25	Malin Hansson	25mar74	Dals Södra FFI	Uddevalla	1989-09-28

**11-bästa inomhus + några till**

**(på IUSM from 1986)**

*10,60*

14.16	Klara Berntsson	26jan06	Brattås CK	Göteborg/FH	2020-02-01
13.46	Lisa Einarsson	14jun96	Eds SK	Huddinge	2011-02-19
12.94	Ebba Olsson	11jun97	Brattås CK	Göteborg/FH	2012-03-10
12.55	Maria Nilsson	1jun95	IK Orient	Göteborg/FH	2010-03-06
12.53	Karolina Eriksson	14jul80	Hälle IF	Malmö/A	1995-02-24
12.41	Marielle Hansson	9okt81	Hälle IF	Borlänge	1996-02-16
12.01	Ida Jansson Andersson	19jul99	Håfreströms IF	Göteborg/FH	2013-11-24
11.96	Beatrice Aronsson	6feb75	IK Orient	Moss, NOR	1990-02-03
11.83	Christine Olsson	1mar77	Brattås CK	Göteborg/FH	1992-02-16
11.66	Carina Dahlborg	22feb71	Bokenäs IF	Uddevalla/Ö	1985-03-10
11.66	Emma Harrysson	6maj97	Brattås CK	Uddevalla	2012-01-14

sen. Månskär

.....

11.38	Angelica Karlsson	19jan93	Tanums IF	Göteborg/FH	2008-03-15
11.30	Malin Wilhelmsson	20jan73	Dals Södra FFI	Moss, NOR	1988-03-19
11.30	Malin Hansson	25mar74	Dals Södra FFI	Göteborg/FH	1989-01-28
10.61	Tove Berg Martinelle	9feb05	Dals Södra FFI	Karlstad	2018-12-15
10.58	Jennifer Karlsson	15apr96	Tanums IF	Norrköping	2011-02-12

**Kula 4 kg**

**(på USM tom 1985)**

*9,00*

11,32	Lisa Einarsson	14jun96	Eds SK	Torsby	2011-09-10
11,20	Marielle Hansson	9okt81	Hälle IF	Karlstad	1996-08-14
10,53	Karolina Eriksson	14jul80	Hälle IF	Lerum	1995-05-20
10,36	Carina Dahlborg	22feb71	Bokenäs IF	Uddevalla	1985-05-29
10,35	Ebba Olsson	11jun97	Brattås CK	Uddevalla	2012-06-16
10,18	Camilla Eriksson	30apr69	Dals Södra FFI	Uddevalla	1984-06-18
9,77	Kamilla Karlsson	25apr71	Dals Södra FFI	Uddevalla	1986-08-03
9,63	Maria Nilsson	1juni95	IK Orient	Uddevalla	2010-07-25
9,63	Linda Nilsson	9mar72	Hälle IF		1987-
9,56	Emma Johansson	20mar79	IK Zeus		1994-
9,56	Malin Hansson	25mar74	Dals Södra FFI	Uddevalla	1989-08-15
9,44	Annika Björk	61	Dingle IF		1975-
9,43	Eva-Lisa Hansson	9aug47	Strömstads IF	Uddevalla	1962-09-30
9,41	Lena Trogen	65	Dingle IF	Uddevalla	1980-07-26
9,40	Caroline Nilsson	4feb87	IK Orient	Uddevalla	2002-08-11
9,23	Birgitta Johansson	66	Melleruds IF	Trollhättan	1981-05-16
9,21	Ann-Sofi Järnström	16jul49	IK Orient		1964-

sen Månskär

10,23 enl SFIF

9,19	Agneta Olsson	23jun68	Hälle IF	Stenungsund	1983-10-08	
9,13	Katarina Dahlqvist		63 Melleruds IF		1978-	
9,07	Catarina Ingemarsson	30apr60	IK Orient	Uddevalla	1975-07-06	
9,05	Helena Fritzen	16sep69	IK Orient	Lilla Edet	1984-09-01	
	<u>skol-DM</u>					
10,39	Catarina Ingemarsson	30apr60	IK Orient	Bengtsfors	1975-09-24	vikt?

