

Flickor 19

Uppdaterad tom 31 december 2020

60 meter inomhus

8,05

7,59	Freja Jernstig	3jan92	Tanums IF	Eskilstuna	2010-02-06
7,62	Therese Olofsson	16aug73	Hälle IF	Drammen, NOR	1992-01-26
7,67	Matilda Hellqvist	28jul93	IK Orient	Bollnäs	2012-02-25
7,71	Angelica Karlsson	19jan93	Tanums IF	Bollnäs	2012-02-25
7,75	Veronica Fransson	28jul79	Hälle IF	Göteborg/FH	1998-01-31
7,79	Ulrika Granfors	1mar63	IK Orient	Falun	1980-01-19
7,79	Lisa Dahlström	14jun99	IK Orient	Göteborg/FH	2015-12-06
7,79	Mathilda Gustafsson	29feb00	Tanums IF	Uddevalla	2016-03-06
7,85	Moa Larsson	9maj85	IK Orient	Malmö/A	2004-02-14
7,88	Siri Fagerlund	22feb86	IK Orient	Västerås	2002-03-10
7,88	Melissa Stenzon	31mar91	Stenungsunds FI	Västerås	2006-03-05
7,91	Sofia Littenheim	25okt79	Hälle IF	Göteborg/FH	1994-12-11
7,94	Caroline Larsson	10nov93	IK Orient	Borås	2009-03-08
7,95	Sofi Malm	24sep80	IK Orient	Göteborg/FH	1996-02-25
7,96	Agnetha Nilsson	26jul78	IK Orient	Göteborg/FH	1995-02-04
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	Marianne Lindgren	16aug59	IK Orient	Falun	1977-03-12
7,97	Elin Skoglund-Jansson	12nov87	IK Orient	Göteborg/FH	2005-02-19
7,98	Maria Gylfe	5sep77	IK Orient	Göteborg/FH	1993-12-12
7,99	Carina Karlsson	25apr78	Brattås CK	Göteborg/FH	1993-01-24
8,02	Petronella Malmqvist	19feb83	Tanums IF	Göteborg/FH	2000-03-05
8,02	Emelie Svensson	26aug89	Tanums IF	Göteborg/FH	2005-11-26
8,03	Jennifer Karlsson	15apr96	Tanums IF	Göteborg/FH	2010-12-05
8,04	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Askim, NOR	1993-02-06
	<u>manuell tid</u>				
7,8m	Anna Brandt	25sep73	IK Orient	Göteborg/Sh	1988-02-06
7,9m	Ewa Johansson	23mar52	IK Orient	Stockholm/	1971-02-27

Utomhus

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

100 meter eltid

12,80

12,05	Matilda Hellqvist	28jul93	IK Orient	Stockholm/S	2012-08-24
12,08	Therese Olofsson	16aug73	Hälle IF	Helsingborg	1990-07-07
12,11	Veronika Fransson	28jul79	Hälle IF	Stockholm/S	1998-08-05
12,11	Freja Jernstig	3jan92	Tanums IF	Kil	2011-06-06
12,16	Angelica Karlsson	19jan93	Tanums IF	Halmstad	2012-07-14
12,29	Ulrika Granfors	1mar63	IK Orient	Västerås	1979-07-27
12,32	Marianne Lindgren	16aug59	IK Orient	Karlstad	1975-08-08
12,37	Mathilda Gustafsson	29feb00	Tanums IF	Tanumshede	2016-07-06
12,43	Agnetha Nilsson	26jul78	IK Orient	Uddevalla	1993-07-31
12,46	Lisa Dahlström	14jun99	IK Orient	Oslo, NOR	2015-08-08
12,49	Caroline Larsson	10nov93	IK Orient	Norrköping	2009-05-21
12,50	Melissa Stenzon	31mar91	Stenungsunds FI	Uddevalla	2007-06-09
12,51	Gunilla L Andersson	19feb66	IK Orient	Växjö	1981-05-28
12,55	Siri Fagerlund	22feb86	IK Orient	Halmstad	2002-07-21
12,55	Tilde Dahlberg	5apr06	Hälle IF	Kungshamn	2020-07-08
12,59	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Västerås	1989-09-23
12,60	Moa Larsson	9maj85	IK Orient	Helsingborg	2004-07-10
12,62	Sofi Malm	24sep80	IK Orient	Uddevalla	1996-07-27
12,65	Josefin Johansson	16feb88	Eds SK	Göteborg/U	2003-07-05
12,66	Emelie Svensson	26aug89	Tanums IF	Göteborg/U	2005-07-02

12,70	Elin Skoglund-Jansson	12nov87	IK Orient	Helsingborg	2004-07-10	
12,71	Ulrika Nilsson	27jun84	IK Orient	Uddevalla	2001-07-28	
12,72	Sofia Littenheim	25okt79	Hälle IF	Sävedalen	1995-06-04	
12,73	Anna Härsjö	28maj73	IK Orient	Uddevalla	1989-08-05	
12,74	Carina Karlsson	25apr78	Brattås CK	Halmstad	1993-07-18	
12,74	Tilda Andersson	10mar99	IK Orient	Göteborg/S	2016-06-11	
12,76	Marina Mårtensson	3sep73	IK Orient	Göteborg/R	1989-09-03	
12,77	Lisa Carlsson	1maj75	IK Orient	Strömstad	1993-07-18	
12,78	Evelina Olsson	24okt98	IK Orient	Uddevalla	2015-06-13	
12,78	Maria Carlsson	17jan81	Hälle IF	Uddevalla	1998-08-01	
12,78	Anna Brandt	25sep73	IK Orient	Skövde	1988-09-25	
12,79	Gunilla Andersson	17apr67	IK Orient	Stockholm/S	1985-09-20	
12,79	Linnea Gateman	28sep01	Strömstads IF	Nadderud, NOR	2020-06-17	
12,80	Elisabeth Aronsson	14mar63	IK Orient	Uddevalla	1980-08-18	
<i>medvind eltid</i>		<i>12,80w</i>				
11,92w	Matilda Hellqvist	28jul93	IK Orient	Sävedalen	2012-06-03	
12,03w	Therese Olofsson	16aug73	Hälle IF	Helsingborg	1991-07-26	
12,08w	Lisa Dahlström	14jun99	IK Orient	Göteborg/S	2016-06-11	
12,21w	Ulrika Granfors	1mar63	IK Orient	Stockholm/S	1979-09-15	
12,22w	Marianne Lindgren	16aug59	IK Orient	Göteborg/S	1976-08-15	
12,31w	Emelie Svensson	26aug89	Tanums IF	Sävedalen	2006-06-03	
12,37w	Marina Mårtensson	3sep73	IK Orient	Västerås	1989-09-24	
12,39w	Caroline Larsson	10nov93	IK Orient	Uddevalla	2009-07-25	
12,42w	Agnetha Nilsson	26jul78	IK Orient	Sävedalen	1993-06-05	
12,46w	Siri Fagerlund	22feb86	IK Orient	Uddevalla	2002-07-27	
12,53w	Josefin Johansson	16feb88	Eds SK	Karlstad	2003-08-23	
12,58w	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Uddevalla	1992-07-28	
12,61w	Felicia Sjöblom	20jan99	IK Orient	Skara	2015-06-06	
12,61w	Carina Karlsson	25apr78	Brattås CK	Sävedalen	1993-06-05	
12,63w	Anna Härsjö	28maj73	IK Orient	Göteborg/R	1989-09-03	
12,63w	Anna Brandt	25sep73	IK Orient	Borås	1988-07-16	
12,64w	Elin Skoglund-Jansson	12nov87	IK Orient	Sävedalen	2004-06-05	
12,66w	Tilda Andersson	10mar99	IK Orient	Göteborg/S	2016-06-11	
12,73w	Kristin Wahman	28feb92	IK Orient	Skara	2007-09-01	
12,73w	Maja Dahl	31dec90	Stenungsunds FI	Sävedalen	2004-06-06	
12,73w	Maria Carlsson	17jan81	Hälle IF	Trollhättan	1998-06-01	
12,73w	Helene Olsson	12feb73	Dals Södra FFI	Borås	1988-07-16	
12,73w	Angelica Johansson	1okt83	Hälle IF	Halmstad	2001-07-15	
12,75w	Helene Larsson	8nov75	Hälle IF	Västerås	1990-08-05	
12,76w	Elisabeth Aronsson	14mar63	IK Orient	Växjö	1981-05-28	
12,80w	Petronella Malmqvist	19feb83	Tanums IF	Sävedalen	2000-06-03	
<i>okänd vind</i>		<i>12,80w?</i>				
12,53w?	Moa Larsson	9maj85	IK Orient	Helsingborg	2003-07-12	
12,70w?	Carina Karlsson	25apr78	Brattås CK	Trollhättan	1994-05-29	
12,74w?	Mariell Olsson	15aug90	Strömstads IF	Strömstad	2005-09-04	
<i>manuella tider</i>		<i>12,6m</i>				
12,1m	Marianne Lindgren	16aug59	IK Orient	Kil	1975-05-25	vind +1,4
12,2m	Agnetha Nilsson	26jul78	IK Orient	Sävedalen	1996-06-01	vind+2,0
12,3m	Greta Magnusson	8mar29	Ödskölts IF	Uddevalla	1947-08-03	
12,3m	Elisabeth Aronsson	14mar63	IK Orient	Stenungsund	1981-06-16	
12,4m	Åsa Svernlind	22mar59	IK Orient	Sollentuna	1977-09-17	vind -0,7
12,4m	Berith Karlsson	25jan45	IK Orient	Floda	1964-08-30	
12,5m	Ewa Johansson	23mar52	IK Orient		1971-	

12,6m	Annika Irvestam	13mar68	Dals Södra FFI	Strömstad	1984-07-01	
12,6m	Gabriella Norberg	18dec66	IK Orient	Stenungsund	1982-06-29	vind+2,0

manuell medvind

12,6mw

12,2mw	Greta Magnusson	8mar29	Ödskölts IF	Östersund	1947-07-13	
12,5mw	Susanne Johansson	23apr67	Myggenäs FK	Lilla Edet	1983-09-03	
12,6mw	Gunilla Andersson	17apr67	IK Orient	Stenungsund	1989-08-13	

