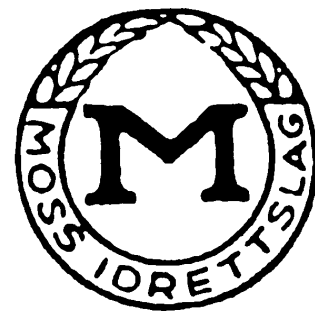


**INNENDØRS  
DE BESTE GJENNOM ALLE TIDER – MOSS I.L.  
PR. 31.12.2021**



**MENN**

**60 meter**

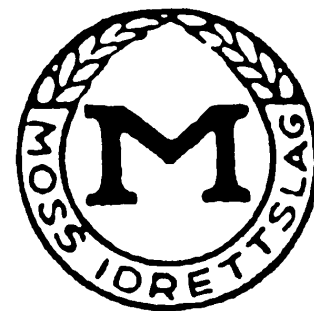
Geir Moen ( 69 )	6,65	1995
Martin Blekkerud ( 75 )	6,99	1998
Birger Hermansen ( 76 )	7,04	1994
Daniel E. Lauritzen ( 94 )	7,04	2011
Jørn Tollefsen ( 73 )	7,09	1997
Pavlik Wang (95)	7,23	2012
Kristian Skullerud ( 85 )	7,25	2004
Oliver Tollefsen (2004)	7,25	2021
Jørgen Utne ( 88 )	7,26	2007
John Anders E. Hovland ( 95 )	7,26	2013
Martin Johansen ( 88 )	7,28	2009
Robert Høynesdal ( 74 )	7,29	2003
Torstein Eliassen ( 99 )	7,29	2016
Jonas S. Bakken ( 80 )	7,33	1998
Magnus Knarvik ( 99 )	7,38	2018
Andre Lia ( 83 )	7,40	2000
Richard Sommerseth ( 65 )	7,42	1986
Atcha Prommetta ( 99 )	7,45	2017
Abdurazak Sharif ( 99 )	7,46	2014
Espen Oddhaug ( 68 )	7,47	1990
Espen Stubberud ( 80 )	7,47	1998
Sondre Sølberg (93)	7,53	2012
Håkon E. Hovland (97)	7,56	2013

**Manuelt supplement**

Morten Røraas ( 60 )	7,1	1977
Per O. Eek ( 59 )	7,1	1978
Trond Olsen ( 52 )	7,1	1979
Freddy Johansson	7,1	1979
Geir Sommerseth ( 61 )	7,1	1980
Erik B. Hansen ( 57 )	7,2	1976
Richard Sommerseth ( 65 )	7,2	1984
Anders Fjeld ( 68 )	7,2	1987

**100 meter**

Geir Moen ( 69 )	10,31	1996
Martin Blekkerud ( 75 )	10,85	1997
Jørn Tollefsen ( 73 )	11,04	1998
Jørgen Utne ( 88 )	11,39	2007
Jonas S. Bakken ( 80 )	11,43	1998
Birger Hermansen ( 76 )	11,44	1997
Daniel E. Lauritzen ( 94 )	11,55	2011
Robert Høynesdal ( 74 )	11,59	2003
Andre Lia ( 83 )	11,71	2001
Martin Johansen ( 88 )	11,72	2007
Sondre Sølberg (93)	11,77	2011
Magnus Knarvik ( 99 )	11,79	2018
Frans Arne Stylegar ( 69 )	11,85	1988
John Anders E. Hovland ( 95 )	11,87	2010
Richard Sommerseth ( 65 )	11,96	1984
Vilhelm Ellingsen ( 67 )	11,96	1990



#### Manuelt supplement

Morten Røraas ( 60 )	11,5	1979
Geir Sommerseth ( 61 )	11,6	1980
Kjell O. Skjerve ( 67 )	11,6	1984

