



# 20 PÅ TOPP GJENNOM ALLE TIDER - MENN

## 100 METER

Geir Moen	10,08	1996
Martin Blekkerud	10,77	1996
Jørn Tollefsen	10,91	1996
Jørgen Skovli Utne	10,97	2007
Daniel Engen Lauritzen	10,97	2011
Kristian Skullerud	11,11	2003
Birger Hermansen	11,17	1997
Robert Høynesdal	11,25	2002
Martin Johansen	11,25	2009
Pavlik Wang	11,25	2011
John Anders E. Hovland	11,30	2012
Torstein Eliassen	11,32	2017
Morten Røraas	11,37	1980
Glenn Th Fjeldstad	11,40	1992
Andre Lia	11,44	2001
Abdurazak Sharif	11,46	2014
Jonas S Bakken	11,47	1998
Sondre Sølberg	11,47	2014
Magnus Knarvik	11,47	2017
Freddy Johansson	11,49	1982
Atcha Prommetta	11,58	2019
Richard Sommerseth	11,61	1989
Erik Røraas	11,67	2012
Hong Kim Son	11,68	1987
Per Olav Eek	11,71	1988
Lars Bjørnstad	11,77	1991
Kyrre Stav	11,81	1992
Geir Sommerseth	11,83	1979
Oliver Tollefsen	11,84	2019
Lars E. Kristiansen	11,85	1988
Anders Fjeld	11,89	1987
Eivind Solberg	11,93	1993
Vilhelm Ellingsen	11,95	1987

## 100 METER ( manuelt supplement )

Thorstein Larsen	10,7	1965
------------------	------	------

Odd Norheim	10,8	1963
Tore Dahler	10,9	1974
Ivar Bredholt	11,0	1972
Morten Røraas	11,0	1979
Eyolf Christoffersen	11,1	1936
Leif Asbjørnsen	11,1	1958
Arve Hansen	11,1	1967
Bjarne Nilsen	11,2	1949
Harald Pettersen	11,2	1960
Svein Kolsrud	11,2	1972
Freddy Johansson	11,2	1979
Trond Olsen	11,2	1979

## 200 METER

Geir Moen	20,17	1996
Martin Blekkerud	21,33	1997
Jørn Tollefsen	21,67	1996
Morten Røraas	22,36	1981
Jørgen Skovli Utne	22,37	2007
Pavlik Wang	22,43	2011
Robert Høynesdal	22,46	2002
Daniel Engen Lauritzen	22,58	2011
Andre Lia	22,67	2001
Sondre Sølberg	22,74	2014
Kristian Skullerud	22,78	2003
Glenn Th Fjeldstad	22,93	1992
Martin Johansen	22,96	2009
Bjørn Tvare	22,98	1982
Birger Hermansen	22,99	1999
Jonas S. Bakken	23,03	1998
John Anders E. Hovland	23,09	2012
Erik Røraas	23,12	2012
Abdurazak Sharif	23,17	2014
Magnus Knarvik	23,24	2018
Geir Sommerseth	23,27	1980
Torstein Eliassen	23,28	2016
Per Olav Eek	23,37	1986

Vilhelm Ellingsen	23,46	1989
John Petter Ellingsen	23,55	1986
Richard Sommerseth	23,58	1987
Abdurazak Sharif	23,76	2013
Oliver Tollefsen	23,76	2019
Hong Kim Son	23,77	1987
Anders Fjeld	23,80	1987
Lars Kr. Bjørnstad	23,88	1991
Eivind Solberg	23,92	1993
Kyrre Stav	24,02	1992

### 200 METER ( manuelt supplement )

Morten Røraas	22,1	1979
Odd Norheim	22,2	1963
Tore Dahler	22,2	1968
Thorstein Larsen	22,4	1965
Ivar Bredholt	22,5	1970
Svein Kolsrud	22,7	1970
Bjarne Nilsen	22,9	1949
Tore Bachmann	22,9	1972
Richard Sommerseth	22,9	1984