#### 6-bästa inomhus

10.70	Lisa Einarsson	14jun96	Eds SK	Uddevalla	2011-01-15	
10.15	Carina Dahlborg	22feb71	Bokenäs IF	Uddevalla/D	1985-02-24	
9.47	Kamilla Karlsson	25apr71	Dals Södra FFI	Frändefors	1986-02-23	
9.13	Linda Nilsson	9mar72	IK Orient	Frändefors	1986-02-23	bättre 87?
9.09	Catarina Ingemarsson	30apr60	IK Orient	Uddevalla/Ö	1975-01-25	
9.04	Helen Hansson	25feb68	Dals Södra FFI	Frändefors	1982-02-21	

#### Diskus 0,6kg (på USM 2002 - 2013) 32,00

41,92	Klara Berntsson	26jan06	Brattås CK	Uddevalla/K	2019-07-31	
40,88	Emma Harrysson	6maj97	Brattås CK	Göteborg/U	2012-07-08	
40,34§	Karolina Eriksson	14jul80	Hälle IF	Norrköping	1995-08-27	1,0 kg
37,26	Christine Olsson	1mar77	Brattås CK	Uddevalla	1991-08-10	
36,50	Jessica Hammarqvist	4mar74	Hälle IF	Karlskrona	1988-09-10	
36,36	Malin Hansson	25mar74	Dals Södra FFI	Uddevalla	1988-08-06	
36,02§	Britt-Marie Utter	16maj59	Dals Södra FFI	Västerås	1974-09-21	1,0 kg
35,66	Marielle Hansson	9okt81	Hälle IF	Kil	1995-08-05	sen Månskär
34,80	Beatrice Aronsson	6feb75	IK Orient	Linköping	1989-09-09	
34,54	Linda Johansson	24nov90	IK Orient	Uddevalla	2005-07-30	
34,38	Paula Nilsson	1okt71	Hälle IF	Göteborg/S	1985-09-01	
34,38	Carina Dahlborg	22feb71	Bokenäs IF	Borås	1985-09-07	
34,16	Mathilda Plate	15mar95	IK Orient	Västerås	2010-09-10	
34,00	Petronella Malmqvist	19feb83	Tanums IF	Uddevalla	1997-08-02	
33,82	Ebba Olsson	11jun97	Brattås CK	Göteborg/S-K	2011-05-14	
33,81	Cecilia Gustafsson	19mar85	Krokstrands IS	Krokstrand	1999-10-03	
33,64	Marita Malm	19feb79	Hälle IF	Stenungsund	1992-05-03	
33,62	Anna Magnusson	10jun77	Dals Södra FFI	Frändefors	1991-07-13	
32,68	Nathalie Hansson	31maj80	Hälle IF	Uddevalla	1994-08-23	
32,32§	Jessica Hammarqvist	4mar74	Hälle IF	Bollnäs	1989-08-11	1,0 kg
32,20	Agneta Olsson	23jun68	Hälle IF	Frändefors	1982-08-22	

#### Diskus 0,75kg (på USM from 2014) 30,00

40,94	Klara Berntsson	26jan06	Brattås CK	Uddevalla/K	2020-07-26	
40,34§	Karolina Eriksson	14jul80	Hälle IF	Norrköping	1995-08-27	1,0 kg
36,02§	Britt-Marie Utter	16maj59	Dals Södra FFI	Västerås	1974-09-21	1,0 kg
35,36	Ann-Sofie Hansson	25maj79	IK Zeus	Oslo/B, NOR	1994-07-02	
32,32§	Jessica Hammarqvist	4mar74	Hälle IF	Bollnäs	1989-08-11	1,0 kg
30,92§	Ella Bäck	49	Tanums IF		1964-	1,0 kg
30,67§	Karin Constantin	24mar54	Dals Södra FFI	Ödeborg	1969-08-08	1,0 kg
30,56§	Birgitta Andersson	51	Melleruds IF	Mellerud	1966-09-18	1,0 kg
30,42§	Marielle Hansson	9okt81	Hälle IF	Stenungsund	1996-05-12	sen Månskär 1,0
30,22§	Marion Lange	58	IK Orient	Uddevalla	1973-09-12	1,0 kg
30,14§	Caroline Karlsson	27jan77	Kungshamns IF	Stockholm/S	1992-09-19	1,0 kg
30,08§	Cecilia Gustafsson	9mar85	Strömstads IF	Stockholm/S	2000-09-15	1,0 kg

