Udendørs seniorrangliste - 2010

Mænd:

100m:

10.45 (+0.9)	Jesper Simonsen -1978, Sparta AM	DT2, elitediv. Odense	27/06
10.60 (+1.2)	Martin Krabbe -1985, AK Holstebro	Lappeenranta, FIN	15/07
10.65 (+0.5)	Morten Jensen -1982, Sparta AM	Jönköping, SWE	26/05
10.76 (+0.9)	Festus Asante (u) -1994, Skive AM	DT2, elitediv. Odense	27/06
10.77 (+1.1)	Steven K Korang -1989, Hvidovre AM	ECUP kval, Østerbro	04/06
10.79 (+1.6)	Jacob Wolfgang -1981, Sparta AM	Lapinlahti, FIN	18/07
10.90 (-0.3)	Andreas Trajkovski -1993, Københavns IF	Store DM, Odense	07/08
10.93 (+1.6)	Kevin Motzkus -1992, Odense Atletik	DMU, Glostrup	04/09
10.93 (+0.9)	Kasper Olsen -1991, Hvidovre AM	DT2, elitediv. Odense	27/06
10.94 (+0.2)	Mike Kalisz -1989, Sparta AM	CAG, Østerbro	12/08

10.38 (+2.4)	Jesper Simonsen -1978, Sparta AM	ECup hold, Bern, SUI	30/05
10.59 (+2.9)	Martin Krabbe -1985, AK Holstebro	Donnas, ITA	10/07
10.68 (+5.0)	Steven K Korang -1989, Hvidovre AM	DT 1, elitediv, Esbjerg	15/05
10.72 (+5.0)	Festus Asante (u) -1994, Skive AM	DT 1, elitediv, Esbjerg	15/05
10.89 (+5.0)	Andreas Trajkovski -1993, Københavns IF	DT 1, elitediv, Esbjerg	15/05
10.94 (+4.0)	Mike Kalisz -1989, Sparta AM	DT 1, elitediv, Esbjerg	15/05
10.99 (+3.6)	Jens Gerrild -1990, HG Atletik	DM mangekamp	21/08
11.09 (+2.4)	Kevin Motzkus -1992, Odense Atletik	FM, Odense	29/05

200m:

21.01 (+1.2)	Morten Jensen -1982, Sparta AM	Jönköping, SWE	26/05
21.39 (+0.2)	Jesper Simonsen -1978, Sparta AM	Store DM, Odense	07/08
21.60 (+1.9)	Nicklas Hyde -1986, Sparta AM	VU-Spelen, SWE	02/07
21.85 (+1.8)	Mike Kalisz -1989, Sparta AM	VU-Spelen, SWE	02/07
21.91 (+0.7)	Nicklas B. Müller -1992, Sparta AM	VU-Spelen, SWE	02/07
21.93 (+1.5)	Festus Asante (u) -1994, Skive AM	VU-Spelen, SWE	02/07
22.13 (+0.2)	Kasper Olsen -1991, Hvidovre AM	Store DM, Odense	07/08
22.16 (+1.2)	Andreas Trajkovski -1993, Københavns IF	VU-Spelen, SWE	02/07
22.17 (+1.8)	Nick Ekelund-Arenander -1989, Københavns IF	VU-Spelen, SWE	02/07
22.17 (+0.2)	Daniel Christensen -1987, Århus 1900	Store DM, Odense	07/08

20.98 (+2.5)	Morten Jensen -1982, Sparta AM	ECup hold, Bern, SUI	30/05
21.27 (+3.1)	Daniel Christensen -1987, Århus 1900	Texas, USA	01/05
21.59 (+2.2)	Jesper Simonsen -1978, Sparta AM	DT-finale, Hvidovre	11/09

400m:

46.92	Nicklas Hyde -1986, Sparta AM	Sofia, BUL	26/06
47.21	Jacob Riis -1984, Sparta AM	Leiden, NED	12/06
47.67	Daniel Christensen -1987, Århus 1900	Texas, USA	01/05
47.68	Andreas Bube -1987, Bagsværd AC	Store DM, Odense	07/08
47.76	Nick Ekelund-Arenander -1989, Københavns IF	U23-NM, Söderhamn, SWE	04/09
48.66	Rasmus Olsen -1989, Sparta AM	Sopot, POL	18/07
49.52	Andreas Martinsen -1990, AK Holstebro	ABC 3, Århus	21/08
49.74	Steven K Korang -1989, Hvidovre AM	DT-finale, Hvidovre	11/09
49.87	Christian Laugesen -1986, Sparta AM	ECUP kval, Østerbro	04/06

Udendørs seniorrangliste - 2010

49.93	Brian Jørgensen -1974, Københavns IF	Veteran-EM	15/07

800m:

1.49.58	Andreas Bube -1987, Bagsværd AC	VU-Spelen, SWE	02/07
1.51.08	Jacob Carstensen -1986, Esbjerg AM	CAG, Østerbro	12/08
1.51.33	Rasmus Terp -1988, Vejle IF	Watford, GBR	12/06
1.51.96	Nick R. Jensen -1991, Sparta AM	Sollentuna, SWE	01/07
1.53.42	Morten Munkholm -1985, Århus 1900	DT2, elitediv. Odense	27/06
1.53.61	Ole Hesselbjerg -1990, Sparta AM	CAG, Østerbro	12/08
1.53.81	Michael Schmidt -1985, Københavns IF	Baneturnering 3, Frederiksberg	24/06
1.54.31	Thomas Kjær -1989, Århus 1900	800m, Århus	24/05
1.54.46	Jesper Storgaard -1991, Århus 1900	800m, Århus	24/05
1.54.89	Matias Reedtz -1987, Københavns IF	Göteborg, SWE	10/08

1500m:

3.40.6	Morten Munkholm -1985, Århus 1900	Watford, GBR	12/06
3.47.95	Jakob Hannibal -1981, Sparta AM	Cardiff, GBR	28/08
3.51.28	Jakob Hoffmann -1986, Vejle IF	Luzern, SUI	26/06
3.51.42	Nick R. Jensen -1991, Sparta AM	DMU, Glostrup	04/09
3.52.75	Mads Tærsbøl -1992, Korsør AM	DMU, Glostrup	04/09
3.53.61	Abdi Hakin Ulad -1991, Korsør AM	DMU, Glostrup	04/09
3.54.15	Jeppe Harboe -1992, Sparta AM	DMU, Glostrup	04/09
3.54.23	Ole Hesselbjerg -1990, Sparta AM	Sollentuna, SWE	01/07
3.55.99	Jens Munk Nielsen -1983, Århus 1900	Watford, GBR	12/06
3.57.0	Thijs Nijhuis -1992, Skive AM	1500m, Århus	17/06

3000m:

8.16.23	Jakob Hannibal -1981, Sparta AM	EM Hold, Malta	19/06
8.22.46	Stephan Alex Jensen -1983, Hvidovre AM	Malmö, SWE	03/08
8.27.91	Abdi Hakin Ulad -1991, Korsør AM	Malmö, SWE	03/08
8.29.64	Steffen Falch Larsen -1989, Blovstrød Løverne	Baneturnering, Østerbro	11/05
8.30.00	Ulrik Heitmann -1984, Århus 1900	ABC-stævne I, Århus	26/05
8.30.87	Jakob Hoffmann -1986, Vejle IF	ABC-stævne I, Århus	26/05
8.32.15	Jens Munk Nielsen -1983, Århus 1900	Baneturnering, Østerbro	11/05
8.34.67	Ole Hesselbjerg -1990, Sparta AM	Baneturnering, Østerbro	11/05
8.35.19	Jeppe Harboe -1992, Sparta AM	Baneturnering, Østerbro	11/05
8.35.26	Thijs Nijhuis -1992, Skive AM	Leiden, NED	12/06

5000m:

14.28.39	Jesper Faurschou -1983, Herning LK	EM Hold, Malta	19/06
14.28.58	Andreas Bueno -1988, AGF Atletik	ECUP kval, Østerbro	04/06
14.32.96	Mikkel Kleis -1980, AGF Atletik	ABC-stævne, Århus	22/06
14.33.50	Ulrik Heitmann -1984, Århus 1900	ECUP kval, Østerbro	04/06
14.38.02	Morten Munkholm -1985, Århus 1900	Store DM, Odense	07/08
14.38.23	Søren Molbech -1980, Århus 1900	ABC-stævne, Århus	22/06
14.38.69	Michael Nielsen -1981, AGF Atletik	ABC-stævne, Århus	22/06
14.38.91	Henrik Them -1982, Sparta AM	DT 1, elitediv, Esbjerg	15/05
14.39.23	Jakob Hannibal -1981, Sparta AM	Store DM, Odense	07/08