200 meter eltid

26,50

24,09	Angelica Karlsson	19jan93	Tanums IF	Göteborg/U	2012-09-02	
24,42	Matilda Hellqvist	28jul93	IK Orient	Uddevalla	2012-07-29	
24,83	Therese Olofsson	16aug73	Hälle IF	Växjö	1991-08-18	
24,85	Marianne Lindgren	16aug59	IK Orient	Karlstad	1975-08-10	
24,98	Veronica Fransson	28jul79	Hälle IF	Växjö	1998-06-07	
25,10	Mathilda Gustafsson	29feb00	Tanums IF	Göteborg/S	2016-06-12	
25,21	Lisa Dahlström	14jun99	IK Orient	Göteborg/S	2016-06-12	
25,35	Freja Jernstig	3jan92	Tanums IF	Sävedalen	2009-05-31	
25,41	Tilde Dahlberg	5apr06	Hälle IF	Uddevalla	2020-06-15	
25,46	Ulrika Granfors	1mar63	IK Orient	Stockholm/S	1979-09-02	
25,50	Emelie Svensson	26aug89	Tanums IF	Göteborg/U	2005-07-03	
25,66	Agnetha Nilsson	26jul78	IK Orient	Uddevalla	1993-08-01	
25,93	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Värnamo	1992-07-04	
25,95	Linnea Gateman	28sep01	Strömstads IF	Nittedal, NOR	2019-08-24	
26,01	Sofia Littenheim	25okt79	Hälle IF	Boden	1994-08-05	
26,04	Katarina Littenheim	25okt72	IK Orient	Borås	1991-08-08	
26,05	Marina Mårtensson	3sep73	IK Orient	Kil	1989-09-17	
26,09	Siri Fagerlund	22feb86	IK Orient	Malmö/He	2002-08-31	
26,11	Caroline Larsson	10nov93	IK Orient	Uddevalla	2009-07-26	
26,11	Lisa Carlsson	1maj75	IK Orient	Helsingborg	1993-07-10	
26,15	Elisabeth Aronsson	14mar63	IK Orient	Uddevalla	1981-06-04	
26,19	Maria Carlsson	17jan81	Hälle IF	Uddevalla	1998-08-02	
26,22	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Uddevalla	1989-07-29	
26,24	Ebba Jernmark Burrows	3okt00	Hälle IF	Skara	2016-09-03	
26,26	Annica Irvestam	13mar68	Dals Södra FFI	Skövde	1985-09-07	
26,44	Elin Skoglund-Jansson	12nov87	IK Orient	Göteborg/U	2004-07-04	
26,45	Carina Wiberg	13sep63	IK Orient	Uddevalla	1981-06-04	
26,46	Gunilla L Andersson	19feb66	IK Orient	Uddevalla	1982-06-22	
26,46	Moa Larsson	9maj85	IK Orient	Uddevalla	2000-06-17	
26,48	Jennie Hermansson	19apr75	Hälle IF	Borås	1993-06-03	
26,50	Emma Hvangård	18feb71	Hälle IF	Uddevalla	1990-07-28	

medvind eltid

26,50w

25,08w	Lisa Dahlström	14jun99	IK Orient	Hässleholm	2016-08-07	
26,28w	Anna Härsjö	28maj73	IK Orient	Stenungsund	1989-05-20	
26,30w	Emma Hvangård	18feb71	Hälle IF	Uddevalla	1990-08-05	
26,38w	Helene Olsson	12feb73	Dals Södra FFI	Norrköping	1988-05-28	
26,44w	Melissa Stenzon	31mar91	Stenungsunds FI	Halmstad	2004-08-29	
26,45w	Mariell Olsson	15aug90	Strömstads IF	Trelleborg	2006-05-25	

manuella tider

26,2m

24,5m	Marianne Lindgren	16aug59	IK Orient	Göteborg/S	1976-06-19	vind -1,6
25,2m	Ulrika Granfors	1mar63	IK Orient	Stenungsund	1981-06-17	
25,6m	Åsa Svernlind	22mar59	IK Orient	Lyngby, DAN	1976-07-18	vind +0,2
25,8m	Katarina Littenheim	25okt72	IK Orient	Lerum	1991-08-04	vind +2,0
26,1m	Berith Karlsson	25jan45	IK Orient		1964-	
26,2m	Susanne Johansson	23apr67	Myggenäs FK		1983-	

manuell medvind 26,2m
 26,0m Susanne Johansson 23apr67 Myggenäs FK Stenungsund 1984-05-31

19-bästa inomhus

26,51

24,96	Angelica Karlsson	19jan93	Tanums IF	Örebro/T	2012-02-18
25,10	Matilda Hellqvist	28jul93	IK Orient	Uddevalla	2012-01-21
25,27	Lisa Dahlström	14jun99	IK Orient	Göteborg/FH	2016-02-07
25,38	Veronica Fransson	28jul79	Hälle IF	Göteborg/FH	1998-01-31
25,46	Therese Olofsson	16aug73	Hälle IF	Göteborg/FH	1991-02-24
25,50	Freja Jernstig	3jan92	Tanums IF	Karlstad	2009-02-24
25,57	Mathilda Gustafsson	29feb00	Tanums IF	Göteborg/FH	2017-02-05
25,67	Sofia Littenheim	25okt79	Hälle IF	Göteborg/FH	1994-03-06
25,67	Linnea Gateman	28sep01	Strömstads IF	Steinkjer, NOR	2018-03-10
25,94	Tilde Dahlberg	5apr06	Hälle IF	Göteborg/FH	2020-02-01
25,97	Katarina Littenheim	25okt72	IK Orient	Göteborg/FH	1991-01-19
26,20	Melissa Stenzon	31mar91	Stenungsunds FI	Göteborg/FH	2007-11-25
26,29	Agnetha Nilsson	26jul78	IK Orient		1995-
26,29	Emelie Svensson	26aug89	Tanums IF	Karlstad	2006-01-07
26,38	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Göteborg/FH	1993-01-23
26,39	Caroline Larsson	10nov93	IK Orient	Göteborg/FH	2009-02-14
26,44	Elin Skoglund-Jansson	12nov87	IK Orient	Göteborg/FH	2006-02-18
26,48	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Göteborg/FH	1990-01-13
26,51	Sofi Malm	24sep80	IK Orient	Göteborg/FH	1994-12-10

bättre 94?

300 meter

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
41,54	Katarina Littenheim	25okt72	IK Orient	Göteborg/S	1991-06-04
41,57	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Göteborg/S	1993-06-29
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
42,45	Linnea Gateman	28sep01	Strömstads IF	Nesodden, NOR	2018-08-16
42,85	Ebba Jernmark Burrows	3okt00	Hälle IF	Lerum	2016-08-28
43,10	Ellen Widengård	2mar95	Tanums IF	Helsingborg	2009-07-11
43,22	Erica Johansson	4dec94	Tanums IF	Göteborg/U	2009-06-28
43,27	Miranda Uttgren	26mar98	Tanums IF	Göteborg/U	2012-07-08
43,28	Jennie Hermansson	19apr75	Hälle IF	Göteborg/S	1993-06-29
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
43,59	Emelie Brändström	5apr85	IK Orient	Uddevalla	2001-06-16
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
43,80	Anna Littenheim	14jan75	Hälle IF	Göteborg/S	1992-06-23
43,85	Emelie Svensson	26aug89	Tanums IF	Helsingborg	2003-07-13

manuell tid

44,0

41,6m+	Therese Olofsson	16aug73	Hälle IF	Stockholm/S	1991-09-28
43,0m	Emma Hvangård	18feb71	Hälle IF		1990-
43,4m	Eva Hedlund	7apr72	Hälle IF		1990-

Inomhus *manuell tid (mellantid)*

41,0m+	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Göteborg/FH	1993-02-14
--------	-----------------	---------	----------	-------------	------------

400 meter *eltid*

62,00

57,07	Therese Olofsson	16aug73	Hälle IF	Stockholm/S	1991-09-28
57,46	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Göteborg/S	1993-05-23
57,72	Katarina Littenheim	25okt72	IK Orient	Karlskrona	1991-07-23
57,87	Veronica Fransson	28jul79	Hälle IF	Uddevalla	1998-08-01
58,02	Linnea Gateman	28sep01	Strömstads IF	Göteborg/S	2019-08-10
58,18	Marianne Lindgren	16aug59	IK Orient	Göteborg/S	1978-07-22
58,71	Emelie Brändström	5apr85	IK Orient	Stockholm/S	2001-09-15
58,85	Ann-Charlotte Malm	26sep61	IK Orient	Göteborg/S	1978-06-04
59,06	Magdalena Ottersten	1feb85	Hälle IF	Uddevalla	2001-06-17
59,31	Louise Fredriksson	27aug80	Hälle IF	Uddevalla	1999-07-24
59,35	Erica Johansson	5dec94	Tanums IF	Göteborg/U	2010-07-03
59,49	Linnéa Borrmán	26apr01	Hälle IF	Göteborg/S	2020-07-25
59,54	Pernilla Nyström	18jan85	Hälle IF	Göteborg/S	2000-09-07
59,57	Annica Irvestam	13mar68	Dals Södra FFI	Stockholm/S	1985-09-21
59,57	Ulrika Granfors	1mar63	IK Orient	Stockholm/S	1981-09-19
59,58	Catarina Johnsson	13mar64	IK Orient	Karlstad	1980-08-09
59,89	Anette Blad	30jul67	Hälle IF	Göteborg/S	1985-05-14
59,99	Eva Hedlund	7apr72	Hälle IF	Sävedalen	1990-06-04
60,02	Emma Hvangård	18feb71	Hälle IF	Sävedalen	1990-06-03
60,19	Sara Arnjung	10sep83	Hälle IF	Göteborg/S	2001-09-06
60,25	Ebba Jernmark Burrows	3okt00	Hälle IF	Göteborg/S	2019-08-09
60,28	Nelly Elned	8apr06	Hälle IF	Uddevalla	2020-06-30
60,33	Anna Littenheim	14jan75	IK Orient	Uddevalla	1990-08-14
60,34	Jennie Hermansson	19apr75	IK Orient	Uddevalla	1992-05-23
60,41	Catharina Lysell	26okt60	Strömstads IF	Uddevalla	1978-07-30
60,53	Caroline Gertmo	8jul80	Tjörn-Nösås FI	Sävedalen	1997-06-08
60,54	Anita Johansson	4mar66	Hälle IF	Skövde	1984-06-02
60,69	Helene Johansson	6maj68	Hälle IF	Göteborg/S	1985-05-14
60,74	Anna Widerberg	9maj99	Hälle IF	Uddevalla	2016-05-26
60,76	Jenny Framme	12apr77	Hälle IF	Sävedalen	1996-06-02
60,99	Sara Hanfält	3okt80	Hälle IF	Helsingborg	1996-07-14
61,07	Ingela Karlsson	14maj71	Tanums IF	Värnamo	1987-09-13
61,10	Elin Hartelius	23jun82	Hälle IF	Helsingborg	2000-05-27
61,17	Anja Baatz	9mars90	Strömstads IF	Sävedalen	2006-06-03
61,18	Jeanette Härsjö	1apr70	IK Orient	Uddevalla	1989-07-23
61,41	Katarina Elofsson	11dec60	Melleruds IF	Helsingborg	1976-08-07
61,45	Johanna Gateman	25jun93	Strömstads IF	Karlstad	2010-08-13
61,48	Eleonor Thorsell	4dec66	IK Orient	Uddevalla	1984-06-18
61,50	Alicia Nilsson	15sep98	Stenungsunds FI	Halmstad	2015-06-27
61,54	Jenny Karlsson	16nov84	IK Orient	Kungälv	2003-05-24
61,72	Tilda Knauer	16mar03	Hälle IF	Kungsbacka	2018-08-25
61,97	Carina Andersson	4maj64	IK Orient	Uddevalla	1982-06-17
61,98	Christina Andersson	10jul67	Hälle IF	Skövde	1984-06-02

Manuell

62,0

58,0m	Marianne Lindgren	16aug59	IK Orient	Uddevalla	1976-07-25
59,7m	Katarina Elofsson	11dec60	Melleruds IF	Stockholm/S	1976-09-19
59,9m	Lena Hansson	23nov54	IK Orient	Paris, FRA	1973-07-25
60,0m	Eivy Jakobsson	23dec46	Melleruds IF	Malmö	1964-08-01
60,0m	Helene Johansson	6maj68	Hälle IF	Stenungsund	1984-05-31
60,0m	Åsa Svernlín	22mar59	IK Orient	Uddevalla	1976-07-25