#### Diskus 1kg (på USM tom 2001) 27,00

40,34	Karolina Eriksson	14jul80	Hälle IF	Norrköping	1995-08-27	
36,02	Britt-Marie Utter	16maj59	Dals Södra FFI	Västerås	1974-09-21	

34,78	Beatrice Aronsson	6feb75	IK Orient	Uddevalla	1990-07-28	
32,32	Jessica Hammarqvist	4mar74	Hälle IF	Bollnäs	1989-08-11	
31,14	Ann-Sofie Hansson	25maj79	IK Zeus	Tanumshede	1994-07-06	
30,92	Ella Bäck	49	Tanums IF		1964-	
30,67	Karin Constantin	24mar54	Dals Södra FFI	Ödeborg	1969-08-08	
30,56	Birgitta Andersson	51	Melleruds IF	Mellerud	1966-09-18	
30,42	Marielle Hansson	9okt81	Hälle IF	Stenungsund	1996-05-12	sen Månskär
30,22	Marion Lange	58	IK Orient	Uddevalla	1973-09-12	
30,14	Caroline Karlsson	27jan77	Kungshamns IF	Stockholm/S	1992-09-19	
30,08	Cecilia Gustafsson	9mar85	Strömstads IF	Stockholm/S	2000-09-15	
29,98	Carina Dahlborg	22feb71	Bokenäs IF	Lilla Edet	1985-06-02	
29,30	Malin Hansson	25mar74	Dals Södra FFI	Frändefors	1989-09-20	
28,35	Petronella Malmqvist	19feb83	Tanums IF	Kalmar	1998-08-14	
28,22	Marie Olhsson	7jun65	Bokenäs IF	Lilla Edet	1980-05-31	
28,08	Christine Olsson	1mar77	Brattås CK	Lillehammer, NOR	1991-06-28	
28,06	Jessica Olhsson	31mar69	Bokenäs IF	Stenungsund	1984-09-30	
27,24	Anna Magnusson	10jun77	Dals Södra FFI	Uddevalla	1992-08-01	
27,12	Susanne Hansson	13aug83	Dals Södra FFI	Falköping	1998-09-06	
27,06	Paula Nilsson	71	Hälle IF	Dingle	1986-07-13	
27,00	Eva-Lisa Hansson	9aug47	Strömstads IF		1962-	

*ej sanktion*

28,20	Anette Mattsson	69	Hälle IF	Ljungskile	1984-06-05	
-------	-----------------	----	----------	------------	------------	--

**Slägga 3kg (på USM from 1995)**      27,00

45,47	Lisa Einarsson	14jun96	Eds SK	Ystad	2011-08-26	
44,39	Klara Berntsson	26jan06	Brattås CK	Mölnadal	2020-08-09	
43,67	Ida Wingård	16feb00	IK Orient	Lerum	2015-08-30	
40,83	Johanna Hallsten	27mar03	Dals Södra FFI	Enskede	2018-08-04	
38,05	Tove Berg Martinelle	9feb05	Dals Södra FFI	Uddevalla	2019-04-06	
37,74	Ebba Olsson	11jun97	Brattås CK	Upplands Väsby	2012-08-10	
36,52	Mathilda Plate	15mar95	IK Orient	Kil	2010-08-13	
35,85	Linda Johansson	24nov90	IK Orient	Hudiksvall	2005-08-12	
35,46	Therese Constantin	4jun85	IK Orient	Stenungsund	2000-05-21	
33,52	Josefine Lundberg	8aug84	IK Orient	Herrljunga	1998-08-30	
29,53	Linn Brodén-Eriksson	21apr86	Krokstrands IS	Växjö	1999-09-11	
27,81	Maria Nilsson	1jun95	Bokenäs IF	Uddevalla	2009-07-26	
27,51	Linnea Hallsten	17jul06	Dals Södra FFI	Lidköping	2020-09-26	

**Slägga 4 kg**      22,00

40,57	Lisa Einarsson	14jun96	Eds SK	Torsby	2011-09-10	
33,60	Mathilda Plate	15mar95	IK Orient	Gävle	2010-07-16	
29,72	Beatrice Aronsson	6feb75	IK Orient	Uddevalla	1990-05-16	
26,35	Ebba Olsson	11jun97	Brattås CK	Henån	2012-09-29	
25,11	Therese Constantin	4jun85	IK Orient	Linköping	2000-05-27	