#### **200 meter**

Geir Moen ( 69 )	20,47	1997
Jørn Tollefsen ( 73 )	22,05	1998
Martin Blekkerud ( 75 )	22,32	1999
Pavlik Wang (95)	22,75	2012
Oliver Tollefsen ( 2004 )	22,76	2020
Robert Høynesdal ( 74 )	23,05	2003
Andre Lia ( 83 )	23,18	2001
Jonas S. Bakken ( 80 )	23,50	1998
Torstein Eliassen ( 99 )	23,51	2016
Erik Røraas (94)	23,71	2013
Glenn T. Fjeldstad ( 75 )	23,76	1993
Abdurazak Sharif ( 99 )	23,78	2014
Magnus Knarvik ( 99 )	23,89	2017
John Anders E. Hovland (95)	23,97	2012
Bendik Hansen ( 98 )	24,21	2016
Roger Tollefsen ( 80 )	24,29	1998
Atcha Prommetta ( 99 )	24,31	2014
Vilhelm Ellingsen ( 67 )	24,39	1989
Frode Eriksen	24,81	1990

#### Manuelt supplement

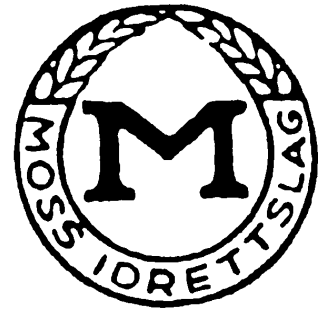
Richard Sommerseth ( 65 )	23,3	1985
---------------------------	------	------

#### **400 meter**

Sondre Sølberg ( 93 )	50,51	2014
Andre Lia ( 83 )	52,27	2001
Jørn Tollefsen ( 73 )	52,29	1993
Erik Røraas (94)	52,42	2013
Robert Nakken ( 70 )	53,68	1992
Øyvind Haaland ( 81 )	53,82	2001
Henrik T. Tveter ( 87 )	54,06	2007
Bendik Hansen ( 98 )	54,07	2016
Kyrre Stav ( 75 )	55,42	1992
Ole K. Trana ( 67 )	57,3	1985
Frode Tollefsen ( 75 )	57,8	1992
Hans A. Øverås ( 69 )	57,9	1985
Håvard Våge ( 76 )	58,17	1993
Per M. Røseth ( 69 )	58,2	1985

#### **800 meter**

Sondre Sølberg (93)	1,57,18	2011
Are Nakkim ( 64 )	1,59,0	1983
Geir Kristensen ( 78 )	2,01,39	2000
Henrik T. Tveter ( 87 )	2,01,63	2005
Vebjørn Østlie (99)	2,04,14	2018
Bendik Hansen ( 98 )	2,04,41	2016
Aleksander Åsheim ( 89 )	2,04,61	2007
Eilif Rosnæs ( 86 )	2,05,04	2005
Jørn Tollefsen ( 73 )	2,05,6	1992
Tore Østvold ( 64 )	2,05,87	1984
Jan Felde ( 64 )	2,06,26	1984
Trond Michalsen ( 60 )	2,06,3	1977
Erik Abrahamsen ( 61 )	2,06,8	1978



### 1500 meter

Are Nakkim ( 64 )	3,52,20	1984
Ulrik G. Lolland ( 92 )	3,54,42	2017
Niels Nickelsen ( 64 )	4,01,25	1993
Jan Felde ( 64 )	4,03,35	1991
Geir Kristensen ( 78 )	4,14,56	2000
Henrik T. Tveter ( 87 )	4,21,59	2003
Thomas Økern ( 74 )	4,32,76	1993
Petter Pettersen ( 74 )	4,38,3	1992
Hans A. Øverås ( 69 )	4,40,91	1985
Mathias Sträng (99)	4,41,18	2018
Eirik Fredriksen ( 2001 )	4,41,50	2016
Johannes Ihlebæk ( 70 )	4,44,13	1985

### 3000 meter

Are Nakkim ( 64 )	7,52,06	1990
Geir Kristensen ( 78 )	8,28,29	2001
Jan Felde ( 64 )	8,29,6	1996
Niels Nickelsen ( 64 )	8,32,13	1993
Ulrik G. Lolland ( 92 )	8,46,31	2017
Gunnar Lahelle	9,13,30	1989
Svein Wiig	9,24,32	1988