Udendørs seniorrangliste - 2010

14.40.72	Steffen Massaro -1983, Odense Atletik	ABC-stævne, Århus	22/06

10000m:

29.55.72	Jesper Faurschou -1983, Herning LK	Nordic 10.000m Challenge, FIN	23/05
30.34.75	Ulrik Heitmann -1984, Århus 1900	Nordic 10.000m Challenge, FIN	23/05
30.40.27	Michael Nielsen -1981, AGF Atletik	Nordic 10.000m Challenge, FIN	23/05
30.45.39	Mikkel Kleis -1980, AGF Atletik	DM 10000m, Bagsværd	21/08
30.57.86	Morten Fransen -1988, Århus 1900	DM 10000m, Bagsværd	21/08
31.19.55	Martin Parkhøi -1973, Sparta AM	DM 10000m, Bagsværd	21/08
31.21.34	Lasse Storgaard Jacobsen -1975, Bagsværd AC	Baneturneringen 2, Glostrup	10/06
31.21.62	Jeppe Farsøht -1978, Herning LK	Nordic 10.000m Challenge, FIN	23/05
31.28.15	Søren Molbech -1980, Århus 1900	DM 10000m, Bagsværd	21/08
31.29.76	Samuel Lutabi -1979, Hvidovre AM	DM 10000m, Bagsværd	21/08

110m hæk:

13.96 (+1.6)	Andreas Martinsen -1990, AK Holstebro	Aarhus Hurdles Festival	21/07
14.54 (+1.6)	Christian Laugesen -1986, Sparta AM	Aarhus Hurdles Festival	21/07
14.55 (+1.6)	Jon Yde Bentsen -1985, Aalborg AM	Aarhus Hurdles Festival	21/07
15.28 (-0.6)	Jens Gramstrup Agger -1993, Skive AM	EC-Junior, Rieti, ITA	18/09
15.32 (+0.0)	Jens Agger -1993, Vejle IF	ABC 4, Århus	31/08
15.57 (+1.6)	Marc Lorentzen -1981, Hvidovre AM	Aarhus Hurdles Festival	21/07
15.73 (-0.7)	Olav Røe (u) -1982, Amager AC	DT Mænd kval. Elitediv, Vejle	12/09
15.84 (+1.2)	Mathias Andersen -1988, AK Holstebro	DM mangekamp	21/08
15.99 (+1.3)	Gert Skals -1983, Århus 1900	Mangekamp, Aabenraa	24/05
16.00 (+1.5)	Tomas Kofoed-Nielsen -1976, Københavns IF	DT-finale, Hvidovre	11/09

400m hæk:

53.05	Christian Laugesen -1986, Sparta AM	Store DM, Odense	07/08
53.59	Jon Yde Bentsen -1985, Aalborg AM	Store DM, Odense	07/08
53.66	Thomas Cortebeeck -1981, Århus 1900	ABC 4, Århus	31/08
54.75	Marc Lorentzen -1981, Hvidovre AM	DT-finale, Hvidovre	11/09
55.32	Nicolai Hartling -1994, Sparta AM	Store DM, Odense	07/08
55.62	Martin Grønne -1990, Korsør AM	ECUP kval, Østerbro	04/06
57.49	Morten Laugesen -1990, Korsør AM	Store DM, Odense	07/08
57.93	Niels Uth -1974, Randers Atletik Freja	DT, 1.div., Aabenraa	27/06
58.10	Nick Ekelund-Arenander -1989, Københavns IF	DT 1, elitediv, Esbjerg	15/05
58.16	Andreas Bjørn -1986, AGF Atletik	DT 1, 1.div. vest, Randers	16/05

3000m forhindring:

8.53.11	Stephan Alex Jensen -1983, Hvidovre AM	Göteborg, SWE	10/08
8.58.1	Ole Hesselbjerg -1990, Sparta AM	Watford, GBR	12/06
9.01.0	Benjamin Wolthers -1982, Sparta AM	Watford, GBR	12/06
9.37.55	Hans Mårtensen -1982, Odense Atletik	Store DM, Odense	07/08
9.41.65	Thijs Nijhuis -1992, Skive AM	U20-NM, Akureyri, ISL	28/08
9.58.78	Anders Ludvigsen -1990, Odense Atletik	DT 1, elitediv, Esbjerg	15/05
9.59.45	Claus Bukhave -1991, Skive AM	DT-finale, Hvidovre	11/09
9.59.47	Esben Dalgaard -1985, Århus 1900	DT-finale, Hvidovre	11/09

Udendørs seniorrangliste - 2010

10.06.58	Lasse L Sørensen -1984, Korsør AM	Store DM, Odense	07/08
10.15.03	Thomas Ebert -1973, IK Hellas	Baneturnering, Østerbro	11/05

4x100m:

39.98	Danmark Senior	EM Hold, Malta	19/06
40.77	Sparta AM Senior	ECup hold, Bern, SUI	30/05
42.54	Københavns IF Senior	DT2, elitediv. Odense	27/06
42.74	Danmark D19	U20-NM, Akureyri, ISL	28/08
42.84	Skive AM Senior	DT2, elitediv. Odense	27/06
43.18	AK Holstebro Senior	Stafet DM, Korsør	24/08
43.18	Odense Atletik Senior	Stafet DM, Korsør	24/08
43.72	Århus 1900 Senior	DT-finale, Hvidovre	11/09
43.77	Hvidovre AM Senior	DT2, elitediv. Odense	27/06
43.83	Sparta AM D17	DMU, Glostrup	04/09

4x400m:

3.08.62	Danmark Senior	EM Hold, Malta	19/06
3.13.58	Sparta AM Senior	ECup hold, Bern, SUI	30/05
3.19.31	Danmark D19	U20-NM, Akureyri, ISL	28/08
3.21.29	Skive AM D19	EC-Junior, Rieti, ITA	18/09
3.22.35	Skive AM Senior	DT-finale, Hvidovre	11/09
3.22.95	Hvidovre AM Senior	DT-finale, Hvidovre	11/09
3.24.99	Københavns IF Senior	DT-finale, Hvidovre	11/09
3.25.75	Århus 1900 Senior	Stafet DM, Korsør	24/08
3.28.11	Odense Atletik Senior	DT2, elitediv. Odense	27/06
3.28.27	Sparta AM D22	DT2, elitediv. Odense	27/06

Højdespring:

2.21	Janick Klausen -1993, Århus 1900	ECUP kval, Østerbro	04/06
2.03	Casper Slots -1985, Odense Atletik	DT2, elitediv. Odense	27/06
2.03	Frederik Thomsen -1993, Ballerup AK	Helsingborg, SWE	09/07
2.02	Andreas Jeppesen -1988, Skive AM	DT 1, elitediv, Esbjerg	15/05
2.01	Christian Laugesen -1986, Sparta AM	ECUP, Tel Aviv, ISR	26/06
2.00	Christoffer Durafour -1993, Helsingør IF	Herning Games	29/05
1.96	Charles Kamau -1994, Aabenraa IG	SJM, Sønderborg	19/05
1.95	Morten Bonde -1991, Aalborg AM	VU-Spelen, SWE	02/07
1.92	Thomas Knudsen -1991, Vejle IF	DMU, Glostrup	04/09
1.90	Nicklas B. Müller -1992, Sparta AM	ECup hold, Bern, SUI	30/05

Stangspring:

5.50	Rasmus W Jørgensen -1989, Sparta AM	EM, Barcelona, ESP	27/07
5.05	Mikkel M Nielsen -1988, Sparta AM	VU-Spelen, SWE	02/07
5.00	Martin Stensvig -1988, Sparta AM	Karlskrona, SWE	10/07
4.90	Peter Skoumal -1980, Amager AC	DT 1, 1.div. øst, Bagsværd	16/05
4.50	Andreas Rønning -1993, Ballerup AK	Lübeck, GER	29/05
4.50	Gert Skals -1983, Århus 1900	Mangekamp, Aabenraa	24/05
4.41	Morten Kyndbøl -1968, Odense Atletik	Veteran-DM, Aalborg	28/08
4.40	Lasse Aackmann -1992, Skive AM	LTU D19, Skive	14/08

Udendørs seniorrangliste - 2010

4.32	Morten Laugesen -1990, Korsør AM	DT Mænd kval. Elitediv, Vejle	12/09
4.30	Christoffer Durafour -1993, Helsingør IF	DMU, Glostrup	04/09

Længdespring:

8.21 (+0.7)	Morten Jensen -1982, Sparta AM	Espoo, FIN	30/06
7.56 (+0.0)	Andreas Trajkovski -1993, Københavns IF	Ungdoms-OL, SIN	18/08
7.31 (+0.4)	Peder P Nielsen -1988, Århus 1900	CAG, Østerbro	12/08
7.04 (-0.9)	Christian Laugesen -1986, Sparta AM	Store DM, Odense	07/08
7.02 (+0.0)	Andreas Jeppesen -1988, Skive AM	DT2, elitediv. Odense	27/06
6.96 (+0.2)	Janick Klausen -1993, Århus 1900	DMU, Glostrup	04/09
6.96 (+0.2)	Anders Møller -1977, Sparta AM	DT-finale, Hvidovre	11/09
6.93 (+1.2)	Alexander Hornshøj -1994, Sparta AM	VU-Spelen, SWE	02/07
6.92 (-1.6)	Christian L. Nielsen -1991, Skive AM	DT2, elitediv. Odense	27/06
6.78 (+0.1)	Peter Skoumal -1980, Amager AC	DT 1, 1.div. øst, Bagsværd	16/05

8.16 (+2.7)	Morten Jensen -1982, Sparta AM	EM Hold, Malta	19/06
6.98 (-)	Christian Laugesen -1986, Sparta AM	ECUP, Tel Aviv, ISR	26/06
6.74 (+2.3)	Alexander Hornshøj -1994, Sparta AM	Øst-DMU, Greve	19/06
6.73 (-)	Gert Skals -1983, Århus 1900	ECUP, Tel Aviv, ISR	26/06
6.68 (+3.5)	Tomas Kofoed-Nielsen -1976, Københavns IF	DT 1, elitediv, Esbjerg	15/05
6.63 (+2.9)	Martin Grønne -1990, Korsør AM	DM mangekamp	21/08
6.63 (+4.9)	Samuel Kirk Haugstrup -1994, Århus 1900	DT 1, elitediv, Esbjerg	15/05

Trespring:

16.38 (+1.6)	Anders Møller -1977, Sparta AM	Store DM, Odense	07/08
16.04 (+0.0)	Peder P Nielsen -1988, Århus 1900	Store DM, Odense	07/08
14.07 (+0.0)	Janick Klausen -1993, Århus 1900	DT2, elitediv. Odense	27/06
14.05 (+0.0)	Mads B. Hansen -1980, Hvidovre AM	Store DM, Odense	07/08
13.66 (+0.8)	Andreas Jeppesen -1988, Skive AM	Uddevalla, SWE	24/07
13.65 (-1.7)	Jacob Bo Hedeager -1993, Odense Atletik	DMU, Glostrup	04/09
13.55 (+0.1)	Jeppe Lauridsen -1984, Amager AC	DT 1, 1.div. øst, Bagsværd	16/05
13.55 (+0.2)	Morten Bonde -1991, Aalborg AM	VU-Spelen, SWE	02/07
13.09 (+1.9)	Alexander Hornshøj -1994, Sparta AM	Distriktsmatchen 2010, Vejen	22/08
13.06 (+1.9)	Marc Lorentzen -1981, Hvidovre AM	Ben Hur 15kamp, Østerbro	20/09

15.51 (+2.6)	Anders Møller -1977, Sparta AM	ECup hold, Bern, SUI	30/05
15.42 (-)	Peder P Nielsen -1988, Århus 1900	Sävedalen, SWE	06/06

Kuglestød (7.26kg):

19.36	Kim Christensen -1984, Sparta AM	Bottnaryd, SWE	03/07
17.65	Nick Petersen -1987, Københavns IF	DT-finale, Hvidovre	11/09
17.27	Kenneth Mertz -1989, Sparta AM	U23-NM, Söderhamn, SWE	04/09
17.23	Michael Johansen -1975, Københavns IF	Store DM, Odense	07/08
16.76	Lasse Larsen -1990, Sparta AM	CAG, Østerbro	12/08
15.97	Thomas Hoffmann -1982, Hvidovre AM	Kastestævne, Hvidovre	04/09
15.29	Jackie Christiansen -1977, Århus 1900	DT-finale, Hvidovre	11/09
14.73	Thor Sørensen -1989, Randers Atletik Freja	Kastemangekamp, Holstebro	13/05
14.48	Jimmie Berk -1989, Sparta AM	ECUP kval, Østerbro	04/06

Udendørs seniorrangliste - 2010

14.44	Torben Wolf -1978, Esbjerg AM	DT Mænd kval. Elitediv, Vejle	12/09

Diskoskast (2.00kg):

54.37	Peter Berling -1982, AGF Atletik	ECUP kval, Østerbro	04/06
51.51	Michael Johansen -1975, Københavns IF	Atletikstævne, Østerbro	04/08
50.67	Dariusz Slowik -1977, Ballerup AK	DT2, Korsør	27/06
47.96	Lasse Larsen -1990, Sparta AM	DT-finale, Hvidovre	11/09
47.86	Andreas Jørgensen -1991, Viking Atletik	Kastestævne, Rønne	03/07
47.25	Torben Wolf -1978, Esbjerg AM	DT Mænd kval. Elitediv, Vejle	12/09
47.07	Thomas Hoffmann -1982, Hvidovre AM	Kastestævne, Hvidovre	04/09
46.77	Kim Christensen -1984, Sparta AM	ECup hold, Bern, SUI	30/05
46.49	Tom O. Jensen -1960, Skive AM	Store DM, Odense	07/08
46.22	Martin Roald -1980, Århus 1900	Sommerkast I, Århus	22/07

Spydkast (800 g):

71.09	Lars Møller -1982, Århus 1900	Arles, FRA	21/03
68.96	Torben Wolf -1978, Esbjerg AM	ECUP kval, Østerbro	04/06
63.50	Richard Knudsen -1972, Odense Atletik	Store DM, Odense	07/08
62.94	Michael Nielsen -1966, Amager AC	Store DM, Odense	07/08
60.58	Bjarne Harsmann -1967, Århus 1900	VT, 1. runde, Herning	17/05
60.11	Gert Skals -1983, Århus 1900	Store DM, Odense	07/08
59.46	Thor Rasmussen -1974, Randers Atletik Freja	Store DM, Odense	07/08
58.52	Olav Røe (u) -1982, Amager AC	Afslutningsstævne, Greve	25/09
56.90	Rogvi Høigaard -1983, Århus 1900	DT-finale, Hvidovre	11/09
56.08	Jimmie Berk -1989, Sparta AM	ECUP kval, Østerbro	04/06

Hammerkast (7.26kg):

62.63	Torben Wolf -1978, Esbjerg AM	Bottnaryd, SWE	03/07
62.00	Simon Corlin -1976, Sparta AM	DT2, elitediv. Odense	27/06
60.67	Brian Nielsen -1984, Esbjerg AM	DT 1, elitediv, Esbjerg	15/05
58.02	Jonas Striegler Laursen -1984, Hvidovre AM	Kastestævne, Hvidovre	12/06
54.59	Bjarke Brøns -1975, Skive AM	DT-finale, Hvidovre	11/09
53.40	Jakob Strand -1983, Skive AM	DM Kastemangekamp, Esbjerg	18/09
52.66	Dariusz Slowik -1977, Ballerup AK	DT2, Korsør	27/06
52.56	Jonas Laursen -1984, Hvidovre AM	DT-finale, Hvidovre	11/09
51.21	Taj Murmann -1989, Århus 1900	DM Kastemangekamp, Esbjerg	18/09
51.16	Michael Bruun Jepsen -1965, Hvidovre AM	Kastestævne, Hvidovre	31/07

Vægtkast (15.89kg):

18.46	Brian Nielsen -1984, Esbjerg AM	Kastemangekamp, Holstebro	13/05
17.67	Torben Wolf -1978, Esbjerg AM	Store DM, Odense	07/08
16.33	Jonas Striegler Laursen -1984, Hvidovre AM	Store DM, Odense	07/08
16.13	Jakob Strand -1983, Skive AM	Kastemangekamp, Holstebro	13/05
15.31	Michael Bruun Jepsen -1965, Hvidovre AM	Kastestævne, Hvidovre	31/07
14.87	Taj Murmann -1989, Århus 1900	Kastestævne, Skive	11/12
13.95	Dan Thomsen -1990, Århus 1900	Kastestævne, Skive	11/12
12.01	Torben Hansen -1966, AK Holstebro	Kastemangekamp, Holstebro	23/10
11.81	René Nybo -1961, Hvidovre AM	Veteran-DM, Aalborg	28/08

Udendørs seniorrangliste - 2010

11.13	Mathias Andersen -1988, AK Holstebro	Kastemangekamp, Holstebro	23/10

10km:

29.36	Morten Munkholm -1985, Århus 1900	Schoorl, NED	14/02
30.01	Henrik Them -1982, Sparta AM	DM 10km, Århus	28/03
30.04	Jesper Faurschou -1983, Herning LK	DM 10km, Århus	28/03
30.20	Brian Lindberg -1984, AGF Atletik	DM 10km, Århus	28/03
30.35	Benjamin Wolthers -1982, Sparta AM	DM 10km, Århus	28/03
30.44	Ulrik Heitmann -1984, Århus 1900	DM 10km, Århus	28/03
30.52	Michael Nielsen -1981, AGF Atletik	DM 10km, Århus	28/03
30.55	Søren Molbech -1980, Århus 1900	DM 10km, Århus	28/03
31.04	Steffen Massaro -1983, Odense Atletik	DM 10km, Århus	28/03
31.09	Mikkel Kleis -1980, AGF Atletik	DM 10km, Århus	28/03

Halvmarathon:

1.05.13	Jesper Faurschou -1983, Herning LK	DM ½marathon, Lyngby	25/04
1.06.32	Ulrik Heitmann -1984, Århus 1900	DM ½marathon, Lyngby	25/04
1.06.36	Michael Nielsen -1981, AGF Atletik	DM ½marathon, Lyngby	25/04
1.07.17	Mikkel Kleis -1980, AGF Atletik	DM ½marathon, Lyngby	25/04
1.07.35	Brian Lindberg -1984, AGF Atletik	DM ½marathon, Lyngby	25/04
1.07.42	Martin Parkhøi -1973, Sparta AM	Powerade Halvmarathon, Kbh.	12/09
1.07.42	Tom Kristensen -1984, Sparta AM	Powerade Halvmarathon, Kbh.	12/09
1.08.05	Søren Molbech -1980, Århus 1900	DM ½marathon, Lyngby	25/04
1.09.11	Thomas Madsen -1985, AGF Atletik	DM ½marathon, Lyngby	25/04
1.09.32	Pär-Johan Lif -1973, Rødovre AC	DM ½marathon, Lyngby	25/04

Marathon:

2.18.47	Jeppe Farsøht -1978, Herning LK	Rotterdam, NED	11/04
2.19.33	Mikkel Kleis -1980, AGF Atletik	Berlin, GER	26/09
2.20.29	Martin Parkhøi -1973, Sparta AM	Frankfurt, GER	31/10
2.28.34	Jesper Faurschou -1983, Herning LK	EM, Barcelona, ESP	27/07
2.29.54	Torben Juul Nielsen -1967, Viking Atletik	DM Marathon, Kbh	23/05
2.30.13	Steen Petersen -1968, Herning LK	DM Marathon, Kbh	23/05
2.30.18	Henrik Skov Andersen -1967, SNIK Atletik	DM Marathon, Kbh	23/05
2.31.20	Søren Molbech -1980, Århus 1900	Berlin, GER	26/09
2.31.33	Daniel Skaaning Sandersen -1982, Blovstrød Løvene	DM Marathon, Kbh	23/05
2.31.47	Lars Budolfsen -1980, Sparta AM	Berlin, GER	26/09

3000m kapgang:

12.47.47	Andreas W. Nielsen -1988, GK Frem 2000	DMU, Glostrup	04/09
13.46.8	Jacob Sørensen -1974, Sdr. Omme IF	Flensborg, GER	12/09
15.21.8	Jesper Møller Thomsen -1979, Sdr. Omme IF	Flensborg, GER	12/09
15.56.8	Aksel V. Bendtsen -1958, MK Nørrevang	Flensborg, GER	12/09
16.18.2	Arturo Santillan -1969, GK Frem 2000	Fremgangen, Odense	02/10
16.18.3	Thomas Christensen -1968, Aalborg AM	Fremgangen, Odense	02/10
17.13.09	Kai Thomsen -1949, Sdr. Omme IF	VVDM, Haderslev	20/06
17.13.7	Mikael Jakobsen -1963, Greve Trim	ØVM, Holbæk	13/06
17.56.4	Peer Jensen -1957, Phønix/VI-39	Fremgangen, Odense	02/10

Udendørs seniorrangliste - 2010

18.42.80	Svend Åge Nørgård -1951, Sdr. Omme IF	VVDM, Haderslev	20/06

5000m kapgang:

22.57.5	Andreas W. Nielsen -1988, GK Frem 2000	Fremgangen, Odense	02/10
24.21.0	Jacob Sørensen -1974, Sdr. Omme IF	Fremgangen, Odense	02/10
26.21.22	Arturo Santillan -1969, GK Frem 2000	Store DM, Odense	07/08
26.32.5	Thomas Christensen -1968, Aalborg AM	Fremgangen, Odense	02/10
26.36.7	Jesper Møller Thomsen -1979, Sdr. Omme IF	Fremgangen, Odense	02/10
29.11.3	Aksel V. Bendtsen -1958, MK Nørrevang	KT 3, Sdr. Omme	22/05
29.14.7	Peer Jensen -1957, Phønix/VI-39	Fremgangen, Odense	02/10
29.30.9	Kai Thomsen -1949, Sdr. Omme IF	Fremgangen, Odense	02/10
31.25.5	Svend Åge Nørgård -1951, Sdr. Omme IF	Fremgangen, Odense	02/10
32.46.7	Bruno Christensen -1971, GK Frem 2000	DM Kapgang bane, Odense	21/08

10000m kapgang:

45.46.4	Andreas W. Nielsen -1988, GK Frem 2000	Fremgangen, Odense	02/10
48.57.3	Jacob Sørensen -1974, Sdr. Omme IF	Fremgangen, Odense	02/10
59.06.5	Arturo Santillan -1969, GK Frem 2000	DM Kapgang bane, Odense	21/08
66.30.5	Bruno Christensen -1971, GK Frem 2000	DM Kapgang bane, Odense	21/08

20000m kapgang:

1.37.43.18	Andreas W. Nielsen -1988, GK Frem 2000	NM Kapgang, Tuusula, FIN	04/09

3km kapgang:

17.12	Peer Jensen -1957, Phønix/VI-39	Odense Walk, Tornbjerg	17/04
17.27	Kai Thomsen -1949, Sdr. Omme IF	Odense Walk, Tornbjerg	17/04
18.46	Aksel V. Bendtsen -1958, MK Nørrevang	Odense Walk, Tornbjerg	17/04
18.59	Svend Åge Nørgård -1951, Sdr. Omme IF	Odense Walk, Tornbjerg	17/04

5km kapgang:

23.20	Andreas W. Nielsen -1988, GK Frem 2000	Odense Walk, Tornbjerg	17/04
26.09	Jacob Sørensen -1974, Sdr. Omme IF	Phønixmarchen, Vallensbæk	01/05
29.34	Peer Jensen -1957, Phønix/VI-39	Phønixmarchen, Vallensbæk	01/05
29.35	Mikael Jakobsen -1963, Greve Trim	Phønixmarchen, Vallensbæk	01/05
30.34	Aksel V. Bendtsen -1958, MK Nørrevang	Odense Walk, Tornbjerg	17/04
36.57	Birger S. Madsen -1951, Phønix/VI-39	Phønixmarchen, Vallensbæk	01/05

10km kapgang:

44.50	Andreas W. Nielsen -1988, GK Frem 2000	Krakow, POL	29/05
52.04	Jacob Sørensen -1974, Sdr. Omme IF	Phønixmarchen, Vallensbæk	01/05
61.33	Aksel V. Bendtsen -1958, MK Nørrevang	Odense Walk, Tornbjerg	17/04

20km kapgang:

1.33.45	Andreas W. Nielsen -1988, GK Frem 2000	Phønixmarchen, Vallensbæk	01/05
1.43.41	Jacob Sørensen -1974, Sdr. Omme IF	Phønixmarchen, Vallensbæk	01/05

30km kapgang:

Udendørs seniorrangliste - 2010

50km kapgang:

Tikamp (100m, længde, kugle, højde, 400m, 110m hæk, diskos, stang, spyd, 1500m):

7257 p	Christian Laugesen -1986, Sparta AM	ECUP, Tel Aviv, ISR	26/06
6953 p	Gert Skals -1983, Århus 1900	Mangekamp, Aabenraa	24/05
6281 p	Mathias Andersen -1988, AK Holstebro	DM mangekamp	21/08
6076 p	Olav Røe (u) -1982, Amager AC	DM mangekamp	21/08
6000 p	Morten Laugesen -1990, Korsør AM	Mangekamp, Aabenraa	24/05
5635 p	Martin Grønne -1990, Korsør AM	Mangekamp, Aabenraa	24/05
5284 p	Jens Agger -1993, Vejle IF	Klubmesterskab, Skive	24/09
5017 p	Marc Lorentzen -1981, Hvidovre AM	DM mangekamp	21/08
4269 p	Festus Asante (u) -1994, Skive AM	Klubmesterskab, Skive	24/09
4249 p	Rasmus Stouby -1992, Skive AM	Klubmesterskab, Skive	24/09