**Spjut 400g (på USM 2002 - 2013)**      32,00

44,63	Emma Harrysson	6maj97	Brattås CK	Varberg	2011-08-20	
41,01	Ebba Olsson	11jun97	Brattås CK	Helsingborg	2011-07-01	
38,10§	Maria Axelsson	2okt65	Dals Södra FFI	Uddevalla	1980-07-26	600g
36,77	Linda Johansson	24nov90	IK Orient	Uddevalla	2005-06-19	
36,53	Fanny Strömberg	3jul94	Dals Södra FFI	Sävedalen	2009-05-30	
35,95	Susanne Kristiansen	25jan95	Tanums IF	Göteborg/U	2010-07-03	
35,84§	Emma Fasth	17feb80	Hälle IF	Enköping	1995-08-20	600g
35,54	Linda Andersson	8feb72	Eds SK	Kil	1986-08-03	

35,18	Malin Wilhelmsson	20jan73	Dals Södra FFI	Malmö/Hä	1987-09-13	
34,70	Johanna Gustafsson	5apr90	Strömstads IF	Uddevalla	2004-09-26	
34,26	Frida Hedlund	26jan84	Krokstrands IS	Malmö/Hä	1998-09-05	
33,96	Jessica Olhsson	31mar69	Bokenäs IF	Linköping	1983-09-10	
33,77	Sofie Johansson	91	Tanums IF	Strömstad	2006-07-16	
33,74	Caroline Nilsson	4feb87	IK Orient	Trollhättan	2002-06-15	
33,42	Jeanette Harrysson	15maj73	Brattås CK	Uddevalla	1987-08-02	
33,40	Anette Andersson	21aug62	Dals Södra FFI	Karlstad	1976-09-18	
33,38	Camilla Eriksson	30apr69	Dals Södra FFI	Dingle	1983-07-24	
33,28	Linda Flod	27jul74	Hälle IF	Malmö/Hä	1987-09-13	
33,16	Jenny Fredriksson	31aug83	IK Orient	Uddevalla	1997-08-23	
32,60	Jennie Larsson	95	Gestads SK	Trollhättan	2010-05-29	
32,48§	Annica Rohlén	11sep65	IK Orient		1980-	600g
32,22	Kristin Wahman	28feb92	IK Orient	Ed	2005-08-21	
32,02	Sara Sjögren	6jun98	Stenungsunds FI	Stenungsund	2013-07-14	

### Spjut 500g (på USM from 2014) 30,00

34,75	Filippa Oderbrant	22jun02	Strömstads IF	Falun	2017-08-13	
-------	-------------------	---------	---------------	-------	------------	--

### Spjut 600g *nya from 1999 27,00*

35,46	Ebba Olsson	11jun97	Brattås CK	Henån	2012-09-29	
33,89	Johanna Gustavsson	5apr90	Strömstads IF	Uddevalla	2005-07-31	
32,50	Frida Hedlund	26jan84	Strömstads IF	Strömstad	1999-07-18	
30,69	Emma Harrysson	6maj97	Brattås CK	Lerum	2012-08-19	
29,91	Siri Fagerlund	22feb86	IK Orient	Uddevalla	2001-07-29	
29,12	Jennie Kiel	10feb86	IK Orient	Malmö/S	2000-08-27	
28,72	Caroline Nilsson	4feb87	IK Orient	Malmö	2002-08-31	
28,67	Louise Ulfstad	9mar88	Tanums IF	Kungälv	2003-05-24	
28,61	Linda Johansson	24nov90	IK Orient	Uddevalla	2004-08-01	
28,44	Sofie Johansson	91	Tanums IF	Uddevalla	2006-07-30	
28,02	Linda Rundahl	23apr84	IK Orient	Skövde	1999-05-24	