60,6m	Agneta Hermansson	17nov59	IK Orient	Stockholm/S	1976-09-19
60,7m	Lillemor Rönnbrant	20apr51	IK Orient		1970-
61,0m	Monica Myrehag	7dec53	Uddevalla IS		1971-
61,2m	Gunilla Andersson	17apr67	IK Orient	Stenungsund	1983-06-14
61,9m	Anna Jarenfors	27okt92	Tanums IF	Mariestad	2006-08-20
61,9m	Anette Olsson	70	Tanums IF		1987-
62,0m	Eva Gerdén	29apr58	Melleruds IF	Frändefors	1975-08-13
62,0m	Kerstin Kollin	49	Dingle IF		1967-

19-bästa inomhus

62,00

57,62	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Göteborg/FH	1993-02-14	
58,58	Linnea Gateman	28sep01	Strömstads IF	Växjö	2019-02-24	
59,03	Linnéa Borрман	26apr01	Hälle IF	Göteborg/FH	2020-02-29	
59,28	Mathilda Gustafsson	29feb00	Tanums IF	Göteborg/FH	2016-02-06	
59,33	Katarina Littenheim	25okt72	IK Orient	Göteborg/FH	1990-12-09	
59,47	Freja Jernstig	3jan92	Tanums IF	Karlstad	2010-02-13	
59,56	Emelie Brändström	5apr85	IK Orient	Göteborg/FH	2000-12-03	
60,38	Ebba Jernmark Burrows	3okt00	Hälle IF	Malmö/A	2017-01-28	
60,45	Anna Littenheim	14jan75	IK Orient	Göteborg/FH	1991-12-07	60,03-91 OF
60,70	Eva Hedlund	7apr72	Hälle IF	Göteborg/FH	1991-01-27	
60,72	Erica Johansson	5dec94	Tanums IF	Göteborg/FH	2011-03-06	
60,75	Pernilla Nyström	18jan85	Hälle IF	Göteborg/FH	2001-02-03	
61,02	Anette Blad	30jul67	Hälle IF	Malmö/K	1985-01-20	
61,09	Magdalena Ottersten	1feb85	Hälle IF	Göteborg/FH	2000-02-19	
61,13	Anna Widerberg	9maj99	Hälle IF	Göteborg/FH	2015-12-05	
61,40	Sarah Arnjung	10sep83	Hälle IF	Malmö/A	2002-01-26	
61,42	Alicia Nilsson	15sep98	Stenungsunds FI	Göteborg/FH	2015-02-28	
61,55	Johanna Gateman	25jun93	Strömstads IF	Stange, NOR	2009-02-28	
61,95	Tilda Knauer	16mar03	Hälle IF	Göteborg/FH	2019-02-02	
62,02	Emma Hvangård	18feb71	Hälle IF	Göteborg/FH	1990-01-28	

Manuell tid

61,2m	Catarina Johnsson	13mar64	IK Orient	Göteborg/Sc	1980-02-09
-------	-------------------	---------	-----------	-------------	------------

600 meter

1.36	Eva Gerden	29apr58	Melleruds IF	Oslo/Stovner	1974-	obekräftat
1.38,31	Majken Söderlund Larsson	26jun07	Stenungsunds FI	Göteborg/S	2020-07-18	
1.38,52	Tilda Knauer	16mar03	Hälle IF	Kungälv	2019-06-23	
1.38,83	Nelly Elned	8apr06	Hälle IF	Göteborg/U	2019-06-28	

inomhus

1.39,6	Lena Hansson	23nov54	IK Orient	Stockholm/	1971-02-27/28	Koner?
--------	--------------	---------	-----------	------------	---------------	--------

800 meter

2.21

2.10,75	Magdalena Ottersten	1feb85	Hälle IF	Västerås	2001-07-03
2.10,93	Louise Fredriksson	27aug80	Hälle IF	Malmö/He	1999-08-07
2.11,33	Jenny Framme	12apr77	Hälle IF	Malmö/S	1996-06-27
2.11,73	Julia Svennblad	16mar03	Hälle IF	Göteborg/S	2020-08-29
2.13,06	Pernilla Nyström	18jan85	Hälle IF	Göteborg/U	2000-07-02
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
2.14,7m	Eva Gerdén	29apr58	Melleruds IF	Göteborg/S	1975-06-15
2.14,86	Linn Nilsson	15okt90	Hälle IF	Sävedalen	2009-05-31
2.15,10	Emelie Brändström	5apr85	IK Orient	Västerås	2001-08-03
2.15,3m	Lena Hansson	23nov54	IK Orient	Stockholm/S	1973-09-08
2.15,6m	Monica Myrehag	7dec53	Uddevalla IS	Mölnådal	1971-08-28
2.15,84	Tilda Knauer	16mar03	Hälle IF	Göteborg/S	2019-08-16
2.15,9m	Katarina Elofsson	11dec60	Melleruds IF	Malmö/Hä	1976-08-29

2.16,71	Ingela Karlsson	14maj71	Tanums IF	Helsingborg	1987-07-10
2.16,93	Sofia Svantesson	5feb73	Hälle IF	Sävedalen	1989-09-10
2.17,17	Anita Johansson	4mar66	Hälle IF	Stockholm/S	1984-09-23
2.17,91	Johanna Strömberg	11feb87	Hälle IF	Helsingborg	2005-07-09
2.18,0m	Marianne Hagelbrand	27okt55	Melleruds IF	Västerås	1974-06-28
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
2.18,7m	Catharina Lysell	26okt60	Strömstads IF	Uddevalla	1977-06-22
2.19,47	Louise Thörnäs	16jun71	Hälle IF	Uddevalla	1988-08-03
2.19,60	Sofia Littenheim	25okt79	Hälle IF	Stenungsund	1993-09-04
2.20,22	Alice Kristiansen	12okt94	Tanums IF	Västerås	2010-09-12
2.20,24	Elin Hartelius	23juni82	Hälle IF	Göteborg/R	2000-05-28
2.20,34	Anna Littenheim	14jan75	Hälle IF	Västerås	1993-09-18
2.20,97	Maria Johansson	3mar70	Dals Södra FFI	Uddevalla	1987-08-02
2.20,99	Sara Hanfält	3okt80	Hälle IF	Uddevalla	1996-06-15

obekräftat

2.16,24	Anita Johansson	4mar66	Hälle IF	Köln, BRD	1984-07-14
---------	-----------------	--------	----------	-----------	------------

12-bästa inomhus

(2.22)

2.13,38	Magdalena Ottersten	1feb85	Hälle IF	Göteborg/FH	2001-03-03	
2.15,30	Pernilla Nyström	18jan85	Hälle IF	Göteborg/FH	2000-02-20	
2.17,20	Jenny Framme	12apr77	Hälle IF	Göteborg/FH	1996-02-24	
2.17,27	Tilda Knauer	16mar03	Hälle IF	Växjö	2020-02-22	
2.17,86	Charlotta Ottersten	1feb85	Hälle IF	Göteborg/FH	2000-02-12	
2.18,86	Emelie Brändström	5apr85	IK Orient	Göteborg/FH	2000-12-02	
2.19,67	Majken Söderlund Larsson	26jun07	Stenungsunds FI	Göteborg/FH	2020-02-22	
2.21,61	Linn Nilsson	15okt90	Hälle IF	Göteborg/FH	2009-02-21	
2.21,7	Marianne Lindgren	16aug59	IK Orient	Falun	1974-03-03	Koner?
2.21,71	Sofia Littenheim	25okt79	Hälle IF	Göteborg/FH	1993-12-05	
2.21,73	Ingela Karlsson	14maj71	Tanums IF	Moss, NOR	1988-02-21	Koner?
2.21,82	Johanna Strömberg	11feb87	Hälle IF	Malmö/A	2003-01-26	

1000 meter

3.11

2.55,0m	Majken Söderlund Larsson	26jun07	Stenungsunds FI	Göteborg/S	2020-09-14	
3.00,3m	Linn Nilsson	15okt90	Hälle IF	Uddevalla	2008-06-01	
3.01,9m+	Jenny Framme	12apr77	Hälle IF	Uppsala	1995-08-19	mellantid
3.02,75	Tilda Knauer	16mar03	Hälle IF	Kungshamn	2020-07-08	
3.05,7m	Marianne Hagelbrand	27okt55	Melleruds IF		1971-	på UP-lista 29.7
3.06,06	Nelly Elned	8apr06	Hälle IF	Kungshamn	2020-07-08	
3.06,67	Ester Strand	18dec07	Hälle IF	Kungshamn	2020-07-08	
3.06,79	Anna Littenheim	14jan75	IK Orient	Lerum	1993-08-15	
3.07,05	Louise Thörnäs	16jun71	Hälle IF	Halmstad	1988-07-06	
3.09,0m	Johanna Berntsson	19mar92	Stenungsunds FI	Uddevalla	2008-06-01	
3.10,79	Louise Fredriksson	27aug80	Hälle IF	Kungälv	1999-06-27	

8-bästa inomhus

3.11

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

1500 meter

5.00

4.31,9m	Eva Gerdén	29apr58	Melleruds IF	Malmö/Hä	1975-07-27
4.32,54	Linn Nilsson	15okt90	Hälle IF	Karlskrona	2009-08-15
4.33,41	Jenny Framme	12apr77	Hälle IF	Helsingborg	1996-08-02
4.36,02	Julia Svennblad	16mar03	Hälle IF	Göteborg/S	2020-09-03
4.36,11	Louise Fredriksson	27aug80	Hälle IF	Stockholm/S	1997-08-29
4.36,5m	Marianne Hagelbrand	27okt55	Melleruds IF	Malmö	1973-08-11
4.37,67	Magdalena Ottersten	1feb85	Hälle IF	Jönköping	2001-05-29
4.38,9m	Monica Myrehag	7dec53	Uddevalla IS	Göteborg/S	1972-07-22
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
4.46,30	Johanna Strömberg	11feb87	Hälle IF	Huddinge	2006-08-04
4.46,68	Tilda Knauer	16mar03	Hälle IF	Göteborg/S	2020-07-18
4.48,0m	Katarina Elofsson	11dec60	Melleruds IF	Linköping	1977-07-03
4.50,29	Sofia Svanteson	5feb73	Hälle IF	Västerås	1989-09-22
4.52,2m	Ann Gravander	28apr66	Tanums IF	Stenungsund	1982-05-22
4.52,48	Maja Hultin	29sep96	IK Orient	Göteborg/U	2012-07-07
4.52,71	Charlotta Ottersten	1feb85	Hälle IF	Sollentuna	2000-06-11
4.53,88	Ester Strand	18dec07	Hälle IF	Mölndal	2020-08-08
4.54,2m	Maria Johansson	3mar70	Dals Södra FFI	Göteborg/R	1988-09-04
4.54,31	Solgerd Eydal	24apr79	Hälle IF	Lerum	1994-08-14
4.54,49	Sandra Hansson	2apr80	Hälle IF	Uddevalla	1995-06-26
4.54,61	Johanna Berntsson	19mar92	Stenungsunds FI	Täby	2008-08-08
4.55,65	Gabriella Fredriksson	8apr77	Melleruds IF	Uddevalla	1992-06-16
4.56,54	Hanna Strand	19maj09	Hälle IF	Mölndal	2020-08-08
4.59,24	Alice Kristiansen	12okt94	Tanums IF	Uddevalla	2012-07-29