### 300 METER

Geir Moen	33,54	1999
Martin Blekkerud	35,11	1999
Sondre Sølberg	36,22	2016
Pavlik Wang	36,24	2011
Jørn Tollefsen	36,49	1991
Jørgen Skovli Utne	37,04	2009
Martin Johansen	37,08	2009
Erik Røraas	37,17	2011
Glenn Thomas Fjeldstad	37,3	1992
Abdurazak Sharif	37,49	2014
Magnus Knarvik	37,65	2017
Kyrre Stav	38,1	1992
Eivind Solberg	38,6	1992
John Anders E. Hovland	38,89	2011

### 400 METER

Martin Blekkerud	48,71	1997
------------------	-------	------

Sondre Sølberg	48,87	2014
Geir Moen	49,07	1993
Jørn Tollefsen	49,09	1997
Bjørn Tvare	49,74	1982
Ivar Bredholt	49,9	1970
Svein Kolsrud	49,9	1972
Erik Røraas	50,05	2012
Morten Røraas	50,20	1980
Bjørn Hansen	50,2	1951
Odd Norheim	50,3	1963
Tore Bachmann	50,4	1972
Pavlik Wang	50,58	2011
Andre Lia	50,67	2001
Tore Dahler	50,6	1967
Johs Aarefjord	50,7	1929
Jonas S. Bakken	51,29	1998
Vilhelm Ellingsen	51,33	1989
Eyolf Christoffersen	51,3	1937
Leif Asbjørnsen	51,4	1960
Torstein Eliassen	51,57	2018
Frode Nakkim	51,63	1982
Per Nicoilaisen	51,6	1983
Robert Høynesdal	51,76	2000
Arve Hansen	51,7	1966

### 800 METER

Are Nakkim	1,51,70	1986
Sondre Sølberg	1,53,33	2010
Ulrik G. Lolland	1,54,61	2017
Leif Asbjørnsen	1,54,9	1962
Bjørn Tvare	1,56,2	1980
Niels Nickelsen	1,56,4	1991
Tore Bachmann	1,57,5	1972
Anders Bergan	1,57,8	1963
Bjørn Hansen	1,58,0	1951
Jon Solberg	1,58,0	1972
Aleksander Åsheim	1,58,00	2007
Henrik T. Tveter	1,58,27	2006
Hans P. Hermansen	1,58,3	1972
Robert Nakken	1,58,35	1993
Odd Olsen	1,58,4	1972
Bjørn Tore Kildahl	1,58,69	1989
Rolf Martin Olsen	1,58,8	1987
Tom Erik Larsen	1,59,2	1980
Johs Aarefjord	2,00,1	
Sigurd Slaatten	2,00,1	1948

Øyvind Haaland	2,00,58	1999
Bendik Hansen	2,00,94	2016
Ivar Unnerud	2,01,0	1962
Jørn Tollefsen	2,01,18	1991
Tore Østvold	2,01,20	1987
Morten Wetting	2,01,34	1994
Vebjørn Østlie	2,01,85	2018

### 1000 METER

Leif Asbjørnsen	2,31,5	1962
Aleksander Åsheim	2,32,52	2007
Jan Felde	2,33,94	1989
Bjørn Tore Kildahl	2,33,96	1989
Niels Nickelsen	2,36,9	1991
Tore Østvold	2,37,4	1985
Gunnar Lahelle	2,38,20	1989
Sondre Sølberg	2,38,99	2010
Atle Karlsen	2,39,1	1981
Are Nakkim	2,39,2	1979
Henrik T. Tveter	2,40,42	2005
Rolf Martin Olsen	2,41,8	1986
Bjørn Tvare	2,44,4	1978
Thomas Økern	2,44,7	1991
Trond C. Johansen	2,45,7	1971
Stian Nakken	2,46,7	1992
Frode Tollefsen	2,47,3	1992
Morten Hagen	2,47,5	1992
Kjell Taskerud	2,47,8	1985