### 60 m hekk

Birger Hermansen ( 76 )	8,27	1998
Per Nicolaisen ( 61 )	8,48	1983
Morchid Nour-Eddine	8,71	1990
Vilhelm Ellingsen ( 67 )	8,98	1990
Jonas S. Bakken ( 80 )	10,12	2001
Jørn Tollefsen ( 73 )	10,4	1992

### 110 m hekk

Per Nicolaisen ( 61 )	15,04	1983
Vilhelm Ellingsen ( 67 )	16,18	1990

### Lengde

Geir Moen ( 69 )	7,44	1989
Martin Blekkerud ( 75 )	7,13	1995
Trond Olsen ( 52 )	6,94	1979
Per Nicolaisen ( 61 )	6,84	1983
Richard Sommerseth ( 65 )	6,84	1984
Morten Røraas ( 60 )	6,76	1979
Vilhelm Ellingsen ( 67 )	6,52	1985
Trond Pedersen ( 61 )	6,44	1981
Espen Stubberud ( 80 )	6,40	1998
Birger Hermansen ( 76 )	6,28	1996

### Tresteg

Eirik Flesjø ( 79 )	12,07	1996
---------------------	-------	------

### Høyde

Trond Pedersen ( 61 )	2,06	1983
Bent A. Hære ( 61 )	1,89	1978
Per Morten Nilsson ( 56 )	1,84	1976
Richard Sommerseth ( 65 )	1,75	1982
Vedar Halling ( 70 )	1,75	1987
Magnus Knarvik ( 99 )	1,75	2016
Eric M. Pedersen	1,73	2013
Håkon E. Hovland	1,72	2012
Knut Bugten ( 63 )	1,70	1980

Frode Nakkim ( 62 )	1,70	1981
Per M. Røseth ( 69 )	1,70	1984
Tran Huong ( 71 )	1,70	1987
Frode Tollefsen ( 75 )	1,70	1992
Martin Johansen ( 88 )	1,70	2006

### **Stav**

Atcha Prommetta ( 99 )	3,70	2017
Sven Erik Mathiesen ( 68 )	3,20	1985
Ole Kr. Skaug ( 43 )	2,60	2016
Ole M. Svenkerud ( 68 )	2,50	1984
Stian Nakken ( 72 )	2,20	1987

### **Kule**

Geir Sommerseth ( 61 )	13,52	2000
Øyvind Johansen	13,39	1972
Roger Tollefsen ( 80 )	12,49	1999
Tor Olav Skott Hansen ( 68 )	12,19	1987
Lars Erik Guttulsrød ( 66 )	12,10	1985
Geir Moen ( 69 )	12,03	1989
Jan Sommerseth	10,61	1980
Birger Hermansen ( 76 )	10,25	1998
Jonas S. Bakken ( 80 )	9,61	2001
Atcha Prommetta (99)	9,58	2018
Joakim Kristiansen ( 75 )	9,48	1994

### **Kappgang 1.000 meter**

Arne Johan Martinsen ( 75 )	4,30,90	2012
Sivert M. Solheim ( 98 )	6,08,45	2013
Christian Alvin ( 98 )	6,12,90	2013