17-bästa inomhus

4.32,7	Magdalena Ottersten	1feb85	Hälle IF	Göteborg/FH	2001-03-04	
4.38,47	Jenny Framme	12apr77	Hälle IF	Malmö/A	1996-02-10	
4.44,08	Linn Nilsson	15okt90	Hälle IF	Göteborg/FH	2009-03-08	
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	
4.45,98	Tilda Knauer	16mar03	Hälle IF	Uddevalla	2019-03-02	
4.47,90	Majken Söderlund Larsson	26jun07	Stenungsunds FI	Göteborg/FH	2020-02-02	
4.49,59	Johanna Berntsson	19mar92	Stenungsunds FI	Göteborg/FH	2009-03-08	
4.52,71	Johanna Strömberg	11feb87	Hälle IF	Göteborg/FH	2003-01-19	
4.54,30	Maja Hultin	29sep96	IK Orient	Uddevalla	2013-02-24	
4.56,67	Ann Gravander	28apr66	Tanums IF	Göteborg/Sc	1982-02-06	Koner?
4.56,8m	Eva Gerdén	29apr58	Melleruds IF	Göteborg/Sc	1975-03-02	Koner?
4.57,47	Linda Hjelm	19jan83	Hälle IF	Sätra	2000-02-27	
4.57,75	Ester Torstensson	8jun96	IK Orient	Göteborg/FH	2015-02-07	
4.59,90	Hilda Törngård	27aug04	Hälle IF	Göteborg/FH	2019-02-24	
4.59,92	Solgerd Eydal	24apr79	Hälle IF	Göteborg/FH	1995-12-10	
4.59,97	Elin Hartelius	23jun82	Hälle IF	Malmö/A	2000-01-29	

En engelsk mil (1 609,35 meter)**2000 meter**

7.00

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	
6.45,2m+	Jenny Framme	12apr77	Hälle IF	Uppsala	1995-08-20	mellantid
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	

3000 meter

11.00

9.48,74	Jenny Framme	12apr77	Hälle IF	Helsingborg	1996-08-04	
9.58,6m	Marianne Hagelbrand	27okt55	Melleruds IF	Malmö	1974-08-02	
9.59,67	Linn Nilsson	15okt90	Hälle IF	Karlskrona	2009-08-16	
10.02,29	Louise Fredriksson	27aug80	Hälle IF	Stockholm/S	1997-08-30	
10.14,8m	Ann-Marie Ågren	4okt47	IK Orient	Norrköping	1980-08-01	
10.28,38	Charlotta Ottersten	1apr85	Hälle IF	Lerum	2000-08-06	
10.31,46	Johanna Strömberg	11feb87	Hälle IF	Sävedalen	2005-06-05	
10.32,24	Maja Hultin	29sep96	IK Orient	Göteborg/U	2012-07-09	
10.38,02	Gabriella Fredriksson	8apr77	Melleruds IF	Mora	1992-06-27	
10.39,70	Ann Gravander	28apr66	Tanums IF	Uddevalla	1982-06-17	
10.41,60	Rebecka Andersson	29aug93	Strömstad LK	Oslo, NOR	2009-05-24	
10.44,42	*Ana Nedeljkovicova	28sep00	IK Orient	Helsingborg	2017-07-07	
10.46,9m	Louise Thörnäs	16jun71	Högsäters GF	Uddevalla	1986-09-06	
10.49,19	Tilda Knauer	16mar03	Hälle IF	Trollhättan	2019-08-09	
10.58,01	Maria Gustavsson	5apr71	IK Orient	Uddevalla	1990-06-20	
10.59,2m	Maria Johansson	3mar70	Dals Södra FFI	Frändefors	1988-08-17	

4-bästa inomhus

10.32,66	Charlotta Ottersten	1feb85	Hälle IF	Göteborg/FH	2000-02-20	
10.35,16	Jenny Framme	12apr77	Hälle IF	Göteborg/FH	1995-01-29	
10.44,94	Rebecka Andersson	29aug93	Strömstad LK	Göteborg/FH	2009-02-14	
11.01,74	Maria Gustavsson	5apr71	IK Orient	Göteborg/FH	1989-12-10	

5000 meter

21.00

18.06,56	Jenny Framme	12apr77	Hälle IF	Malmö/S	1995-06-29	
19.00,57	Rebecka Andersson	29aug93	Strömstad LK	Lerum	2009-06-18	
20.09,90	Irma Törngård	25mar03	Hälle IF	Uddevalla	2019-06-18	
20.52,72	Laura Vilkeviciote	3mar96	IK Orient	Motala	2014-05-29	

10000 meter

43.00

Halvmarathon (21.097,5m väg)

1.31,00

1.27,40	Rebecka Andersson	29aug93	Strömstad LK	Göteborg	2011-05-21	
1.28,00	Maja Hultin	29sep96	IK Orient	Göteborg	2013-10-12	
1.28,39	Karin Jansson	15dec66	Herrestads AIF	Uddevalla	1985-08-17	ej friidrottskl

2000m hinder 76,2 cm

9.00

8.17,59	Frida Hansson	18aug97	Stenungsunds FI	Lidköping	2015-06-27	
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

60m häck inomhus (84,0 - 13 - 8,5)

10,0

8,83	Gunilla Andersson	17apr67	IK Orient	Solna	1984-02-11
8,88	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Göteborg/FH	1993-02-14
8,96	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Göteborg/FH	1993-02-14
9,18	Ulrika Nilsson	27jun84	IK Orient	Göteborg/FH	2002-02-24
9,24	Moa Larsson	9maj85	IK Orient	Malmö/A	2004-02-15
9,28	Astrid Lees	16feb99	Brattås CK	Uppsala	2018-02-25
9,29	Åsa Svernlung	22mar59	IK Orient	Falun	1977-03-12/13
9,35	Maria Gylfe	5sep77	IK Orient	Göteborg/FH	1994-03-06
9,38	Gunilla L Andersson	19feb66	IK Orient	Solna	1984-02-11
9,44	Angelica Johansson	1okt83	Hälle IF	Göteborg/FH	2001-01-20
9,45	Åsa Blomqvist	27feb76	Hälle IF	Göteborg/FH	1992-12-05
9,49	Jeanette Härsjö	1apr70	IK Orient	Askim, NOR	1988-02-21
9,50	Eva Hedlund	7apr72	Hälle IF	Karlstad	1990-02-03
9,51	Anna Härsjö	28mar73	IK Orient	Göteborg/FH	1990-01-28
9,64	Charlotte Johansson	17jun86	IK Orient	Sätra	2004-01-25
9,70	Helene Larsson	8nov75	Hälle IF	Göteborg/FH	1992-12-05
9,77	Ann Högberg	3feb73	Hälle IF	Göteborg/FH	1990-01-20
9,80	Frida Hansson	18aug97	Stenungsunds FI	Göteborg/FH	2014-12-06
9,95	Ulrika Pettersson	6dec71	Tanums IF	Karlstad	1988-01-23

80m häck 84,0 cm

15,0

okänd vind

12,8m	Ewa Johansson	23mar52	IK Orient	Mellerud	1968-09-21
13,1m	Ann-Sofie Järnström	16jul49	IK Orient	Uddevalla	1968-08-01
13,2m	Maj-Britt Patriksson	8maj45	Skärhamns IK	Västerås	1961-07-09
13,6m	Anna-Lisa Nöjd	8aug37	Färgelanda IF		1954-
13,6m	Viola Johansson	48	Tanums IF	Uddevalla	1965-09-05
13,7m	Inga-Lill Nöjd	23nov49	Ellenö IK	Uddevalla	1965-08-05
13,8m	Berith Karlsson	45	IK Orient		1962-
14,0m	Lena Hansson	23nov54	IK Orient		1969-
14,1m	Lena Johansson	49	Melleruds IF		1964-
14,1m	Inger Alm	49	Melleruds IF		1963-
14,3m	Barbro Lundgren	49	Melleruds IF	Uddevalla	1965-09-05
14,8m	Mette Fila	55	IK Gullmarshov		1971-
14,8m	Birgitta Johnsson	48	OK Roto		1964-
15,0m	Eva Enander	55	Melleruds IF		1968-
15,0m	Ella Bäck	49	Tanums IF		1966-
15,0m	Eva-Lisa Hansson	9aug47	Tanums IF	Uddevalla	1965-08-05

senare Örn

100m häck 84,0 cm eltider

16,09

14,62	Gunilla Andersson	17apr67	IK Orient	Västerås	1985-08-15
14,65	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Värnamo	1992-07-04
14,66	Ulrika Nilsson	27jun84	IK Orient	Göteborg/U	2001-07-01
14,82	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Västerås	1992-07-31
15,02	Åsa Svernlung	22mar59	IK Orient	Hässleholm	1978-08-26
15,14	Lisa Carlsson	1maj75	IK Orient	Uddevalla	1993-06-15
15,15	Gunilla L Andersson	19feb66	IK Orient	Karlskrona	1982-06-05
15,23	Moa Larsson	9maj85	IK Orient	Helsingborg	2004-07-11
15,29	Åsa Blomqvist	27feb76	Hälle IF	Västerås	1991-05-25
15,46	Carina Karlsson	25apr78	Brattås CK	Sävedalen	1994-06-05

15,53	Astrid Lees	16feb99	Brattås CK	Huddinge	2018-08-05
15,64	Jeanette Härslö	1apr70	IK Orient	Uddevalla	1989-08-15
15,89	Helene Larsson	8nov75	Hälle IF	Sävedalen	1992-05-31
15,89	Eva Hedlund	7apr72	Hälle IF	Stenungsund	1989-05-20
15,92	Isabell Friberg	7apr84	IK Orient	Uddevalla	2001-06-17

eltider medvind

14,58w	Ulrika Nilsson	27jun84	IK Orient	Stockholm/S	2001-09-15
14,68w	Gunilla L Andersson	19feb66	IK Orient	Göteborg/S	1983-08-28
14,81w	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Uddevalla	1992-07-28
15,48w	Isabell Friberg	7apr84	IK Orient	Sävedalen	2001-06-04
15,69w	Anna Fälth	1apr71	IK Orient	Uddevalla	1990-08-14
15,87w	*Aki Honma	10maj77	Strömstads IF	Sävedalen	1996-06-02
16,02w	Emma Harrysson	6maj97	Brattås CK	Habo	2013-06-01
16,05w	Maria Gylfe	5sep77	IK Orient	Sävedalen	1994-06-05

manuell tidtagning

14,6m	Åsa Svernlö	22mar59	IK Orient	Tallinn, EST	1978-09-23
15,4m	Ewa Johansson	23mar52	IK Orient		1969-
15,5m	Eva Hedlund	7apr72	Hälle IF	Uddevalla	1989-05-13

manuell tidtagning medvind

14,3mw	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Uddevalla	1990-05-19
15,1mw	Ewa Johansson	23mar52	IK Orient		1969-

200m häck

okänd vind

28,8m	Ewa Johansson	23mar52	IK Orient	Sollentuna	1971-07-22
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 76,2cm

