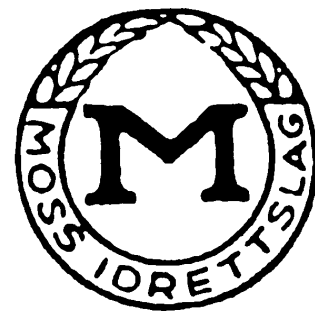


**INNENDØRS
DE BESTE GJENNOM ALLE TIDER – MOSS I.L.
PR. 31.12.2022**



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
Oliver Tollefsen (2004)	7,16	2022
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
Marcus Stålby (2007)	7,38	2022
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 Sjøberg (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 Sjøberg (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

Oliver Tollefsen (2004) 22,00 2022

Jørn Tollefsen (73) 22,05 1998

Martin Blekkerud (75) 22,32 1999

Pavlik Wang (95) 22,75 2012

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

Marcus Stålby (2007) 23,62 2022

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

Jesper S. Bjerk (2005) 23,96 2022

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

Jesper S. Bjerk (2005)	12,43	2022
Eirik Flesjø (79)	12,07	1996
Melvin Tollefsen (2007)	11,99	2022

Høyde

Trond Pedersen (61)	2,06	1983
Bent A. Hære (61)	1,89	1978
Per Morten Nilsson (56)	1,84	1976

Richard Sommersest (65)	1,75	1982
Vedar Halling (70)	1,75	1987
Magnus Knarvik (99)	1,75	2016
Eric M. Pedersen (97)	1,73	2013
Håkon E. Hovland (97)	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
Melvin Tollefsen (2007)	3,70	2022
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 Sommersest (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 Sommersest	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

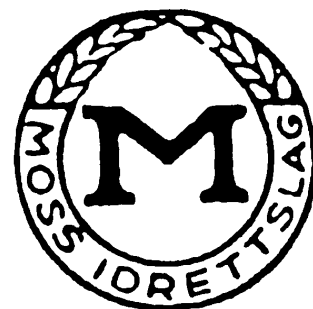
Kappgang 1.000 meter

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
Freia H. Skaset (2007)	8,12	2022
Lene Halvorsen (75)	8,13	1991
Sara Rolfsøn (94)	8,19	2012
Maja Mollatt (96)	8,26	2011
Liselotte C. Rymoen (97)	8,27	2015
Hanna M. Ihlebæk (76)	8,31	1991
Birgitte Moen (75)	8,33	1988
Lyna Tunkara (2005)	8,33	2022
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

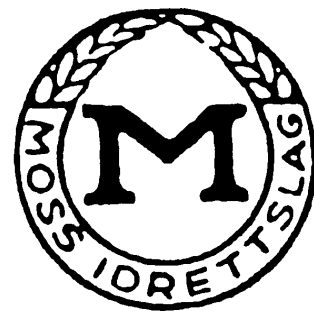
Stine Rui (85)	12,69	2004
Hilde Hesla (81)	12,91	1998
Lene Halvorsen (75)	13,04	1991
Rannveig Kvalvik (76)	13,04	2005
Anita Gullåsen (73)	13,14	1991
Kaja Johansen (94)	13,18	2012
Birgitte Moen (75)	13,31	1990
Anne C. Holtkamp (73)	13,44	1990
Sara Rolfsøn (94)	13,55	2010
Maja Mollatt (96)	13,60	2011
Lin 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
Freia H. Skaset (2007)	26,30	2022
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
Lyna Tunkara (2005)	27,44	2022



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

Linn Oppgaard (98)	53,50	2022
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 Fossestøl (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
Hedda Folland (2005)	2.30,73	2022

1500 meter

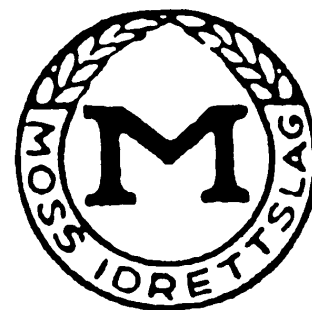
Vibeke Tegneby (72)	4,37,94	1990
Connie Måleng (67)	5,03,35	1986
Heidi Kolseth	5,11,51	1987
Hedda Folland (2005)	5.14,30	2022
Mona Lødeng (71)	5,18,97	1987
Jannicke Kjærnes (76)	5,25,15	1992
Mariann Stenbakk (44)	5,59,69	2003

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
Mathilde Klokseth (2003)	5,25	2022
Lene Halvorsen (75)	5,21	1991
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)	12,35	2022
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