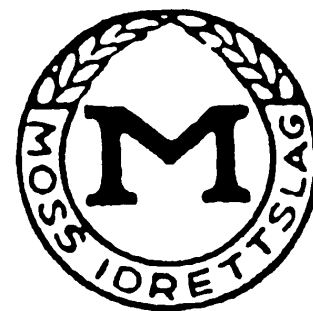
## **KVINNER**

### **60 meter**

Rannveig Kvalvik ( 76 )	7,93	2001
Linn Oppegaard (98)	7,93	2014
Stine Rui ( 85 )	7,99	2004
Anita Gullåsen ( 73 )	8,07	1989
Hilde Hesla ( 81 )	8,08	1999
Malene H. Angell (95)	8,08	2013
Lene Halvorsen ( 75 )	8,13	1991
Sara Rolfsøn ( 94 )	8,19	2012
Maja Mollatt (96)	8,26	2011
Liselotte C. Rymoan ( 97 )	8,27	2015
Hanna M. Ihlebæk ( 76 )	8,31	1991
Birgitte Moen ( 75 )	8,33	1988
Kaja Johansen (94)	8,34	2012
Maren Salvesen (2004)	8,34	2018
Anne Claire Holtkamp ( 73 )	8,37	1989
Mathilde Klokseth (2003)	8,45	2018
Camilla Due Arvesen ( 91 )	8,47	2009
Estelle G. Maillet (97)	8,49	2013

### **Manuelt supplement**

Marit Veidahl ( 63 )	7,7	1977
Rannveig Kvalvik ( 76 )	7,8	1994
Hilde Hesla ( 81 )	7,9	1997
Siv Storsveen ( 65 )	8,1	1977
Tone Sølberg ( 64 )	8,1	1978



Eva Nordqvist ( 63 )	8,1	1979
Birgitte Moen ( 75 )	8,1	1988
Lene Halvorsen ( 75 )	8,1	1991
Ann Helen Frivold ( 57 )	8,2	1973
Mona Andersen ( 62 )	8,2	1977
Heidi B. Hansen ( 66 )	8,2	1980
Mette Andresen ( 64 )	8,2	1980
Anette Harridsleff ( 63 )	8,2	1980
Hanna Ihlebæk ( 76 )	8,2	1991

### 100 meter

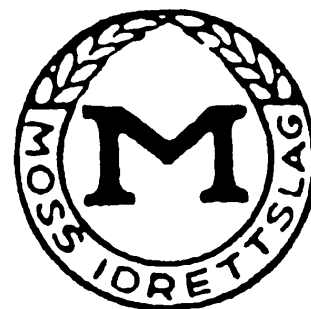
Stine Rui ( 85 )	12,69	2004
Hilde Hesla ( 81 )	12,91	1998
Lene Halvorsen ( 75 )	13,04	1991
Rannveig Kvalvik ( 76 )	13,04	2005
Anita Gullåsen ( 73 )	13,14	1991
Kaja Johansen ( 94 )	13,18	2012
Birgitte Moen ( 75 )	13,31	1990
Anne C. Holtkamp ( 73 )	13,44	1990
Sara Rolfsøn ( 94 )	13,55	2010
Maja Mollatt (96)	13,60	2011
Lin Gammelsrød ( 73 )	13,62	1990
Hanne S. Andersen ( 70 )	13,69	1990
Felicia Palmquist ( 91 )	13,79	2007
Mathilde Klokseth (2003)	13,82	2018

### Manuelt supplement

Anita Gullåsen ( 73 )	12,9	1990
Marit Veidahl ( 63 )	13,1	1980
Eva Nordqvist ( 63 )	13,1	1980
Anette Harridsleff ( 63 )	13,1	1981
Tone Sølberg ( 64 )	13,2	1981
Birgitte Moen ( 75 )	13,2	1990
Ann K. Unnerud ( 65 )	13,4	1980
Mette Andresen ( 64 )	13,4	1980
Anne Thømt ( 62 )	13,4	1981
Lin Gammelsrød ( 73 )	13,4	1990
Anne C. Holtkamp ( 73 )	13,4	1990

### 200 meter

Linn Oppegaard (98)	24,69	2020
Stine Rui ( 85 )	25,68	2005
Rannveig Kvalvik ( 76 )	26,03	1996
Hilde Hesla ( 81 )	26,70	1998
Kaja Johansen ( 94 )	26,94	2012
Mathilde Klokseth (2003)	27,04	2018
Hanne M. Weydahl ( 82 )	27,14	2001
Birgitte Moen ( 75 )	27,24	1990
Anita Gullåsen ( 73 )	27,29	1989
Maja Mollatt ( 96 )	27,46	2011
Malene H. Angell (95)	27,91	2013
Mathilde Klokseth ( 2003 )	28,20	2017
Astrid S. Refsdal ( 2001 )	28,21	2016
Maren Salvesen (2004)	28,29	2018
Felicia Palmquist ( 91 )	28,37	2007
Ida M.Grimstad ( 85 )	28,40	2003
Lin Gammelsrød ( 73 )	28,76	1990
Anne C. Holtkamp ( 73 )	28,88	1990