48,00 på mästerskap 2002 - 2013

43,63	Katarina Littenheim	25okt72	IK Orient	Örebro	1990-08-25
43,69	Freja Jernstig	3jan92	Tanums IF	Karlskrona	2009-08-16
43,72	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Mora	1992-08-09
44,58	Gunilla Andersson	17apr67	IK Orient	Stockholm/S	1983-09-16
44,70	Sofia Littenheim	25okt79	Hälle IF	Stockholm/S	1994-09-17
45,18	Eva Hedlund	7apr72	Hälle IF	Uddevalla	1990-08-04
45,36	Ebba Jernmark Burrows	3okt00	Hälle IF	Gävle	2017-08-13
45,51	Ulrika Nilsson	27jun84	IK Orient	Helsingborg	2000-07-08
45,51	Jeanette Härslö	1apr70	Brattås CK	Stockholm/S	1986-09-21
45,59	Cecilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Bollnäs	1989-08-13
45,79	Jenny Karlsson	16nov84	IK Orient	Halmstad	2003-07-19
46,33	Mariell Olsson	15aug90	Strömstads IF	Nyköping	2006-08-05
46,34	Lina Hansson	22feb90	IK Orient	Uddevalla	2009-07-25
46,40	Moa Larsson	9maj85	IK Orient	Uddevalla	2002-08-10
46,49	Annika Knutsson	29apr66	IK Orient	Stockholm/S	1981-09-18
46,55	Therese Olofsson	16aug73	Brattås CK	Bollnäs	1989-08-12
46,68	Hanna Hedin	25maj02	Hälle IF	Halmstad	2019-06-16
46,74	Anita Johansson	4mar66	Hälle IF	Stockholm/S	1982-09-17
46,76	Erica Johansson	5dec94	Tanums IF	Uddevalla	2009-07-25
47,10	Maria Gylfe	5sep77	IK Orient	Uddevalla	1993-07-31
47,23	Linnéa Borrman	26apr01	Strömstads IF	Huddinge	2018-08-05
47,26	Carina Blad	69	Hälle IF	Stockholm/S	1985-09-07
47,34	Elisabeth Johansson	5apr79	IK Orient	Stockholm/S	1995-09-16
47,39	Åsa Olsson	71	Hälle IF	Stenungsund	1988-06-28
47,86	Alicia Nilsson	15sep98	Stenungsunds FI	Göteborg/U	2015-07-03

47,90	Frida Hansson	18aug97	Stenungsunds FI	Göteborg/U	2013-06-28
47,97	Sara Arnljung	10sep83	Hälle IF	Uddevalla	1998-08-01
47,99	Catrine Carlberg	25feb80	Hälle IF	Karlstad	1997-08-16

manuell tidtagning

46,4m	Anita Johansson	4mar66	Hälle IF	Halmstad	1983-07-16
46,8m	Anna Härsjö	28maj73	IK Orient	Uddevalla	1989-05-15

400m häck 76,2 cm

70,00

61,60	Katarina Littenheim	25okt72	IK Orient	Helsingborg	1991-07-12
62,87	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Borås	1993-05-18
63,73	Ebba Jernmark Burrows	3okt 00	Hälle IF	Kristiansand, NOR	2019-08-18
63,97	Freja Jernstig	3jan92	Tanums IF	Sollentuna	2009-06-06
63,97	Gunilla Andersson	17apr67	IK Orient	Borås	1984-05-31
64,26	Eva Hedlund	7apr72	Hälle IF	Kalmar	1990-06-16
65,42	Jenny Karlsson	16nov84	IK Orient	Uddevalla	2003-07-27
65,75	Jeanette Härsjö	1apr70	IK Orient	Gävle	1989-08-12
66,52	Anita Johansson	4mar66	Hälle IF	Uddevalla	1984-06-20
67,31	Lina Hansson	22feb90	IK Orient	Hässleholm	2008-08-16
67,63	Åsa Olsson	4mar71	Hälle IF	Uddevalla	1987-06-03
67,80	Mariell Olsson	15aug90	Strömstads IF	Borås	2005-09-24
68,20	Frida Hansson	18aug97	Stenungsunds FI	Göteborg/U	2015-07-03
68,37	Ulrika Nilsson	27jun84	IK Orient	Malmö/S	2000-08-27
68,80	Åsa Svernlung	22mar59	IK Orient	Uddevalla	1978-06-21
69,27	Ann-Charlotte Malm	26sep61	IK Orient	Uddevalla	1979-06-13
69,32	Catrine Carlberg	25feb80	Hälle IF	Uddevalla	1999-07-24
69,33	Maria Gylfe	5sep77	IK Orient	Uddevalla	1992-05-23
69,35	Ingela Karlsson	14maj71	Tanums IF	Uddevalla	1987-06-03
69,44	Annika Knutsson	9jun66	IK Orient	Uddevalla	1982-06-15
69,79	Elisabeth Johansson	5apr79	IK Orient	Norrköping	1995-09-10

manuella tider

70,00

64,0m	Eva Hedlund	7apr72	Hälle IF	Uddevalla	1990-05-19
64,6m	Jeanette Härsjö	1apr70	IK Orient	Halmstad	1989-07-01
66,7m	Åsa Svernlung	22mar59	IK Orient	Linköping	1977-06-04
67,0m	Therese Olofsson	16aug73	Brattås CK	Simrishamn	1989-07-01
69,1m	Carina Andersson	4maj64	IK Orient	Skövde	1982-05-22
69,2m	Mariell Olsson	15aug90	Strömstads IF	Stenungsund	2006-08-20
69,3m	Kristin Söderholm	23sep59	IK Orient	Göteborg/S	1976-06-19
69,7m	Freja Jernstig	3jan92	Tanums IF	Mariestad	2006-08-20

Höjd

1,60

1,85	Ann Högberg	3feb73	Hälle IF	Helsingborg	1991-07-28
1,84	Angelica Johansson	1okt83	Hälle IF	Växjö	2001-08-26
1,78	Jessica Hammarqvist	4mar74	Hälle IF	Mora	1992-08-09
1,75	Åsa Svernlung	22mar59	IK Orient	Stockholm/S	1978-07-29
1,75	Camilla Löf	19okt90	IK Orient	Uddevalla	2009-07-26
1,74	Andrea Åhlin	23feb86	Strömstads IF	Kil	2003-07-19
1,73	Lisa Carlsson	1maj75	IK Orient	Uddevalla	1992-05-23
1,70	Kristin Söderholm	23sep59	IK Orient	Uddevalla	1975-07-06
1,70	Christina Sundberg	6apr60	IK Orient	Stockholm/S	1977-09-24
1,68	Johanna Berg	28apr88	IK Orient	Gävle	2005-09-11
1,67	Lena Johansson	29jan67	Myggenäs FK	Uddevalla	1985-06-19
1,67	Ellen Hedin	14feb00	IK Orient	Halmstad	2015-06-27
1,67	Sofia Wingård	23feb 02	IK Orient	Göteborg/U	2016-07-03
1,64	Kristina Larsson	3okt66	IK Orient	Uddevalla	1985-08-27

1,66	Ann-Charlotte Malm	26sep61	IK Orient	Stockholm/S	1977-09-24	
1,63	Charlotte Lundgren	15jun76	Smögens IF	Göteborg/R	1994-05-19	
1,63	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Parkano, FIN	1990-07-07	
1,63	Sofia Eléhn	25maj73	IK Orient	Örebro	1989-07-14	
1,63	Anna Härsjö	28maj73	IK Orient	Göteborg/R	1989-09-03	
1,63	Christina Andersson	10jul67	Hälle IF	Uddevalla	1984-06-20	
1,63	Gunilla L Andersson	19feb66	IK Orient	Uddevalla	1980-08-10	
1,63	Carolin Lindgren	28aug92	Brattås CK	Uddevalla	2008-07-27	sen Kobel
1,63	Helena Abrahamsson	5dec90	Stenungsunds FI	Stenungsund	2007-06-17	
1,62	Frida Wikenstedt	16apr96	Strömstads IF	Sävedalen	2011-06-11	
1,62	Weronika Zienkiewicz	2aug58	IK Orient	Uddevalla	1975-08-02	
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	Andrea Eriksson	22mar92	IK Orient	Sollentuna	2008-09-13	
1,61	Elina Bergman	17feb01	Brattås CK	Lidköping	2016-06-18	
1,60	Maj-Britt Patriksson	8maj45	Skärhamns IK		1961-	
1,60	Åsa Blomqvist	27feb76	Hälle IF	Trollhättan	1994-05-29	
1,60	Kajsa Oderbrandt	6mar74	IK Zeus	Falköping	1992-05-23	
1,60	Anna Johansson	8jun70	Dals Södra FFI	Uddevalla	1986-07-03	
1,60	Gunilla Andersson	17apr67	IK Orient	Karlskrona	1982-06-05	
1,60	Kajsa Gustavsson	28maj66	Dals Södra FFI	Mariestad	1982-06-06	
1,60	Karin Bragéé	30mar62	Tanums IF	Uddevalla	1978-06-21	
1,60	Åsa Granberg	5jun71	IK Orient	Göteborg/S	1988-07-02	
1,60	Maria Aldeborg	17jan85	IK Orient	Uddevalla	2002-07-28	
1,60	Caroline Lantz	5sep88	Dals Södra FFI	Trollhättan	2005-05-18	
1,60	Hanna Hedin	25maj02	Hälle IF	Göteborg/U	2019-06-30	

10-bästa inomhus + några till

1,60

1.82	Ann Högberg	3feb73	Hälle IF	Solna	1991-02-09	
1.78	Angelica Johansson	1okt83	Hälle IF	Göteborg/FH	2000-01-22	
1.76	Jessica Hammarqvist	4mar74	Hälle IF	Göteborg/FH	1992-12-05	
1.75	Lisa Carlsson	1maj75	IK Orient	Göteborg/FH	1992-03-08	
1.75	Andrea Åhlin	23feb86	Strömstads IF	Karlstad	2004-01-24	
1.71	Åsa Svernlung	22mar59	IK Orient	Göteborg/Sc	1975-03-02	
1.70	Kristin Söderholm	23sep59	IK Orient	Falun	1977-03-12	
1.70	Christina Sundberg	6apr60	IK Orient	Tanumshede	1978-03-05	
1.70	Camilla Löf	19okt90	IK Orient	Borås	2009-01-17	
1.70	Sofia Wingård	23feb 02	IK Orient	Växjö	2017-01-21	

1.67	Caroline Lantz	5sep88	Dals Södra FFI	Karlstad	2006-01-07	
1.65	Anna Johansson	8jun70	Dals Södra FFI	Moss, NOR	1986-03-02	
1.65	Anna Härsjö	28maj73	IK Orient	Göteborg/FH	1990-01-28	
1.65	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Växjö	1991-02-02	
1.65	Helena Abrahamsson	5dec90	Stenungsunds FI	Göteborg/FH	2007-03-04	
1.64	Petra Svanberg	15mar95	Stenungsunds FI	Borås	2009-01-17	
1.63	Weronika Zienkiewicz	2aug58	IK Orient	Uddevalla/?	1975-01-25	
1.63	Gunilla Andersson	17apr67	IK Orient	Göteborg/Sh	1981-03-14	
1.63	Maria Aldeborg	17jan85	IK Orient	Göteborg/FH	2002-03-03	
1.63	Matilda Syversen	6juni98	IK Orient	Göteborg/FH	2013-02-24	
1.63	Tilde Johansson	14okt02	Bokenäs IF	Göteborg/FH	2017-11-18	
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	Åsa Blomqvist	27feb76	Hälle IF	Askim, NOR	1994-02-05	
1.60	Frida Hansson	18aug97	Stenungsunds FI	Göteborg/FH	2012-03-04	
1.60	Hanna Hedin	25maj02	IK Orient	Göteborg/FH	2017-11-18	

1.60 Kim Rodén 1aug03 Håfreströms IF Göteborg/FH 2018-02-03

Stav

2,40

4.15 Klara Mattsson 28nov97 IK Orient Bydgoszcz, POL 2016-07-19
3,40 Sara Eriksson 18jan92 IK Orient Vellinge 2007-08-12
3,17 Sofia Wingård 23feb02 IK Orient Göteborg/U 2016-07-02
3,10 Linnea Weding-Holmgren 12aug80 Hälle IF Läppävaara, FIN 1999-08-28
3,10 Amanda Mattsson 26maj96 IK Orient Uddevalla 2012-06-09
2,93 Ebba Bremer 28mar04 Brattås CK Uddevalla 2017-09-09
2,80 Amanda Backlund 17feb99 IK Orient Uddevalla 2015-06-13
2,80 Alice Bredström 11maj07 Brattås CK Uddevalla 2020-06-10
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