### Spjut 600 g *gamla tom 1998 28,00*

38,10	Maria Axelsson	2okt65	Dals Södra FFI	Uddevalla	1980-07-26	
35,84	Emma Fasth	17feb80	Hälle IF	Enköping	1995-08-20	
34,26	Linda Andersson	8feb72	Eds SK	Uddevalla	1987-06-10	
33,66	Malin Wilhelmsson	20jan73	Dals Södra FFI	Visby	1988-06-19	
32,48	Annica Rohlén	11sep65	IK Orient	Uddevalla	1980-06-10	
32,32	Linda Flood	27jul74	Hälle IF	Sävedalen	1989-06-03	
32,02	Jeanette Harrysson	15maj73	Brattås CK	Borås	1988-07-16	
31,70	Berith Jakobsson	57	Stångenäs AIS		1971-	
31,68	Camilla Eriksson	30apr69	Dals Södra FFI	Dingle	1984-07-15	
31,48	Anette Mattsson	69	Hälle IF	Stenungsund	1984-05-31	
31,14	Jessica Olhsson	31mar69	Bokenäs IF	Halmstad	1984-07-21/22	
29,58	Jenny Fredriksson	31aug83	IK Orient	Uddevalla	1998-06-27	
29,42	Jessica Hammarqvist	4mar74	Hälle IF	Uddevalla	1989-09-26	
29,36	Anette Andersson	21aug62	Dals Södra FFI	Frändefors	1977-06-05	
28,80	Sara Johansson	22jul74	Brattås CK	Örebro	1989-06-18	
28,58	Katarina Eriksson	26sep66	Dals Södra FFI	Frändefors	1981-08-03	
28,55	Susanne Hansson	15aug83	Dals Södra FFI	Ed	1998-08-29	
28,22	Frida Hedlund	26jan84	Krokstrands IS	Ed	1998-08-29	
28,21	Petronella Malmqvist	19feb83	Tanums IF	Huddinge	1998-09-06	
28,18	Beatrice Aronsson	6feb75	IK Orient	Uddevalla	1990-08-16	

## Vikt 9,08kg utomhus

10,31 Lisa Einarsson 14jun96 Eds SK Borås 2011-04-30

## Vikt 7,26 kg inomhus

14.92 Tove Berg Martinelle 9feb05 Dals Södra FFI Uddevalla 2019-03-24  
14.01 Lisa Einarsson 14jun96 Eds SK Huddinge 2011-02-20  
12.72 Ebba Olsson 11jun97 Brattås CK Göteborg/FH 2012-02-25  
12.24 Klara Berntsson 26jan06 Brattås CK Sävedalen 2019-11-03  
11.02 Johanna Hallsten 27mar03 Dals Södra FFI Uddevalla 2018-01-06

## Sexkamp (80m häck(76,2) - höjd - kula(3,0) / längd - spjut(400) - 600m) (2002 - 2013)

Anm: A kula-spjut tvärtom, längd hoppzon, 800m ist för 600m 1986-2001 B 500g-spjut from 2014

**3.650** Ebba Olsson 11jun97 Brattås CK Uddevalla 2011-07-16o17  
(12,74 - 1.46 - 12.12 / 5.03 - 38.53 - 2.01,34)

**3.506** Sofi Malm 24sep80 IK Orient Stenungsund 1994-06-11o1: A  
(12,60 - 1.47 - 28.48 / 5.35 - 9.05 - 2.40,33)

**3.448** Elin Jarenfors 26maj89 Tanums IF Uddevalla 2004-09-11o12  
(12,95 - 1.45 - 10.72 / 4.88 - 28.54 - 1.51,18)

**3.416** Emma Harrysson 6maj97 Brattås CK Uddevalla 2012-06-30o07-01  
(13,17 - 1.41 - 11.96 / 4.68 - 37.70 - 2.01,11)

**3.415** Sara Sjögren 6jun98 Stenungsunds FI Stenungsund 2013-07-13o14  
(13,26 - 1.44 - 9.59 / 5.09 - 32.02 - 1.52,70)

**3.355** Ellen Schoug 18maj05 IK Orient Uddevalla 2020-09-19o2(B)  
(13,24 - 1.52 - 9.05 / 4.91 - 24.27 - 1.46,20)

**3.347** Anna Jarenfors 27okt92 Tanums IF Uddevalla 2006-07-22o23  
(12,94 - 1.49 - 7.78 / 4.53 - 26.22 - 1.41,23)

**3.271** Christine Olsson 1mar77 Brattås CK Stenungsund 1991-06-8o9 A  
(13,72 - 1.43 - 28.40 / 4.83w - 9.69 - 2.33,99)

**3.236** Jennie Andersson 19apr75 IK Orient Stenungsund 1989-05-20o2: A  
(13,22 - 1.45 - 17.70 / 5.38 - 10.38 - 2.44,65)