Udendørs seniorrangliste - 2010

Kvinder:

100m:

12.01 (+1.5)	Anna Olsson -1988, Sparta AM	ECUP kval, Østerbro	04/06
12.10 (+1.7)	Rugiatu Kallon -1993, Københavns IF	DMU, Glostrup	04/09
12.16 (+0.0)	Annelouise Villum Jensen -1996, SAK-77	Store DM, Odense	07/08
12.45 (+0.1)	Tine Bach Ejlersen -1985, Århus 1900	DT2, elitediv. Odense	27/06
12.49 (+1.4)	Louise B. Biede -1993, SAK-77	DT-finale, Hvidovre	11/09
12.54 (-0.7)	May Zerzut -1994, Helsingør IF	VU-Spelen, SWE	02/07
12.55 (+0.1)	Martha Traoré -1995, Sparta AM	Øst-DMU, Greve	19/06
12.55 (+0.2)	Mathilde Heltbech -1995, Helsingør IF	DMU, Glostrup	04/09
12.56 (+1.5)	Maria Severin -1980, Københavns IF	ECUP kval, Østerbro	04/06
12.62 (+1.1)	Erica Jarder (u) -1986, Sparta AM	Tårnby Games	01/05
12.11 (+4.7)	Anna Olsson -1988, Sparta AM	DT 1, elitediv, Esbjerg	15/05
12.15 (+2.4)	Annelouise Villum Jensen -1996, SAK-77	Sävedalsspelen, SWE	05/06
12.24 (+2.8)	Rugiatu Kallon -1993, Københavns IF	Distriktsmatchen 2010, Vejen	22/08
12.5 (-0.4)	Tina Brødsgaard -1988, Aabenraa IG	DT Kvinder Kval. Elitediv, Vejle	12/09
12.5 (+1.4)	May Zerzut -1994, Helsingør IF	LTU-indl. øst, Østerbro	09/05
12.50 (+4.7)	Louise B. Biede -1993, SAK-77	DT 1, elitediv, Esbjerg	15/05
12.57 (+3.1)	Anne N. Effersø -1990, Århus 1900	Donnas, ITA	10/07
12.67 (+2.4)	Sophie Roessler -1996, Odense Atletik	Sävedalsspelen, SWE	05/06
12.68 (+2.4)	Martha Traoré -1995, Sparta AM	Stockholm, SWE	11/06
12.71 (+3.4)	Mathilde Heltbech -1995, Helsingør IF	Borås, SWE	12/06
12.72 (+3.3)	Frederikke Borg -1994, SAK-77	DT 1, elitediv, Esbjerg	15/05

200m:

24.41 (+1.4)	Anna Olsson -1988, Sparta AM	ECUP kval, Østerbro	04/06
24.67 (+0.1)	Sara Petersen -1987, Århus 1900	DT2, elitediv. Odense	27/06
25.06 (+1.3)	Annelouise Villum Jensen -1996, SAK-77	VU-Spelen, SWE	02/07
25.26 (+0.1)	Stina Troest -1994, Amager AC	DT2, elitediv. Odense	27/06
25.30 (+0.1)	Helena Scherer -1984, Sparta AM	VU-Spelen, SWE	02/07
25.42 (+0.0)	Rugiatu Kallon -1993, Københavns IF	DMU, Glostrup	04/09
25.48 (+0.9)	Katrine Mikkelsen -1986, Aalborg AM	VU-Spelen, SWE	02/07
25.58 (-0.2)	Louise B. Biede -1993, SAK-77	U20-NM, Akureyri, ISL	28/08
25.73 (+0.1)	May Zerzut -1994, Helsingør IF	DT2, elitediv. Odense	27/06
25.77 (-0.7)	Tine Bach Ejlersen -1985, Århus 1900	Ratingen, GER	19/06
24.69 (+2.3)	Anna Olsson -1988, Sparta AM	DT-finale, Hvidovre	11/09
25.18 (+2.3)	Annelouise Villum Jensen -1996, SAK-77	DT-finale, Hvidovre	11/09
25.35 (+2.3)	Tine Bach Ejlersen -1985, Århus 1900	Desenzano, ITA	08/05
25.56 (+2.3)	Cæcilie Sams -1992, Randers Atletik Freja	Desenzano, ITA	08/05
26.07 (+2.3)	May Zerzut -1994, Helsingør IF	DT-finale, Hvidovre	11/09
26.13 (+2.3)	Anna Thestrup Andersen -1995, Århus 1900	DT-finale, Hvidovre	11/09

400m:

55.33	Helena Scherer -1984, Sparta AM	DT2, elitediv. Odense	27/06
55.61	Sara Petersen -1987, Århus 1900	DT2, elitediv. Odense	27/06
55.86	Stina Troest -1994, Amager AC	Helsingborg, SWE	09/07

Udendørs seniorrangliste - 2010

57.06	Katrine Mikkelsen -1986, Aalborg AM	Tirsdagsstævne, Aalborg	15/06
58.22	Dagmar Fæster Olsen -1994, Ballerup AK	Lyngby Games	05/06
59.88	Sara Brahmer Svendsen -1991, Sparta AM	LTU P19, Skive	14/08
1.00.01	Katrine Reinholdt -1994, Amager AC	LTU P19, Skive	14/08
1.00.34	Helene Wellm -1995, Sparta AM	Store DM, Odense	07/08
1.00.36	Nanna Boholm -1992, Aalborg AM	VU-Spelen, SWE	02/07
1.00.64	Katrine Toft Væsel -1991, Skive AM	LTU indl. vest, Odense	08/05

800m:

2.09.23	Dagmar Fæster Olsen -1994, Ballerup AK	Watford, GBR	12/06
2.11.14	Alvilde M. Ossum -1982, Sparta AM	Solihull, GBR	10/07
2.11.84	Katrine Reinholdt -1994, Amager AC	VU-Spelen, SWE	02/07
2.12.00	Katrine Toft Væsel -1991, Skive AM	Leiden, NED	12/06
2.12.11	Lisbeth Pedersen -1975, Hvidovre AM	DT2, elitediv. Odense	27/06
2.15.37	Josefine Rytter -1994, Bagsværd AC	DMU, Glostrup	04/09
2.15.66	Louise Brasen -1981, Sparta AM	ABC 4, Århus	31/08
2.15.70	Sara Petersen -1987, Århus 1900	DT-finale, Hvidovre	11/09
2.18.17	Annemette S Fischer -1975, Frederiksberg IF	VU-Spelen, SWE	02/07
2.18.36	Helene Wellm -1995, Sparta AM	Baneturneringsfinale, Bagsværd	21/08

1500m:

4.27.81	Louise Brasen -1981, Sparta AM	EM Hold, Malta	19/06
4.33.69	Alvilde M. Ossum -1982, Sparta AM	ECUP kval, Østerbro	04/06
4.36.77	Katrine Toft Væsel -1991, Skive AM	ECUP kval, Østerbro	04/06
4.37.83	Bjørk Herup Olsen -1991, Helsingør IF	VU-Spelen, SWE	02/07
4.38.29	Katrine Reinholdt -1994, Amager AC	U20-NM, Akureyri, ISL	28/08
4.44.0	Gitte Karlshøj -1959, Århus 1900	1500m, Århus	03/08
4.48.27	Anna B Mikkelsen -1994, Bagsværd AC	Baneturneringen 2, Glostrup	10/06
4.50.11	Ida Bobach -1991, SAK-77	DT2, elitediv. Odense	27/06
4.50.16	Trine Birch Okkels -1966, IK Hellas	Baneturneringsfinale, Bagsværd	21/08
4.50.68	Helle M Svensson -1983, Odense Atletik	ABC 3, Århus	21/08

3000m:

9.34.01	Lisbeth Pedersen -1975, Hvidovre AM	ECUP kval, Østerbro	04/06
9.37.57	Maria Sig Møller -1983, AGF Atletik	ECUP kval, Østerbro	04/06
9.41.24	Louise Brasen -1981, Sparta AM	Baneturneringsfinale, Bagsværd	21/08
10.05.12	Simone Glad -1990, Odense Atletik	Torsdagsstævne, Odense	23/09
10.05.86	Bjørk Herup Olsen -1991, Helsingør IF	VU-Spelen, SWE	02/07
10.08.00	Anne-Sofie Pade Hansen -1973, Sparta AM	Baneturnering, Østerbro	11/05
10.16.43	Anna B Mikkelsen -1994, Bagsværd AC	Baneturnering, Østerbro	11/05
10.18.46	Nanna Bagger -1993, Skive AM	Tårnby Games	01/05
10.21.58	Desiree Culmsee -1986, Hvidovre AM	Baneturneringsfinale, Bagsværd	21/08
10.21.96	Louise Laursen -1988, AGF Atletik	Uddevalla, SWE	24/07

5000m:

16.33.11	Maria Sig Møller -1983, AGF Atletik	EM Hold, Malta	19/06
16.58.20	Anna Holm Baumeister -1987, Viking Atletik	Boston, USA	07/03
16.59.45	Elisabeth May -1983, Sparta AM	ECup hold, Bern, SUI	30/05

Udendørs seniorrangliste - 2010

17.03.61	Louise Brasen -1981, Sparta AM	Store DM, Odense	07/08
17.09.0	Maja Alm -1988, AGF Atletik	Mellem/lang ministævne,Århus	10/06
17.21.75	Simone Glad -1990, Odense Atletik	Store DM, Odense	07/08
17.24.89	Signe Gasbjerg -1977, Sparta AM	ECUP kval, Østerbro	04/06
17.26.07	Anne-Sofie Pade Hansen -1973, Sparta AM	Store DM, Odense	07/08
17.43.48	Emma Klingenberg -1992, SAK-77	DT2, elitediv. Odense	27/06
17.49.7	Bjørk Herup Olsen -1991, Helsingør IF	Jatnaøk, Torshavn	17/07

10000m:

35.19.21	Anna Holm Baumeister -1987, Viking Atletik	Penn Relays, USA	22/04
36.07.01	Signe Gasbjerg -1977, Sparta AM	Nordic 10.000m Challenge, FIN	23/05
36.34.92	Anne-Sofie Pade Hansen -1973, Sparta AM	DM 10000m, Bagsværd	21/08
36.53.05	Dorte Dahl -1965, Blovstrød Løverne	DM 10000m, Bagsværd	21/08
37.20.49	Simone Glad -1990, Odense Atletik	Nordic 10.000m Challenge, FIN	23/05
38.38.04	Mette Møhncke -1971, Bagsværd AC	DM 10000m, Bagsværd	21/08
41.09.23	Else Marie Ammentorp -1957, IK Hellas	DM 10000m, Bagsværd	21/08
41.27.34	Karen Wonsyld -1980, Trongårdens IF	DM 10000m, Bagsværd	21/08
42.32.33	Anette Bergstrøm -1961, SNIK Atletik	DM 10000m, Bagsværd	21/08
43.56.17	Anne Frankland -1968, Bagsværd AC	DM 10000m, Bagsværd	21/08

100m hæk:

13.93 (+0.0)	Anne Møller -1987, Aabenraa IG	EM Hold, Malta	19/06
14.24 (+0.8)	Louise B. Biede -1993, SAK-77	Store DM, Odense	07/08
14.41 (+0.0)	Tine Bach Ejlersen -1985, Århus 1900	DT2, elitediv. Odense	27/06
15.44 (+1.4)	Line R Jensen -1992, Skive AM	DMU, Glostrup	04/09
15.65 (+0.0)	Huma H Nielsen -1993, Amager AC	DT2, elitediv. Odense	27/06
15.81 (+0.4)	Cæcilie Sams -1992, Randers Atletik Freja	Desenzano, ITA	08/05
15.81 (+1.6)	Thea Haahr -1991, Sparta AM	DT-finale, Hvidovre	11/09
15.98 (+0.0)	Nanna Boholm -1992, Aalborg AM	Vest-DMU, Aalborg	19/06
16.09 (-2.0)	Lisbeth Bertelsen -1971, Vejle IF	DT, 1.div., Aabenraa	01/01
16.22 (+1.7)	Luisa Falk -1993, Amager AC	LTU-indl. øst, Østerbro	09/05

400m hæk:

57.28	Sara Petersen -1987, Århus 1900	EM, Barcelona, ESP	27/07
58.88	Stina Troest -1994, Amager AC	Ungdoms-OL, SIN	18/08
1.02.50	Nanna Boholm -1992, Aalborg AM	VU-Spelen, SWE	02/07
1.05.26	Helene Wellm -1995, Sparta AM	Store DM, Odense	07/08
1.07.13	Emma Steenberg -1994, SAK-77	Vest-DMU, Aalborg	19/06
1.07.41	Joseffa Keidser -1995, Århus 1900	DT-finale, Hvidovre	11/09
1.07.81	Mathilde Heltbech -1995, Helsingør IF	DT-finale, Hvidovre	11/09
1.08.96	Louise Tietze -1993, Sparta AM	DT-finale, Hvidovre	11/09
1.09.08	Maiken Sjøholtstrand -1988, Odense Atletik	Torsdagsstævne, Odense	23/09
1.10.16	Laetitia Kim Bruun -1994, Sparta AM	Distriktsmatchen 2010, Vejen	22/08

3000m forhindring:

10.45.08	Simone Glad -1990, Odense Atletik	EM Hold, Malta	19/06
11.30.94	Caroline Tauson -1994, Sparta AM	ECUP kval, Østerbro	04/06

Udendørs seniorrangliste - 2010

11.55.78	Masha Semak -1985, Blovstrød Løverne	ECUP kval, Østerbro	04/06
12.10.87	Karina Klok -1992, Amager AC	Baneturnering 3, Frederiksberg	24/06
13.56.39	Anne Sofie Svane -1994, Skive AM	EC-Junior, Rieti, ITA	18/09
14.55.8	Christina Børglum -1977, Frederiksberg IF	Ben Hur 15kamp, Østerbro	20/09
15.15.8	Katrine Hein Bünger -1987, Frederiksberg IF	Ben Hur 15kamp, Østerbro	20/09
17.11.6	Maria Hansen -1990, Københavns IF	Ben Hur 15kamp, Østerbro	20/09

4x100m:

47.02	Danmark Senior	EM Hold, Malta	19/06
48.30	Sparta AM Senior	DT-finale, Hvidovre	11/09
48.80	Sparta AM P22	DT2, elitediv. Odense	27/06
48.90	Danmark P19	U20-NM, Akureyri, ISL	28/08
49.19	SAK-77 Senior	DT-finale, Hvidovre	11/09
49.46	Århus 1900 Senior	DT-finale, Hvidovre	11/09
50.27	Hvidovre AM Senior	DT2, elitediv. Odense	27/06
50.28	Odense Atletik P22	DT2, elitediv. Odense	27/06
50.31	SAK-77 P17	DMU, Glostrup	04/09
50.35	Aabenraa IG Senior	DT, 1.div., Aabenraa	01/01

4x400m:

3.44.16	Danmark Senior	EM Hold, Malta	19/06
3.59.33	Sparta AM Senior	DT2, elitediv. Odense	27/06
4.00.70	Danmark P19	U20-NM, Akureyri, ISL	28/08
4.01.64	Amager AC P19	DT2, elitediv. Odense	27/06
4.04.44	Århus 1900 Senior	DT-finale, Hvidovre	11/09
4.04.82	SAK-77 P19	DMU, Glostrup	04/09
4.05.16	SAK-77 Senior	DT-finale, Hvidovre	11/09
4.16.16	Amager AC Senior	DT-finale, Hvidovre	11/09
4.17.88	Odense Atletik Senior	Stafet DM, Korsør	24/08
4.18.25	Odense Atletik P22	Store DM, Odense	07/08

Højdespring:

1.70	Line Skriver -1991, Randers Atletik Freja	EM Hold, Malta	19/06
1.68	Mathilde Diekema Jensen -1994, Århus 1900	Formia, ITA	11/05
1.68	Ekaterina Poalikova -1993, Århus 1900	Formia, ITA	11/05
1.67	Cæcilie Sams -1992, Randers Atletik Freja	NM Mangekamp, Randers	13/06
1.67	Sandra B Christensen -1995, Amager AC	Springstævne, Østerbro	18/07
1.67	Tine Bach Ejlersen -1985, Århus 1900	DM mangekamp	21/08
1.67	Sofie Albrechtsen -1995, Esbjerg AM	Vest hold ungdom, Herning	25/09
1.66	Camilla Lipczak Nielsen -1995, Holte Atletik	Klubmesterskaber, Holte	11/09
1.65	Ida Ilsø -1996, Aabenraa IG	DMU, Glostrup	04/09
1.60	Janne Nielsen -1993, Vejle IF	Regionsstævne, Vejle	24/04