11-bästa inomhus

2,40

4.15 Klara Mattsson 28nov97 IK Orient Göteborg/FH 2016-02-06
3.22 Sara Eriksson 18jan92 Dals Södra FFI Göteborg/FH 2008-02-03
3.20 Amanda Mattsson 26maj96 IK Orient Göteborg/FH 2012-12-09
3.11 Ebba Bremer 28mar04 Brattås CK Göteborg/FH 2017-11-19
3.10 Sofia Wingård 23feb02 IK Orient Borås 2016-03-13
2.95 Linnea Weding-Holmgren 12aug80 Hälle IF Malmö/A 1999-02-28
2.80 Amanda Backlund 17feb99 IK Orient Uddevalla 2016-01-09
2.75 Linda Rundahl 23apr84 IK Orient Karlstad 2000-02-06
2.70 Jonna Andersson 27jan04 Brattås CK Göteborg/FH 2017-11-19
2,60 Tilia Olsson 9jun06 Bokenäs IF Uddevalla 2020-03-06
2.40 Siri Fagerlund 22feb86 IK Orient Karlstad 2001-02-11

Längd

5,40

6,16 Christina Sundberg 6apr60 IK Orient Hässleholm 1978-08-26
5,96 Veronica Fransson 28jul79 Hälle IF Stockholm/S 1998-07-26
5,93 Sara Sjögren 6juni98 Stenungsunds FI Göteborg/U 2017-07-01
5,89 Melissa Stenzon 31mar91 Stenungsunds FI Stenungsund 2006-08-12
5,82 Matilda Hellqvist 28jul93 IK Orient Kungsbacka 2012-09-02
5,81 Åsa Svernlund 22mar59 IK Orient Vittel, FRA 1977-09-03
5,81 Sofi Malm 24sep80 IK Orient Uddevalla 1995-07-29
5,73 Helene Larsson 8nov75 Hälle IF Helsingborg 1991-07-14
5,69 Lisa Carlsson 1maj75 IK Orient Uddevalla 1992-05-23
5,65 Ulrika Nilsson 27jun84 IK Orient Sollentuna 2002-06-01
5,60 Emelie Svensson 26aug89 Tanums IF Sävedalen 2005-06-04
5,58 Maria Lisshamre 21mar74 Hälle IF Uddevalla 1992-06-18
5,56 Angelica Karlsson 19jan93 Tanums IF Västerås 2009-09-13
5,55 Angelica Johansson 1okt83 Hälle IF Sävedalen 1999-06-05
5,55 Ann-Sofie Falk 23feb75 Brattås CK Stenungsund 1991-06-09
5,53 Carola Pettersson 15feb60 Eds SK Frändefors 1977-06-08
5,52 Anna Fälth 1apr71 IK Orient Karlskrona 1990-05-19
5,51 Åsa Blomqvist 27feb76 Hälle IF Västerås 1993-08-01
5,50 Helene Olsson 12feb73 Dals Södra FFI Malmö/Hä 1988-08-20
5,50 Greta Magnusson 8mar29 Ödskölts IF 1947-
5,49 Maj-Britt Patriksson 8maj45 Skärhamns IK 1961-
5,48 Petronella Malmqvist 19feb83 Tanums IF Uddevalla 2000-06-17
5,47 Marina Mårtensson 3sep73 IK Orient Uddevalla 1992-08-01
5,47 Moa Larsson 9maj85 IK Orient Stockholm/S 2001-09-16

5,45	Helen Korpi	4aug68 Hälle IF	Lund	1984-06-30
5,44	Anna Härsjö	28maj73 IK Orient	Borås	1989-07-16
5,43	Tilde Dahlberg	5apr06 Hälle IF	Kungälv	2020-07-04
5,42	Kajsa Gustafsson	28maj66 Dals Södra FFI	Frändefors	1983-06-18
5,41	Malin Wilhelmsson	20jan73 Dals Södra FFI	Uddevalla	1987-05-23

medvind

5,40

5,90w	Åsa Svernlings	22mar59 IK Orient	Göteborg/S	1976-08-14
5,88w	Matilda Hellqvist	28jul93 IK Orient	Kungsbacka	2012-09-02
5,75w	Helene Larsson	8nov75 Hälle IF	Borås	1991-07-07
5,61w	Anna Härsjö	28maj73 IK Orient	Västerås	1989-09-24
5,60w	Carina Karlsson	25apr78 Brattås CK	Sävedalen	1994-06-05
5,58w	Malin Wilhelmsson	20jan73 Dals Södra FFI	Norrköping	1988-05-23
5,57w	Angelica Johansson	1okt83 Hälle IF	Sävedalen	2001-06-04
5,52w	Moa Larsson	9maj85 IK Orient	Sävedalen	2002-06-01
5,51w	Helen Korpi	4aug68 Hälle IF	Stenungsund	1985-05-27
5,48w	Veronica Fohlén	30okt77 IK Orient	Göteborg/S	1994-05-15

11-bästa inomhus + några till

5.40

5.92	Christina Sundberg	6apr60 IK Orient	Göteborg/Sc	1979-01-28
5.88	Melissa Stenzon	31mar91 Stenungsunds FI	Karlstad	2007-03-03
5.83	Åsa Svernlings	22mar59 IK Orient	Falun	1977-03-12
5.76	Sofi Malm	24sep80 IK Orient	Borlänge	1996-02-18
5.70	Sara Sjögren	6juni98 Stenungsunds FI	Göteborg/FH	2017-02-19
5.58	Maria Lisshamre	21mar74 Hälle IF	Solna	1991-02-09
5.57	Matilda Hellqvist	28jul93 IK Orient	Göteborg/FH	2010-02-13
5.56	Helene Larsson	8nov75 Hälle IF	Göteborg/FH	1992-01-18
5.52	Ann-Sofie Falk	23feb75 Brattås CK	Göteborg/FH	1991-01-20
5.51	Angelica Johansson	1okt83 Hälle IF	Göteborg/FH	2002-01-19
5.51	Ulrika Nilsson	27jun84 IK Orient	Göteborg/FH	2002-02-23
	<u>låg grop</u>			
5.90	Sofi Malm	24sep80 IK Orient	Askim, NOR	1996-02-10
5.52	Åsa Blomqvist	27feb76 Hälle IF	Askim, NOR	1994-02-05
5.50	Cicilia Pringle	20maj74 Hälle IF	Moss, NOR	1989-03-11
5.47	Malin Wilhelmsson	20jan73 Dals Södra FFI	Moss, NOR	1988-03-19
	<u>skoltävling</u>			
5.41	Carina Karlsson	25apr78 Brattås CK	Henån	1994-03-23

Tresteg

10,80

12,08	Sara Sjögren	6jun98 Stenungsunds FI	Gävle	2017-08-13
12,04	Sofi Malm	24sep80 IK Orient	Mölnadal	1996-06-19
11,93	Jessica Hammarqvist	4mar74 Hälle IF	Uddevalla	1993-06-15
11,72	Anna Härsjö	28mar73 IK Orient	Borås	1991-08-08
11,71	Ulrika Nilsson	27jun84 IK Orient	Stockholm/S	2000-09-15
11,69	Viktoria Kemborn	2okt97 Stenungsunds FI	Göteborg/U	2013-06-30
11,59	Matilda Hellqvist	28jul93 IK Orient	Norrköping	2009-05-21
11,40	Melissa Stenzon	31mar91 Stenungsunds FI	Stockholm/S	2006-09-16
11,39	Susanna Eggertsen	30apr81 IK Orient	Sundsvall	1999-08-14
11,34	Malin Wilhelmsson	20jan73 Dals Södra FFI	Tranås	1990-09-30
11,31	Andrea Åhlin	23feb86 Strömstads IF	Stockholm/S	2003-09-14
11,29	Caroline Karlsson	28maj90 IK Orient	Stockholm/S	2006-09-15
11,22	Camilla Löf	19okt90 IK Orient	Karlskrona	2009-08-16
11,08	Emelie Svensson	26aug89 Tanums IF	Falun	2004-08-15
11,08	Johanna Jönsson	11apr84 IK Orient	Uddevalla	2001-06-17
11,07	Johanna Berg	28apr88 IK Orient	Gävle	2005-09-11
11,02	Jenny Nilsson	4sep90 IK Orient	Strömstad	2005-07-09

11,00	Siri Malcus Pellmé	3okt04	Stenungsunds FI	Mölnadal	2020-07-02
10,98	Frida Ström	18maj89	Strömstads IF	Gävle	2004-09-18
10,96	Maria Cedergren	6apr78	IK Orient	Uddevalla	1992-05-23
10,96	Moa Larsson	9maj85	IK Orient	Uddevalla	2001-06-17
10,93	Jennifer Karlsson	15apr96	Tanums IF	Eksjö	2010-09-05
10,91	Elisabeth Johansson	5apr79	IK Orient	Uddevalla	1995-09-23
10,87	Johanna Jansson	29aug80	IK Orient	Uddevalla	1998-08-02
10,87	Linnéa Borrman	26apr01	Strömstads IF	Oslo/B, NOR	2016-08-13
10,85	Ellen Schoug	18maj05	IK Orient	Lidköping	2020-08-16
10,81	Petronella Malmqvist	19feb83	Tanums IF	Uddevalla	1999-06-12

medvind/okänd vind

10,80

12,10w	Sofi Malm	24sep80	IK Orient	Stockholm/S	1997-08-30	
11,92w	Anna Härsjö	28mar73	IK Orient	Falkenberg	1991-07-05	
11,87w	Ulrika Nilsson	27jun84	IK Orient	Vellinge	2001-08-19	
11,63w	Emelie Svensson	26aug89	Tanums IF	Sävedalen	2005-06-05	
11,20w	Frida Ström	18maj89	Strömstads IF	Sävedalen	2004-08-21	
11,18w?	Johanna Berg	28apr88	IK Orient	Karlstad	2005-09-06	
11,02w	Johanna Jansson	29aug80	IK Orient	Trollhättan	1998-06-01	
10,94w	Siri Malcus Pellmé	3okt04	Stenungsunds FI	Málaga, ESP	2019-05-27	
10,92w?	Ann Högborg	3feb73	Hälle IF	BadGlabachGER	1992-07-16	obekräftat
10,86w	Kajsa Olsson	31jul91	Strömstads IF	Strömstad	2008-07-12	
10,81w	Tilde Johansson	14okt02	Hälle IF	Kristinehamn	2020-08-29	

14-bästa inomhus + några till

10,80

12,14	Sofi Malm	24sep80	IK Orient	Borlänge	1996-02-18	
12,12	Sara Sjögren	6jun98	Stenungsunds FI	Växjö	2016-02-20	
11,76	Melissa Stenzon	31mar91	Stenungsunds FI	Västerås	2006-03-03	
11,71	Ulrika Nilsson	27jun84	IK Orient	Göteborg/FH	2000-12-03	
11,52	Anna Härsjö	28mar73	IK Orient	Solna	1991-02-10	
11,45	Viktoria Kemborn	2okt97	Stenungsunds FI	Malmö/A	2013-03-09	
11,32	Caroline Karlsson	28maj90	IK Orient	Göteborg/Sc	2007-01-31	
11,26	Malin Wilhelmsson	20jan73	Dals Södra FFI	Göteborg/FH	1990-12-09	
11,17	Susanna Eggertsen	30apr81	IK Orient	Malmö/A	1997-03-16	
11,14	Johanna Jönsson	11apr84	IK Orient	Göteborg/FH	2000-12-03	
11,12	Emelie Svensson	26aug89	Tanums IF	Göteborg/FH	2003-03-22	
11,09	Frida Ström	18maj89	Strömstads IF	Göteborg/FH	2004-12-05	
11,08	Jennifer Karlsson	15apr96	Tanums IF	Göteborg/FH	2010-11-20	
11,03	Madeleine Johansson	26okt83	IK Orient	Göteborg/FH	1998-03-14	