**3.203** Caroline Nilsson 4feb87 IK Orient Karlskrona 2002-09-06o07  
(13,48 - 1.42 - 10.65 / 4.46 - 31.98 - 1.56,45)

**3.161** Freja Jernstig 3jan92 Tanums IF Uddevalla 2006-07-22o23  
(13,32 - 1.49 - 8.35 / 4.42 - 21.95 - 1.44,42)

**3.120** Sofia Wingård 23feb02 IK Orient Varberg 2016-09-17o1(B)  
(13,19 - 1.64 - 8.08 / 4.95 - 18.58 - 2.01,92)

**3.080** Katarina Littenheim 25okt72 Uddevalla IS Uddevalla 1986-09-06o0: A  
(13,16w - 1.41 - 21.46 / 4.75 - 7.94 - 2.32,56)

**3.054** Frida Wikenstedt 16apr96 Strömstads IF Uddevalla 2010-07-10o11  
(14,03 - 1.50 - 9.08 / 4.84 - 24.18 - 1.57,00)

**3.045** Jessica Hammarqvist 4mar74 Hälle IF Stenungsund 1988-05-22o2: A  
(13,33 - 1.54 - 22.70 / 4.76 - 9.03 - 2.55,25)

**3.042** Anna Här sjö 28maj73 Brattås CK Uddevalla 1987-07-03o0: A  
(13,44 - 1.45 - 19.74 / 4.84 - 9.30 - 2.42,97)

**3.021** Jenny Nilsson 4sep90 IK Orient Uddevalla 2005-07-23o24  
(12,51 - 1.46 - 7.64 / 5.09 - 19.10 - 2.02,81)

**2.970** Kristin Wahman 28feb92 IK Orient Uddevalla 2007-07-07o08  
(13,52 - 1.48 - 9.01 / 4.58 - 24.80 - 2.01,68)

Anm: Ytterligare tjejer gjorde bra F14-sexkamper (Malin W, Angelica J, Cicilia P, Åsa B, Jessica SH, Moa L och Carina K) men deras F15-sjukamper (se nedan) får anses vara en bättre prestation

## Sexkamp (100m häck(76,2) - kula(4,0) - höjd / längd - spjut(600) - 800m) (1979 - 1983)

**2.671m** Annica Rohlén 11sep65 IK Orient Uddevalla 1980-08-09o10  
(18,3 - 7.26 - 1.42 / 3.98 - 29.78 - 2.39,7)

**2.609m** Anita Johansson 4mar66 Hälle IF Frändefors 1981-08-22o23

(18,9 - 7.52 - 1.36 / 4.43 - 21.08 - 2.31,5)  
**2.498m** Marie Olhsson 7jun65 Bokenäs IF Uddevalla 1980-08-09o10  
 (18,2 - 7.99 - 1.39 / 4.56 - 25.20 - 3.04,6)

**Sjukamp (100m häck(76,2) - höjd - kula(3,0) - 200m / längd - spjut(600) - 800m) (1984 - 2001)**

**A** nya 600g-spjutet **B** Kula 4 kg **1984-85** **W** medvind +4,0 eller mer

**4.282** Malin Wilhelmsson 20jan73 Dals Södra FFI Visby 1988-06-18o19  
 (16,52 - 1.51 - 10.73 - 27,75 / 5.41w - 33.66 - 2.42,00)

**4.209m** Angelica Johansson 1okt83 Hälle IF Stenungsund 1998-06-13o14 **W**  
 (15,6w - 1.69 - 8.12 - 27,2W / 5.36 - 23.60 - 2.43,42)

**4.198** Cicilia Pringle 20maj74 Hälle IF Visby 1989-06-17o18 **W**  
 14,80 - 1.45 - 9.48 - 26,62 / 4.69W - 25.84 - 2.33,45)

**4.164** Maria Lisshamre 21mar74 Hälle IF Visby 1989-06-17o18  
 (15,50w - 1.45 - 9.15 - 27,12 / 5.15 - 24.90 - 2.32,36)