Stangspring:

4.25	Cathrine Larsåsen (u) -1986, Sparta AM	Store DM, Odense	07/08
4.19	Iben Høgh-Pedersen -1990, Randers Atletik Freja	Halmstad, SWE	17/07
4.15	Caroline Bonde Holm -1990, Sparta AM	ECup hold, Bern, SUI	30/05
3.70	Line R Jensen -1992, Skive AM	Mannheim, GER	03/07

Udendørs seniorrangliste - 2010

3.45	Mette Gravlund Hansen -1994, Helsingør IF	Øst-DMU, Greve	19/06
3.12	Anne Sofie Olsen -1994, Københavns IF	DT Kvinder Kval. Elitediv, Vejle	12/09
3.11	Karina Otto -1990, Sparta AM	DT2, elitediv. Odense	27/06
3.00	Nanna Boholm -1992, Aalborg AM	Vest-DMU, Aalborg	19/06
3.00	Caroline Ranners -1995, Ballerup AK	DMU, Glostrup	04/09
2.90	Annette Nielsen -1996, Københavns IF	Eurotrack 2010, Frederiksberg	26/06

Længdespring:

6.33 (+0.0)	Erica Jarder (u) -1986, Sparta AM	Springstævne, Østerbro	18/07
6.13 (+1.1)	Jessie Ipsen -1983, Københavns IF	Store DM, Odense	07/08
5.99 (+0.0)	Tine Bach Ejlersen -1985, Århus 1900	ECUP kval, Østerbro	04/06
5.80 (+1.5)	Cæcilie Sams -1992, Randers Atletik Freja	ECUP kval, Østerbro	04/06
5.80 (-1.8)	Martha Traoré -1995, Sparta AM	ECUP kval, Østerbro	04/06
5.73 (-0.4)	Laetitia Kim Bruun -1994, Sparta AM	ECUP kval, Østerbro	04/06
5.68 (+0.6)	May Zerzut -1994, Helsingør IF	LTU P19, Skive	14/08
5.51 (+0.0)	Emilie Starling -1991, Hvidovre AM	Store DM, Odense	07/08
5.46 (+0.0)	Lisbeth Bertelsen -1971, Vejle IF	DT, 1.div., Aabenraa	01/01
5.44 (+0.1)	Anna Olsson -1988, Sparta AM	Tårnby Games	01/05

6.17 (+3.7)	Erica Jarder (u) -1986, Sparta AM	VU-Spelen, SWE	02/07
5.96 (+2.8)	Martha Traoré -1995, Sparta AM	Springstævne, Østerbro	18/07
5.91 (+2.4)	Jessie Ipsen -1983, Københavns IF	VU-Spelen, SWE	02/07
5.81 (+3.2)	Tine Bach Ejlersen -1985, Århus 1900	DT 1, elitediv, Esbjerg	15/05
5.77 (+2.3)	Laetitia Kim Bruun -1994, Sparta AM	ECup hold, Bern, SUI	30/05
5.74 (+3.6)	Cæcilie Sams -1992, Randers Atletik Freja	Mangekamp, Aabenraa	24/05
5.56 (+3.3)	Anna Olsson -1988, Sparta AM	VU-Spelen, SWE	02/07
5.37 (-)	Sophie Roessler -1996, Odense Atletik	Sävedalsspelen, SWE	05/06
5.34 (+2.1)	Emilie Starling -1991, Hvidovre AM	DT 1, elitediv, Esbjerg	15/05
5.33 (+3.4)	Anne Sofie Vermund -1993, Sparta AM	DT 1, elitediv, Esbjerg	15/05
5.19 (+3.1)	Anna Thestrup Andersen -1995, Århus 1900	DT 1, elitediv, Esbjerg	15/05
5.15 (+3.1)	Cathrine V. Ott -1996, Frederiksberg IF	Eurotrack 2010, Frederiksberg	26/06
5.12 (+2.1)	Lotte Thiesen -1981, Hvidovre AM	DT 1, elitediv, Esbjerg	15/05
5.11 (+2.1)	Jeanette Hedeager -1991, Odense Atletik	DT 1, elitediv, Esbjerg	15/05

Trespring:

12.63 (+1.8)	Erica Jarder (u) -1986, Sparta AM	Springstævne, Østerbro	18/07
12.36 (+1.6)	Lisbeth Bertelsen -1971, Vejle IF	Store DM, Odense	07/08
12.25 (+0.6)	Laetitia Kim Bruun -1994, Sparta AM	Store DM, Odense	07/08
12.11 (+1.7)	Jessie Ipsen -1983, Københavns IF	Ben Hur 15kamp, Østerbro	20/09
12.03 (+1.6)	Jeanette Hedeager -1991, Odense Atletik	ECUP kval, Østerbro	04/06
11.96 (+1.1)	Maren Hogberget (u) -1989, Sparta AM	ECUP kval, Østerbro	04/06
11.77 (+0.0)	Lotte Thiesen -1981, Hvidovre AM	DT2, elitediv. Odense	27/06
11.75 (+0.0)	Katrine Holten Kristensen -1989, Københavns IF	Store DM, Odense	07/08
11.25 (-2.6)	Mathilde Diekema Jensen -1994, Århus 1900	DMU, Glostrup	04/09
11.22 (+1.6)	Sophie Roessler -1996, Odense Atletik	Sävedalsspelen, SWE	05/06

11.68 (+2.2)	Jeanette Hedeager -1991, Odense Atletik	DT 1, elitediv, Esbjerg	15/05
11.45 (+2.5)	Maren Hogberget (u) -1989, Sparta AM	ECup hold, Bern, SUI	30/05

Udendørs seniorrangliste - 2010

11.38 (+2.3)	Lotte Thiesen -1981, Hvidovre AM	DT 1, elitediv, Esbjerg	15/05
11.34 (+3.3)	Sophie Roessler -1996, Odense Atletik	VU-Spelen, SWE	02/07
10.99 (+3.0)	Julia Johannessen -1990, Helsingør IF	DT2, elitediv. Odense	27/06
10.91 (-)	Janne Nielsen -1993, Vejle IF	Calella, ESP	04/04
10.87 (+2.9)	Katrine Vorum -1981, Sparta AM	DT 1, elitediv, Esbjerg	15/05
10.66 (+3.3)	Mathilde Diekema Jensen -1994, Århus 1900	DT 1, elitediv, Esbjerg	15/05
10.60 (+4.0)	Cathrine V. Ott -1996, Frederiksberg IF	VU-Spelen, SWE	02/07

Kuglestød (4.00kg):

14.17	Trine Mulbjerg -1990, Århus 1900	U23-NM, Söderhamn, SWE	04/09
13.72	Meiken Greve -1980, Sparta AM	Helsingborg, SWE	09/07
13.04	Maria Sløk Hansen -1983, Hvidovre AM	DT2, elitediv. Odense	27/06
13.03	Marianne Simonsen -1976, SAK-77	DT2, elitediv. Odense	27/06
12.88	Nina Otto -1991, Sparta AM	Tårnby Games	01/05
12.63	Mette Overgaard -1971, Københavns IF	DT Kvinder Kval. Elitediv, Vejle	12/09
12.30	Caley Carter Knudsen -1981, Odense Atletik	DT 1, elitediv, Esbjerg	15/05
12.06	Jane Lindved -1985, Århus 1900	Store DM, Odense	07/08
11.99	Orsi Vörös -1989, Amager AC	Tårnby Games	01/05
11.67	Cæcilie Sams -1992, Randers Atletik Freja	Mangekamp, Aabenraa	24/05

Diskoskast (1.00kg):

47.86	Maria Sløk Hansen -1983, Hvidovre AM	Afslutningsstævne, Greve	25/09
46.09	Marianne Simonsen -1976, SAK-77	ECUP kval, Østerbro	04/06
42.93	Ane Marchen Corlin -1973, Sparta AM	Store DM, Odense	07/08
42.89	Kathrine Bebe -1991, Helsingør IF	Helsingborg, SWE	09/11
42.85	Trine Mulbjerg -1990, Århus 1900	Store DM, Odense	07/08
40.04	Hilde Nordtveit -1988, Århus 1900	DT-finale, Hvidovre	11/09
39.97	Karina Hauge -1988, Sparta AM	Helsingborg, SWE	09/11
37.15	Nina Otto -1991, Sparta AM	DMU, Glostrup	04/09
36.89	Marie Aagaard -1996, Aabenraa IG	Kastestævne, Aabenraa	13/10
36.88	Maria L. Jensen -1990, Ballerup AK	DM Kastemangekamp, Esbjerg	18/09