### **400 meter**

Hanne M. Weydahl ( 82 )	58,41	2001
Kaja Johansen (94)	62,27	2012
Ann H. Frivold ( 57 )	63,8	1975
Maria Robertsen ( 97 )	65,87	2014
Heidi Kolseth	67,61	1986
Hanne S. Andersen ( 70 )	68,2	1984
Gunhild Fløgstad ( 69 )	68,3	1984
Lin Gammelsrød ( 73 )	68,59	1990
Ida B. Sjølie ( 92 )	68,85	2009
Gerd Fossetøl ( 59 )	70,3	1975
Ann K. Halvorsen ( 64 )	70,7	1976
Lene Salvesen ( 69 )	71,1	1984

### **800 meter**

Vibeke Tegneby ( 72 )	2,15,39	1989
Rannveig Kvalvik ( 76 )	2,18,57	1996
Cecilie Kildahl ( 71 )	2,19,5	1988
Connie Måleng ( 67 )	2,22,1	1984
Hanne M. Weydahl ( 82 )	2,23,36	1999
Liv Strædet ( 64 )	2,23,8	1980
Lone Bjørnstad ( 65 )	2,25,4	1979
Nina Martinsen ( 80 )	2,26,86	1997
Eva Nordqvist ( 63 )	2,29,9	1978
Mari Gjølberg ( 84 )	2,30,1	2000

### **1500 meter**

Vibeke Tegneby ( 72 )	4,37,94	1990
Connie Måleng ( 67 )	5,03,35	1986
Heidi Kolseth	5,11,51	1987
Mona Lødeng ( 71 )	5,18,97	1987
Jannicke Kjærnes ( 76 )	5,25,15	1992
Mariann Stenbakk ( 44 )	5,59,69	2003

### **3000 meter**

Connie Måleng ( 67 )	11,03,35	1985
Mariann Stenbak ( 44 )	12,29,25	2000

### **60 meter hekk**

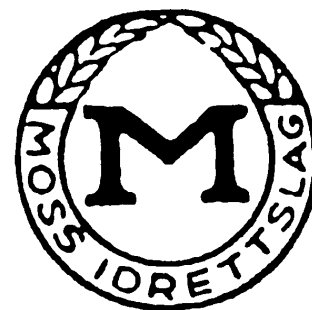
Rannveig Kvalvik ( 76 )	8,81	1999
Anne C. Holtkamp ( 73 )	9,75	1990
Hanne M. Weydahl ( 82 )	9,94	2001
Renate Andresen ( 69 )	9,9	1987
Davina W. Shield ( 77 )	10,4	1994
Nina Martinsen ( 80 )	10,99	1996
Lene Halvorsen ( 75 )	11,3	1993
Birgitte Moen ( 75 )	11,6	1992
Heidi Stensvoll ( 77 )	11,9	1994
Kristine Kolsrud	12,14	1996

### **Manuelt supplement**

Rannveig Kvalvik ( 76 )	8,6	1995
-------------------------	-----	------

### **Lengde**

Rannveig Kvalvik ( 76 )	5,74	1994
Anita Gullåsen ( 73 )	5,30	1989
Lene Halvorsen ( 75 )	5,21	1991
Mathilde Klokseth ( 2003 )	5,21	2019
Stine Rui ( 85 )	5,20	2001
Heidi B. Hansen ( 66 )	5,15	1980