(4.156) Angelica Johansson 1okt83 Hälle IF Lerum 1998-05-23o24)  
 (15,75 - 1.71 - 8.40 - 27,55w / 5.39 - 20.72 - 2.48,24)

**4.050** Maria Gylfe 5sep77 IK Orient Linköping 1992-09-05o06  
 (16,51 - 1.52 - 9.93 - 27,71 / 4.94w - 23.48 - 2.31,28)

**4.017** Åsa Blomqvist 27feb76 Hälle IF Visby 1991-06-15o16  
 (15,46 - 1.45 - 9.27 - 27,88 / 5.40 - 26.32 - 2.49,49)

**3.833** Petronella Malmqvist 19feb83 Tanums IF Huddinge 1998-09-05o06  
 (17,54 - 1.45 - 8.67 - 27,31 / 5.05 - 28.21 - 2.38,96)

**3.819** Jessica Sylvan Holmgren 10okt72 Brattås CK Uddevalla 1987-07-03o04  
 (16.14 - 1.41 - 9.51 - 27,62 / 4.86 - 27.14 - 2.46,93)

**3.729** Carina Karlsson 25apr78 Brattås CK Stenungsund 1993-05-30o31  
 (15,96 - 1.41 - 9.28 - 27,25 / 5.13 - 22.16 - 2.57,37)

**3.686** Ann Högberg 3feb73 Tjörns FI Stenungsund 1988-05-22o23  
 (17,85 - 1.61 - 8.88 - 28,24 / 4.86 - 22.90 - 2.46,34)

**3.665** Katarina Littenheim 25okt72 Uddevalla IS Uddevalla 1987-07-03o03  
 (17,03 - 1.41 - 8.47 - 27,83 / 4.81 - 19.96 - 2.31,10)

**3.640** Moa Larsson 9maj85 IK Orient Stenungsund 2000-08-19o2(A)  
 (16,39 - 1.46 - 8.10 - 27,48 / 4.84 - 23.83 - 2.52,14)

**3.377** Kajsa Oderbrant 6mar74 Strömstads IF Stenungsund 1989-05-20o21  
 (16,72w - 1.54 - 9.59 - 29,42w / 4.49 - 20.62 - 3.03,79)

**3.328§** Anna Johansson 8jun70 Dals Södra FFI Malmö/S 1985-09-14o14 **B**  
 (17,21 - 1.57 - 7.35 - 29,34 / 4.48 - 19.28 - 2.49,44)

**3.277§** Jeanette Härsjö 1apr70 Brattås CK Malmö/S 1985-09-14o14 **B**  
 (17,06 - 1.42 - 6.13 - 28,62 / 4.76 - 16.14 - 2.39,68)

**3.235** Linda Rundahl 23apr84 IK Orient Huddinge 1999-08-07o08 **A**  
 17,99 - 1.40 - 7.99 - 28,76w / 4.62 - 24.78 - 2.53,64)

**3.169** Isabell Friberg 7apr84 IK Orient Huddinge 1999-08-07o08 **A**  
 (15,86 - 1.43 - 8.60 - 28,26w / 4.64 - 24.93 - bröt)

**3.169b** Lisa Carlsson 1maj75 IK Orient Stenungsund 1990-05-26o27  
 (17,47 - 1.57 - 8.05 - 30,3 / 4.97w - 20.38 - 3.16,28)

**3.145** Siri Fagerlund 22feb86 IK Orient Värnamo 2001-09-07o08 **A**  
 (15,18 - 1.40 - 10.06 - 27,07 / 5.06 - x - x)

**Femkamp (100m häck(76,2) - kula(4,0) - höjd - längd - 200m) 1959 - 1978**

**A** 80m häck tom **1970** **B** = 84cm-häckar **C** annan grenordning

**3.240m** Åsa Svernlings 22mar59 IK Orient Handen 1974-09-28o29  
 (16,3 - 7.35 - 1.70 - 5.28 - 26,4)

**2.501m** Christina Sundberg 6apr60 IK Orient Uddevalla 1975-09-14o15  
 (20,3 - 6.61 - 1.61 - 5.32 - 29,0) (OBS 4kg-kula)