10,98	Johanna Jansson	29aug80	IK Orient	Göteborg/FH	1997-12-07	
10,89	Lina Hansson	22feb90	IK Orient	Borås	2008-01-19	
10,85	Petronella Malmqvist	19feb83	Tanums IF	Eskilstuna	1999-03-07	

Kula 4 kg

10,00

13,85	Emma Harrysson	6maj97	Hälle IF	Stockhom/Rå	2016-06-15	
13,30	Maria Nilsson	1jun95	IK Orient	Gävle	2014-08-10	
13,06	Beatrice Aronsson	6feb75	Hälle IF	Karlskrona	1993-08-08	
12,39	Maria Axelsson	2okt65	Dals Södra FFI	Dingle	1984-07-15	
11,93	Emma Johansson	20mar79	Tanums IF	MerrittIslandUS	1997-04-08	
11,84	Marielle Månskär	9okt81	Hälle IF	Sollentuna	1997-07-02	
11,65	Ebba Olsson	11jun97	Brattås CK	Uddevalla	2014-05-29	
11,35	Daniella Persson	11jun00	Hälle IF	Uddevalla	2017-09-23	
11,34	Lisa Einarsson	14jun96	Eds SK	Lerum	2012-06-21	
11,31	Birgitta Hult	11jun60	IK Orient	Uddevalla	1978-05-21	
11,26	Eva-Lisa Hansson	9aug47	Tanums IF		1965-	

11,18	Helen Korpi	4aug68	Hälle IF	Värnamo	1984-09-16	
11,11	Karolina Eriksson	14jul80	Hälle IF	Tanumshede	1996-07-03	
10,98	Elin Jarenfors	26mar89	Tanums IF	Mariestad	2006-08-20	
10,85	Helena Fritzné	16sep69	IK Orient	Göteborg/R	1988-05-24	
10,85	Erika Andersson	5sep79	Hälle IF	Uddevalla	1997-07-22	
10,83	Susanne Hansson	15aug83	Dals Södra FFI	Sävedalen	2001-06-03	
10,65	Caroline Nilsson	4feb87	IK Orient	Uddevalla	2005-06-19	
10,62	Cecilia Österberg	52	IK Orient		1970-	
10,54	Katarina Gawell	7apr72	IK Zeus	Dingle	1989-07-09	
10,52	Annica Rohlén	11sep65	IK Orient	Uddevalla	1983-06-29	
10,42	Anna-Lisa Nöjd	8aug37	Färgelanda IF		1956-	
10,40	Åsa Svernlning	22mar59	IK Orient	Uddevalla	1976-07-22	
10,39	Catarina Ingemarsson	30apr60	IK Orient	Bengtsfors	1975-09-24	skol-DM vikt?
10,37	Marie Olhsson	7jun65	Bokenäs IF	Göteborg/S	1983-07-30	
10,36	Carina Dahlborg	22feb71	Bokenäs IF	Uddevalla	1985-05-29	
10,35	Anita Johansson	4mar66	Hälle IF	Göteborg/S	1983-06-18	
10,32	Lena Söderberg	15jun59	Strömstads IF		1978-	
10,25	Josefin Karlsson	25jun91	IK Orient	Motala	2010-05-16	
10,18	Camilla Eriksson	30apr69	Dals Södra FFI	Uddevalla	1984-06-18	
10,15	Maria Lisshamre	2mar74	Hälle IF	Göteborg/R	1992-05-19	
10,10	Ann-Sofi Järnström	16jul49	IK Orient		1967-	
10,09	Britt-Marie Utter	16maj59	Dals Södra FFI	Karlstad	1977-09-20	skoltävling
10,09	Britt-Marie Fransson	52	Skee IF		1969-	
10,04	Kaija Jansson	12feb41	Långeds IF		1960-	
10,03	Malin Hansson	25mar74	Dals Södra FFI	Uddevalla	1990-08-14	
10,02	Britt-Marie Utter	16maj59	Dals Södra FFI	Skövde	1978-05-27	
10,00	Lena Olsson	65	Hälle IF	Uddevalla	1982-07-25	

11-bästa inomhus+ några till

10,00

14.19	Daniella Persson	11jun00	Hälle IF	Uddevalla	2019-01-12	
13.85	Emma Harrysson	6maj97	Brattås CK	Malmö/A	2016-02-27	
13.06	Beatrice Aronsson	6feb75	Hälle IF	Askim, NOR	1994-02-06	
12.58	Maria Nilsson	1jun95	IK Orient	Uddevalla	2014-04-12	
11.67	Marielle Månskär	9okt81	Hälle IF	Malmö/A	1997-01-26	tid. Hansson
11.64	Helen Korpi	4aug68	Hälle IF	Uddevalla/Ö	1985-03-10	
11.56	Maria Axelsson	2okt65	Dals Södra FFI	Frändefors	1984-02-26	
11.47	Elin Jarenfors	26maj89	Tanums IF	Nyköping	2007-02-17	
11.41	Karolina Eriksson	14jul80	Hälle IF	Göteborg/FH	1996-12-08	
11.19	Erika Andersson	5sep79	Hälle IF	Karlstad	1996-02-05	
11.15	Helena Fritzné	16sep69	IK Orient	Tjörn/Häggvall	1987-02-22	

10.92	Åsa Svernlning	22mar59	IK Orient	Uddevalla/?	1977-01-15	
10.74	Caroline Nilsson	4feb87	IK Orient	Göteborg/FH	2005-02-19	
10.63	Malin Andersson	11sep89	IK Orient	Borås	2007-01-20	
10.58	Maria Lisshamre	2mar74	Hälle IF	Göteborg/FH	1992-03-08	
10.28	Karen Karlsson	10sep72	Tjörns FI	Göteborg/FH	1989-01-28	
10.13	Malin Gerleman	22maj92	Dals Södra FFI	Karlstad	2010-01-30	
10.07	Linda Flood	27jul74	Hälle IF	Göteborg/FH	1990-12-09	

Diskus 1kg

30,00

49.58	Daniella Persson	11jun00	Hälle IF	Göteborg/S-K	2019-03-02	
43.74	Beatrice Aronsson	6feb75	Hälle IF	Helsingborg	1992-07-11	
43.52	Erika Andersson	5sep79	Hälle IF	Västerås	1996-07-26	
41.92	Karolina Eriksson	14jul80	Hälle IF	Trollhättan	1996-05-27	
41.90	Britt-Marie Utter	16maj59	Dals Södra FFI	Göteborg/S	1978-07-22	
41.34	Anna Magnusson	10jun77	Dals Södra FFI	Uddevalla	1996-07-27	

40,02	Emma Harrysson	6maj97	Brattås CK	Borås	2015-05-30	
39,40	Caroline Karlsson	27jan77	Kungshamns IF	Dingle	1994-06-20	
38,05	Maria Nilsson	1jun95	IK Orient	Uddevalla	2014-07-26	
36,82	Ann-Sofie Hansson	25maj79	Tanums IF	Helsingborg	1997-07-12	
36,48	Jessica Hammarqvist	4mar74	Hälle IF	Karlstad/NF	1992-09-10	
36,08	Maria Axelsson	2okt65	Dals Södra FFI	Lund	1984-06-30	
35,88	Emma Johansson	20mar79	Tanums IF	Göteborg/S	1997-09-02	
35,16	Eva-Lisa Hansson	9aug47	Tanums IF		1964-	
34,52	Edith Bärthel	9feb37	Färgelanda IF		1955-	
34,32	Gunilla Svensson	24sep66	Hälle IF	Stockholm/S	1984-09-22	
33,66	Susanne Hansson	13aug83	Dals Södra FFI	Frändefors	2001-06-13	
33,60	Marielle Månskår	9okt81	Hälle IF	Stenungsund	1997-05-11	tid Hansson
33,50	Carina Reichenberg	5mar60	Strömstads IF	Strömstad	1977-07-03	34,09 B-D
33,29	Linda Johansson	24nov90	IK Orient	Mariestad	2009-08-22	
32,72	Annica Rohlén	11sep65	Dingle IF	Kil	1984-07-28	
32,72	Marie Olhsson	7jun65	Bokenäs IF	Dingle	1984-07-15	
32,26	Christine Olsson	1mar77	Hälle IF	Stenungsund	1994-04-30	
31,80	Helena Fritzné	16sep69	IK Orient	Uddevalla	1987-05-23	
31,42	Lena Hansson	23nov54	IK Orient		1973-	på UP-lista per 19.7
31,31	Kerstin Johansson	44	IK Orient		1963-	
31,25	Anna-Lisa Nöjd	8aug37	Färgelanda IF		1955-	
30,92	Ella Bäck	49	Tanums IF		1964-	
30,91	Petronella Malmqvist	19feb83	Tanums IF	Helsingborg	2000-07-08	
30,67	Karin Constantin	24mar54	Dals Södra FFI	Ödeborg	1969-08-08	
30,56	Birgitta Andersson	51	Melleruds IF	Mellerud	1966-09-18	
30,40	Jessica Olhsson	31mar69	Bokenäs IF	Stockholm/S	1985-09-22	
30,22	Marion Lange	58	IK Orient	Uddevalla	1973-09-12	
30,08	Cecilia Gustafsson	9mar85	Strömstads IF	Stockholm/S	2000-09-15	

skoltävling

42,00	Britt-Marie Utter	16maj59	Dals Södra FFI	Karlstad	1977-09-20	
-------	-------------------	---------	----------------	----------	------------	--

obekräftat

38,48	Emma Johansson	20mar79	IK Zeus		1996-	
-------	----------------	---------	---------	--	-------	--

Inomhus

46,97	Daniella Persson	11jun00	Hälle IF	Växjö/Ti	2019-02-02	
-------	------------------	---------	----------	----------	------------	--

Slägga 4 kg

27,00

47,06	Ebba Olsson	11jun97	Brattås CK	Kungsbacka	2014-08-30	
46,64	Lisa Einarsson	14jun96	Eds SK	Upplands Väsby	2012-08-10	
46,44	Erika Andersson	5sep79	Hälle IF	Sundsvall	1997-07-18	
45,54	Charlotta Nilsson	4jan81	Tjörn-Nösås FI	Uddevalla	2000-06-17	
42,58	Maria Nilsson	1jun95	IK Orient	Jönköping	2014-06-15	
41,03	Linda Johansson	24nov90	IK Orient	Uddevalla	2007-10-16	
39,84	Anna Magnusson	10jun77	Dals Södra FFI	Uddevalla	1996-06-15	
37,38	Therese Constantin	4jun85	IK Orient	Stenungsund	2003-05-10	
36,36	Ann-Sofie Hansson	25maj79	Tanums IF	Sävedalen	1998-06-06	
36,12	Monia Kristiansson	17jun02	Hälle IF	Uddevalla	2020-06-14	
35,64	Karolina Eriksson	14jul80	Hälle IF	Karlstad/M	1997-09-25	
34,68	Beatrice Aronsson	6feb75	IK Orient	Visby	1991-06-16	
34,14	Mathilda Plate	15mar95	IK Orient	Göteborg/S-K	2011-05-14	
31,25	Josefine Lundberg	8aug84	IK Orient	Herrljunga	2001-08-26	
31,16	Emma Johansson	20mar79	Tanums IF	Stenungsund	1998-05-10	
27,67	Malin Andersson	5feb92	Brattås CK	Lerum	2008-08-17	
27,16	Maria Gylfe	5sep77	IK Orient	Uddevalla	1996-06-15	