Spydkast (600 g):

48.13	Nina Otto -1991, Sparta AM	Halle, GER	15/05
47.80	Jane Lindved -1985, Århus 1900	Store DM, Odense	07/08
46.58	Maria L. Jensen -1990, Ballerup AK	Store DM, Odense	07/08
44.20	Trine Jacobsen -1992, Helsingør IF	DM Kastemangekamp, Esbjerg	18/09
43.51	Ane Marchen Corlin -1973, Sparta AM	DT-finale, Hvidovre	11/09
42.08	Marie Vestergaard -1991, Skive AM	EC-Junior, Rieti, ITA	18/09
39.49	Tine Bach Ejlersen -1985, Århus 1900	DM mangekamp	21/08
38.21	Signe Bech -1980, Sparta AM	DT 1, elitediv, Esbjerg	15/05
37.81	Marie Pedersen -1985, Aalborg AM	DT, 1.div., Aabenraa	01/01
37.64	Mie Nelander -1993, Greve Atletik	DMU, Glostrup	04/09

Hammerkast (4.00kg):

58.57	Meiken Greve -1980, Sparta AM	Throw-time, Østerbro	21/05
47.87	Heidi Toft Hansen -1991, Skive AM	DT 1, elitediv, Esbjerg	15/05
45.38	Maria Sløk Hansen -1983, Hvidovre AM	DM Kastemangekamp, Esbjerg	18/09

Udendørs seniorrangliste - 2010

44.88	Jane Lindved -1985, Århus 1900	ECUP kval, Østerbro	04/06
44.44	Julie Holse -1987, Sparta AM	Throw-time, Østerbro	21/05
41.29	Louise Odgaard -1993, Helsingør IF	Malmö, SWE	11/08
39.67	Celina Julin -1994, Herlev Atletik	DMU, Glostrup	04/09
39.49	Lise Mogensen -1983, Hvidovre AM	Kastestævne, Hvidovre	30/09
38.13	Maria Hansen -1990, Københavns IF	Kastestævne, Hvidovre	04/09
38.03	Maria L. Jensen -1990, Ballerup AK	DT-kval, 1. div., Holbæk	21/09

Vægtkast (9.072kg):

17.01	Meiken Greve -1980, Sparta AM	DM Kastemangekamp, Esbjerg	18/09
14.03	Maria Sløk Hansen -1983, Hvidovre AM	DM Kastemangekamp, Esbjerg	18/09
13.89	Celina Julin -1994, Herlev Atletik	Afslutningsstævne, Greve	25/09
13.69	Trine Mulbjerg -1990, Århus 1900	Store DM, Odense	07/08
13.26	Heidi Toft Hansen -1991, Hvidovre AM	Store DM, Odense	07/08
13.02	Jane Lindved -1985, Århus 1900	Store DM, Odense	07/08
12.50	Lise Mogensen -1983, Hvidovre AM	DM Kastemangekamp, Esbjerg	18/09
11.61	Anne Jensen -1954, Aalborg AM	Veteran-EM	15/07
11.25	Inge Faldager -1948, Hvidovre AM	Store DM, Odense	07/08
11.05	Anette H Christensen -1962, Sparta AM	Veteran-DM, Aalborg	28/08

10km:

33.56	Maria Sig Møller -1983, AGF Atletik	Manchester, GBR	16/05
35.28	Elisabeth May -1983, Sparta AM	DM 10km, Århus	28/03
35.32	Joan Bláfoss -1980, KTK 86	DM 10km, Århus	28/03
35.55	Gitte Karlshøj -1959, Århus 1900	DM 10km, Århus	28/03
36.25	Signe Gasbjerg -1977, Sparta AM	DM 10km, Århus	28/03
36.28	Aisha Rafique -1984, AGF Atletik	DM 10km, Århus	28/03
36.39	Simone Glad -1990, Odense Atletik	DM 10km, Århus	28/03
36.40	Sara Sig Møller -1983, AGF Atletik	VT3, Roskilde	31/01
36.41	Anne-Sofie Pade Hansen -1973, Sparta AM	DM 10km, Århus	28/03
37.01	Nanna Bagger -1993, Skive AM	DM 10km, Århus	28/03

Halvmarathon:

1.18.17	Maria Sig Møller -1983, AGF Atletik	H.C. Andersen Marathon	18/09
1.18.21	Anne-Sofie Pade Hansen -1973, Sparta AM	DM ½marathon, Lyngby	25/04
1.18.33	Signe Gasbjerg -1977, Sparta AM	DM ½marathon, Lyngby	25/04
1.20.45	Vibeke Houlborg -1976, Skive AM	DM ½marathon, Lyngby	25/04
1.21.01	Mette Møhncke -1971, Bagsværd AC	DM ½marathon, Lyngby	25/04
1.22.16	Malene Munkholm -1968, Sparta AM	DM ½marathon, Lyngby	25/04
1.22.42	Dorte Dahl -1965, Blovstrød Løverne	DM ½marathon, Lyngby	25/04
1.22.44	Ida Kirkegaard -1976, AGF Atletik	DM ½marathon, Lyngby	25/04
1.22.56	Mette Bøgard -1983, HG Atletik	DM ½marathon, Lyngby	25/04
1.23.20	Nina W. Madsen -1964, Fjordløberne	DM ½marathon, Lyngby	25/04

Marathon:

2.38.26	Anne-mette Aagaard -1973, Sparta AM	Frankfurt, GER	31/10
2.44.16	Anne-Sofie Pade Hansen -1973, Sparta AM	DM Marathon, Kbh	23/05
2.52.08	Vibeke Houlborg -1976, Skive AM	Berlin, GER	26/09

Udendørs seniorrangliste - 2010

2.54.52	Mette Møhncke -1971, Bagsværd AC	H.C. Andersen Marathon	18/09
2.55.20	Lone Balling -1976, Skive AM	Viborg City Marathon	10/10
2.55.56	Dorte Dahl -1965, Blovstrød Løverne	H.C. Andersen Marathon	18/09
2.56.22	Nina W. Madsen -1964, Fjordløberne	H.C. Andersen Marathon	18/09
2.58.39	Vibeke Hansen -1954, SNIK Atletik	DM Marathon, Kbh	23/05
3.00.07	Mette Bøgard -1983, HG Atletik	DM Marathon, Kbh	23/05
3.00.52	Mette Oldenborg -1970, Sparta AM	Berlin, GER	26/09

3000m kapgang:

14.22.71	Josefine Klausen -1991, GK Frem 2000	DMU, Glostrup	04/09
17.29.25	Angela M Svendsen -1975, Phønix/VI-39	Veteran-DM, Aalborg	28/08
23.17.99	Birgit Thomsen -1955, Bov IF	VVDM, Haderslev	20/06

5000m kapgang:

25.22.90	Josefine Klausen -1991, GK Frem 2000	NM Kapgang, Tuusula, FIN	04/09
30.35.3	Angela M Svendsen -1975, Phønix/VI-39	DM Kapgang bane, Odense	21/08

10000m kapgang:

20000m kapgang:

3km kapgang:

5km kapgang:

27.27	Josefine Klausen -1991, GK Frem 2000	Odense Walk, Tornbjerg	17/04

10km kapgang:

54.37	Josefine Klausen -1991, GK Frem 2000	Odense Walk, Tornbjerg	17/04

20km kapgang:

1.57.19	Josefine Klausen -1991, GK Frem 2000	NM Kapgang, Bergen, NOR	25/09

30km kapgang:

50km kapgang:

Syvkamp (100 hæk, højde, kugle, 200m, længde, spyd, 800m):

5281 p	Tine Bach Ejlersen -1985, Århus 1900	DM mangekamp	21/08
4945 p	Cæcilie Sams -1992, Randers Atletik Freja	NM Mangekamp, Randers	13/06
4865 p	Huma H Nielsen -1993, Amager AC	DM mangekamp	21/08
4747 p	Louise Tietze -1993, Sparta AM	DM mangekamp	21/08
4357 p	Camilla Hansen -1994, Greve Atletik	DM mangekamp	21/08
3229 p	Jeanette Hedeager -1991, Odense Atletik	Mangekamp, Aabenraa	24/05
3109 p	Thea Haahr -1991, Sparta AM	Mangekamp, Aabenraa	24/05
3021 p	Christine Lund Jensen -1991, Sparta AM	DM mangekamp	21/08
2989 p	Anne Sofie Olsen -1994, Københavns IF	Mangekamp, Aabenraa	24/05

Udendørs seniorrangliste - 2010

2900 p	Cecilie E Hansen -1993, IK Hellas	DM mangekamp	21/08