Hanne M. Weydahl ( 82 )	5,15	2001
Sigrun Hauge ( 66 )	5,08	1984
Nina Martinsen ( 80 )	5,08	1995
Hilde Hesla ( 81 )	5,08	1997
Sara Rolfsøn (94)	5,08	2013
Hanna Ihlebæk ( 76)	5,07	1990
Kaja Johansen ( 94 )	5,03	2011

#### Lav grop

Stine Rui	5,44	2008
Camilla Due Arvesen ( 91 )	5,36	2010
Sara Rolfsøn (94)	5,29	2012
Kaja Johansen ( 94 )	5,19	2011
Linn Oppegaard (98)	5,13	2013

#### Tresteg

Mathilde Klokseth (2003)	12,19	2021
Camilla Due Arvesen ( 91 )	11,34	2010
Estelle G. Maillet ( 97 )	10,90	2014
Astrid S. Refsdal ( 2001 )	10,55	2017
Stine Tollefsen ( 93 )	10,36	2011
Kaja Johansen ( 94 )	10,35	2011
Mathilde Klokseth (2003)	10,21	2018
Frøya Eriksen ( 2003 )	10,00	2017
Rikke Stensvoll ( 77 )	9,76	1994
Davina W. Shield ( 77 )	9,47	1994

#### Høyde

Hanne S. Andersen ( 70 )	1,83	1993
Renate Andresen (69 )	1,74	1988
Rannveig Kvalvik ( 76 )	1,73	1999
Heidi Stensvoll ( 77 )	1,71	1996
Lene Halvorsen ( 75 )	1,68	1993
Anja Søvik ( 79 )	1,68	1996
Frøya Eriksen ( 2003 )	1,65	2019
Estelle G. Maillet ( 97 )	1,63	2014
Astrid S. Refsdal ( 2001 )	1,60	2016
Mathilde Klokseth (2003)	1,60	2020
Stine Rui ( 85 )	1,56	2001
Davina W. Shield ( 77 )	1,55	1993
Kathinka Skott Hansen ( 93 )	1,53	2009
Irene Lillevik ( 70 )	1,50	1986
Fanny Abotnes ( 88 )	1,50	2002
Natalie Obst ( 90 )	1,50	2006
Kathrine Mjønes ( 93 )	1,50	2008
Hedda K. Hauge ( 2001 )	1,50	2015
Anette Harridsleff ( 63 )	1,45	1980
Lina Eng ( 70 )	1,45	1983
Jannicke Hænes ( 70 )	1,45	1984

#### Stav

Hedda K. Hauge (2001)	3,50	2016
Sunniva Klokseth (2004)	2,40	2021

#### Kule

Eva Fodor ( 52 )	13,97	1972
Rannveig Kvalvik ( 76 )	11,97	2000
Kari Markussen (96)	10,34	2013
Sigrun Hauge ( 66 )	9,86	1985

Anita Hansen ( 64 )	9,72	1983
Marit Aaserud ( 61 )	9,62	1978
Kari Thømt ( 64 )	9,32	1981
Wenche Bjørnebekk ( 61 )	9,13	1978
Marie N. Sjøblom (96)	9,03	2013
Hanne S. Andersen ( 70 )	8,95	1990
Stine Rui ( 85 )	8,93	2004
Irene Lillevik ( 70 )	8,77	1987
Davina W. Shield ( 77 )	8,54	1994

#### **5-kamp**

Rannveig Kvalvik ( 76 )	3891	1999
-------------------------	------	------

#### **Kappgang 1.000 meter**

Ellen N. Sjøblom ( 99 )	4,58,14	2016
Anette Nygård ( 2001 )	5,42,70	2016
Marit A. Pelle ( 2000 )	5,43,12	2016
Eva Nordqvist ( 63 )	5,54,40	2012

#### **Kappgang 1.500 meter**

Ellen N. Sjøblom ( 99 )	7,18,20	2015
Marit A. Pelle ( 2000 )	8,47,28	2016
Anette Nygård ( 2001 )	8,50,01	2016

#### **Kappgang 3.000 meter**

Ellen N. Sjøblom ( 99 )	16,02,79	2016
Eva Nordqvist ( 63 )	19,25,0	2012