Spjut 600 g		<i>nya from 1999</i>	30,00		
44,40	Emma Harrysson	6maj97	Brattås CK	Göteborg/U	2015-07-03
40,38	Caroline Nilsson	4feb87	IK Orient	Söderhamn	2005-08-13
39,84	Malin Andersson	11sep89	IK Orient	Karlshamn	2007-08-18
38,47	Frida Hedlund	26jan84	Strömstads IF	Strömstad	2001-07-15
38,19	Ebba Olsson	11jun97	Brattås CK	Habo	2013-06-01
34,72	Angelica Johansson	1okt83	Hälle IF	Helsingborg	2001-07-08
34,22	Susanne Hansson	13aug83	Dals Södra FFI	Frändefors	2001-09-10
33,89	Johanna Gustavsson	5apr90	Strömstads IF	Uddevalla	2005-07-31
33,54	Fanny Strömberg	3jul94	Dals Södra FFI	Helsingborg	2010-07-09
33,01	Petronella Malmqvist	19feb83	Tanums IF	Stenungsund	2000-08-20
31,72	Jessica Johansson	9jun92	Tanums IF	Sävedalen	2010-06-05
31,28	Cecilia Lyngstam	8feb89	IK Orient	Uddevalla	2008-05-18
31,11	Susann Kristiansen	25jan95	Tanums IF	Växjö	2011-09-17
30,38	Maria Nilsson	1jun95	IK Orient	Uddevalla	2011-07-24

Spjut 600 g		<i>gamla tom 1998</i>	32,00		
44,66	Maria Axelsson	2okt65	Dals Södra FFI	Göteborg/S	1982-08-02
43,00	Catarina Eriksson	26sep66	Dals Södra FFI	Göteborg/S	1983-07-30
40,58	Linda Flood	27jul74	Hälle IF	Sävedalen	1992-09-13
39,40	Emma Fasth	17feb80	Hälle IF	Lerum	1997-08-10
37,04	Annica Rohlén	11sep65	Dingle IF	Karlstad	1984-09-01
36,68	Ann-Sofi Järnström	16jul49	IK Orient		1968-
34,26	Linda Andersson	8feb72	Eds SK	Uddevalla	1987-06-10
33,66	Malin Wilhelmsson	20jan73	Dals Södra FFI	Visby	1988-06-19
32,86	Jessica Hammarqvist	4mar74	Hälle IF	Uddevalla	1990-06-18
32,32	Jessica Olhsson	31mar69	Bokenäs IF	Uddevalla	1987-06-25
32,30	Jeanette Harrysson	15maj73	Brattås CK	Göteborg/R	1989-05-27

Vikt 9,08 kg utomhus

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

Vikt inomhus (9,08 kg) (på IJSM from 2011)

14.59	Ebba Olsson	11jun97	Brattås CK	Göteborg/Sh	2014-02-01
13.95	Maria Nilsson	1jun95	IK Orient	Uddevalla	2014-01-18
12.92	Lisa Einarsson	14jun96	Eds SK	Göteborg/FH	2012-02-25
7.83§	Josefin Karlsson	25jun91	IK Orient	Borås	2009-01-17 (10,0 kg)
6.95§	Linda Johansson	24nov90	IK Orient	Borås	2008-01-19 (10,0 kg)

Sjukamp (100m hä(84,0) - höjd - kula(4,0) - 200m / längd - spjut(600) - 800m)

A annan grenordning **B** nya spjutet från 1999 **W** medvind +4,0 eller mer

4.863	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Värnamo	1992-07-04o05
	(14,65 - 1.61 - 10.10 - 25,93 / 5.48 - 27.44 - 2.24,22)				
4.288	Eva Hedlund	7apr72	Hälle IF	Värnamo	1989-09-09o10 W
	(16,06 - 1.57 - 9.50 - 27,47 / 5.35W - 26.86 - 2.34,63)				
3.995	Gunilla Andersson	17apr67	IK Orient	Uddevalla	1985-08-27o28
	(14,87 - 1.55 - 7.63 - 26,83 / 4.92 - 12.58 - 2.32,16)				
3.946	Petronella Malmqvist	19feb83	Tanums IF	Stenungsund	2000-08-19o20 B
	(17,25 - 1.52 - 8.24 - 27,61 / 5.19 - 33.01 - 2.45,59)				
3.765	Malin Wilhelmsson	20jan73	Dals Södra FFI	Södertälje	1990-09-08o09
	(18,54 - 1.54 - 8.92 - 27,52 / 5.14 - 26.86 - 2.44,5)				
3.709	Moa Larsson	9maj85	IK Orient	Uddevalla	2003-09-20o21 B
	(16,55 - 1.43 - 8.07 - 27,43 / 5.04 - 25.07 - 2.48,12)				
3.699	Jeanette Härsjö	1apr70	Brattås CK	Uddevalla	1987-07-03o04
	(16,23 - 1.50 - 7.20 - 27,70 / 4.94 - 18.74 - 2.39,39)				

3.620m	Gunilla L Andersson	19feb66 IK Orient	Stenungsund	1983-09-03o04	A
	(15,2 - 7.40 - 1.56 - 27,4 / 4.65w - 17.18 - 2.53,9)				
3.612m	Anna Fälth	1apr71 IK Orient	Stenungsund	1990-05-26-27	
	(16,2 - 1.39 - 9.06 - 28,6 / 5.26 - 28.98 - 3.04,24)				
3.599m	Margareta Söderholm	29dec62 IK Orient	Hallunda	1979-09-08o09	A
	(18,1 - 8.26 - 1.51 - 28,6w / 4.56 - 25.06 - 2.29,0)				
3.495m	Anita Johansson	4mar66 Hälle IF	Stenungsund	1983-05-14o15	
	(17,6 - 1.35 - 9.50 - 28,4 / 4.55 - 24,10 - 2.33,8)				
3.469	Jessica Hammarqvist	4mar74 Hälle IF	Stenungsund	1991-06-08o09	
	(16,66 - 1.64 - 9.11 - 29,27 / 5.03 - 30.12 - ej start)				
3.226m	Annika Rohlén	11sep65 IK Orient	Uddevalla	1981-09-01o02	A
	(18,3 - 8.58 - 1.37 - 29,4 / 4.13 - 29.88 - 2.41,7)				
3.163	Kristina Larsson	3okt66 IK Orient	Uddevalla	1985-08-27o28	
	(17,67 - 1.64 - 8.10 - 30,36 / 4.58 - 13.94 - 2.59,55)				
3.086m	Carina Andersson	4maj64 IK Orient	Uddevalla	1981-09-01o0:	A
	(17,9 - 6.56 - 1.31 - 28,2 / 4.53 - 20.89 - 2.42,2)				
3.081m	Annika Knutsson	29apr66 IK Orient	Stenungsund	1983-09-03o0:	A
	(18,2 - 7.49 - 1.44 - 28,4 / 4.70w - 21.42 - 3.02,7)				

Femkamp (100m häck(84,0) - kula(4,0) - höjd - längd - 200m)

	A 80m häck 1968 och tidigare	B 800m femte gren 1977 - 1980	C annan grenordning		
3.662m	Åsa Svernlings	22mar59 IK Orient	Lyngby, DEN	1976-07-17o18	
	(14,9 - 10.05 - 1.64 - 5.54 - 25,6)				
(3.662!)	Åsa Svernlings	22mar59 IK Orient	Stockholm/S	1978-07-29)	B
	(15,07 - 9.79 - 1.75 - 5.54 - 2.30,53)				
3.117	Ann-Charlotte Malm	26sep61 IK Orient	Uddevalla	1978-05-21	B
	(16,45 - 8.21 - 1.66 - 4.99 - 2.30,94)				
3.023m	Christina Sundberg	6apr60 IK Orient	Uddevalla	1977-07-16o1'	B
	(16,7 - 7.62 - 1.67 - 5.49 - 2.43,8)				
2.869m	Ewa Johansson	23mar52 IK Orient		1969-	
	(16,5 - 8.50 - 1.43 - 5.00 - 26,8)				
2.844m	Maj-Britt Patriksson	8maj45 Skärhamns IK	Västerås	1961-07-08o09	A C
	(7.77 - 1.54 - 28,3 / 13,2 - 4.97)				
2.787m	Ann-Sofi Järnström	16jul49 IK Orient	Uddevalla	1968-08-01o0:	A
	(13,1 - 9.66 - 1.44 - 4.60 - 28,1)				
2.588m	Anna-Lisa Nöjd	8 aug37 Färgelanda IF	Uppsala	1956-09-15o1o	A C
	(10.33 - 1.43 - 29,4 / 14,0 - 4.55)				
2.508m	Inga-Lill Nöjd	23nov49 Ellenö IK	Uddevalla	1965-08-04o05	A C
	(1.40 - 8.15 - 29,5 / 13,7 - 4.79)				
2.373m	Margareta Söderholm	29dec62 IK Orient	Uddevalla	1978-07-02	B
	(19,3 - 7.96 - 1.53 - 4.65 - 2.45,3)				
2.358m	Kristin Söderholm	23sep59 IK Orient	Dingle	1975-06-09	
	(18,3 - 7.83 - 1.55 - 4.18 - 29,4)				
2.248m	Eva-Lisa Hansson	9aug47 Tanums IF	Uddevalla	1963-08-07o08	A C
	(1.35 - 10.26 - 30,2 / 15,3 - 4.40)				
2.192m	Inga-Lill Eriksson	44 Melleruds IF	Bengtsfors	1960-	A C
	(29,2 - 8.03 - 1.49 / 16,8 - 4.48)				

Femkamp inomhus(60m häck(84,0)-höjd-kula(4,0)-längd-800m) (fr.o.m. 1991)

B = överlång bana på 800m

3.495	Maria Lisshamre	21mar74 Hälle IF	Växjö	1991-02-02	B
	(9,26 - 1.65 - 8.52 - 5.44 - 2.27,23)				
3.399	Maria Lisshamre	21mar74 Hälle IF	Karlstad	1992-01-26	
	(9,42 - 1.59 - 10.12 - 5.20 - 2.29,46)				
3.141	Maria Gylfe	5sep77 IK Orient	Karlstad	1994-02-13	

(9,66 - 1.52 - 9.72 - 5.13 - 2.36,45)
2.704 Petronella Malmqvist 19feb83 Tanums IF Eskilstuna 2000-02-12
(10,63 - 1.54 - 8.46 - 5.00 - 2.51,19)

Sexkamp inomhus (60m häck(84,0)-höjd-kula(4,0)/60m-längd-600m) (1988 - 1990)

Poängtabellen som användes för 60m är okänd

3.996 Anna Härsjö 28mar73 IK Orient Karlstad 990-02-03o04
(9,79 - 1.61 - 9.05 / 8,11 - 5.09 - 1.49,66) *Anm: 60m gav 815p*
3.973 Eva Hedlund 7apr72 Hälle IF Karlstad 990-02-03o04
(9,50 - 1.55 - 9.24 / 8,52 - 5.36 - 1.48,54) *Anm: 60m gav 696p*
3.685 Jeanette Härsjö 1apr70 IK Orient Karlstad 988-01-30o31
(9,85 - 1.46 - 7.27 / 8,39 - 5.12 - 1.46,30) *Anm: 60m gav 733p*