**2.331m** Maj-Britt Patriksson 8maj45 Skärhamns IK Uddevalla 1959-08-08o09 **A B C**  
 (7.27 - 1.44 - 30,4 / 4.80 - 14,5)

**2.291m** Ewa Johansson 23mar52 IK Orient Uddevalla 1967-08-15o16 **A B**

(14,2 - 7.51 - 1.25 / 4.49 - 27,9)  
 ? Lena Hansson 23nov54 IK Orient 1969-  
 (grenresultat saknas)

### Femkamp inomhus (60m häck(76,2-12-8)-höjd-kula(3,0)-längd-600m) (2002 - )

A = 1991 - 2001: 60m häck (76,2-13-8,5) B annan grenordning

<b>3.346</b>	Jennifer Karlsson	15apr96	Tanums IF	Norrköping	2011-02-12	
	(9,28 - 1.57 - 10.57 - 5.19 - 1.50,66)					
<b>3.228</b>	Angelica Johansson	1okt83	Hälle IF	Malmö/A	1998-02-01	<b>A</b>
	(9,42 - 1.68 - 8.11 - 5.12 - 1.52,89)					
<b>3.140</b>	Maria Gylfe	5sep77	IK Orient	Karlstad	1992-01-24	
	(9,82 - 1.49 - 9.37 - 4.76 - 1.45,30)					
<b>3.139</b>	Siri Fagerlund	22feb86	IK Orient	Västerås	2001-02-02	<b>A B</b>
	(9,33 - 1.43 - 5.00 - 10.12 - 1.48,18)					
<b>3.096</b>	Carina Karlsson	25apr78	Brattås CK	Malmö/A	1993-01-29	<b>A</b>
	(9,35 - 1.49 - 9.52 - 5.36 - 1.58,20)					
<b>3.017</b>	Ebba Olsson	11jun97	Brattås CK	Göteborg/FH	2012-03-10	
	(9,76 - 1.46 - 12.94 - 4.83 - 2.01,17)					
<b>2.960</b>	Angelica Karlsson	19jan93	Tanums IF	Göteborg/FH	2008-03-15	
	(10,42 - 1.46 - 11.38 - 5.08 - 1.54,72)					
<b>2.858</b>	Frida Hansson	18aug97	Stenungsunds FI	Göteborg/FH	2012-03-10	
	(9,88 - 1.58 - 7.26 - 4.43 - 1.48,69)					
<b>2.808</b>	Karolina Eriksson	14jul80	Hälle IF	Karlstad	1995-02-10	<b>A</b>
	(10,08 - 1.37 - 11.50 - 5.14 - 2.03,99)					
<b>2.785</b>	Hanna Hedin	25maj02	IK Orient	Uddevalla	2017-02-11	
	(9,66 - 1.52 - 7.79 - 4.19 - 1.49,96)					
<b>2.680</b>	Petronella Malmqvist	19feb83	Tanums IF	Malmö/A	1998-02-01	<b>A</b>
	(10,41 - 1.47 - 8.67 - 5.06 - 2.01,77)					
<b>2.418</b>	Sofia Wingård	23feb 02	IK Orient	Uddevalla	2017-01-15	
	(9,7m - 1.63 - 8.08 - 4.85 - dnf)					
<b>2.392</b>	Sara Lundqvist	8maj84	Dingle IF	Karlstad	1999-02-05	<b>A</b>
	(10,59 - 1.43 - 8.94 - 4.21 - 2.02,51)					

### Sexkamp inomhus (60m häck(76,2-13-8,5)-kula(3,0)-längd/60m-höjd-600m) (1988 - 1990)

*Poängtabellen som användes för 60m är okänd*

<b>4.123</b>	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Haparanda	1989-01-21o22	
	(9,09 - 9.44 - 5.07 / 8,17 - 1.48 - 1.42,32)					
	<i>Anm: 60m gav 797p</i>					
<b>3.864</b>	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Haparanda	1989-01-21o22	
	(9,38 - 8.80 - 5.08 / 8,35 - 1.48 - 1.48,18)					
	<i>Anm: 60m gav 744p</i>					
<b>3.477</b>	Anna Härsjö	28mar73	IK Orient	Karlstad	1988-01-30o31	
	(9,87 - 9.18 - 4.77 / 8,55 - 1.47 - 1.58,17)					
	<i>Anm: 60m gav 687p</i>					