### 1500 METER

Are Nakkim	3,42,9	1986
Ulrik G. Lolland	3,51,89	2017
Jan Felde	3,53,75	1990
Niels Nickelsen	3,57,94	1996
Leif Asbjørnsen	3,59,4	1962
Geir Kristensen	4,00,64	2000
Sigurd Slaatten	4,01,2	1949
Anders Bergan	4,03,5	1963
Aleksander Åsheim	4,04,46	2007
Ivar Unnerud	4,05,5	1963
Gunnar Lahelle	4,06,55	1991

Jon Solberg	4,06,8	1972
Hans P. Hermansen	4,07,4	1972
Bjørn Tvare	4,08,5	1980
Henrik T. Tveter	4,09,26	2005
Weldu Gebretsadik	4,09,55	2012
Vebjørn Østlie	4,10,35	2018
Hallvard Chr.sen	4,10,6	1939
Martin Svartberg	4,10,7	1968
Ole Tellesbø	4,11,3	1968
Bjørn Tore Kildahl	4,11,41	1990
Tore Østvold	4,11,74	1987
Tom Erik Larsen	4,12,4	1980
Morten Wetting	4,12,87	1994
Svein Wiig	4,13,58	1988

### 3000 METER

Are Nakkim	7,45,03	1989
Jan Felde	8,19,53	1990
Niels Nickelsen	8,25,20	1996
Sigurd Slaatten	8,30,6	1950
Ulrik G. Lolland	8,32,66	2017
Geir Kristensen	8,35,30	2001
Gunnar Lahelle	8,48,14	1991
Ola Tellesbø	8,50,6	1968
Ivar Unnerud	8,56,4	1963
Tommy Olsen	8,57,70	1984
Asle Eilertsen	8,58,8	1969
Ralph Johansen	9,02,7	1985
Leif Anders Thorsrud	9,05,50	1998
Anders Bergan	9,06,4	1963
Bjørn Tvare	9,06,8	1979
Stål Svenning	9,08,6	1971
Vebjørn Østlie	9,09,45	2018
Jon Solberg	9,10,6	1972
Otto Berger	9,12,4	1928
Erik Haug	9,13,37	1990
Hallvard Chr.sen	9,14,4	1937
Tom Erik Larsen	9,15,0	1980
Mathias Sträng	9,20,20	2018

### 5000 METER

Are Nakkim	13,19,82	1989
Jan Felde	14,26,54	1995

Niels Nickelsen	14,29,24	1996
Sigurd Slaatten	14,50,6	1951
Weldu Gebretsadik	14,52,42	2012
Geir Kristensen	14,57,45	2000
Ulrik G. Lolland	15,05,90	2017
Gunnar Lahelle	15,27,8	1987
Ivar Unnerud	15,32,8	1963
Gunnar Lahelle	15,34,50	1991
Tommy Olsen	15,44,9	1984
Asle Eilertsen	15,47,6	1969
Otto Berger	16,01,9	1929
Kjell Aarefjord	16,12,8	1985
Johs Aarefjord	16,14,7	1929
Bjørn Hirsch	16,16,15	1996
Erik Haug	16,27,1	1990
Finn Aarefjord	16,30,9	1961
Vebjørn Østlie	16,38,69	2017
Øystein Budde	16,39,4	1950
Ståle Svenning	16,42,6	1971
Jan Smith	16,42,7	1964
Morten Wetting	16,43,67	1991
Johan Olsen	16,44,3	1939

### 10000 METER

Are Nakkim	27,32,52	1990
Jan Felde	29,50,16	1997
Weldu Gebretsadik	29,56,52	2012
Niels Nickelsen	30,53,24	1995
Sigurd Slaatten	31,36,0	1950
Asle Eilertsen	32,24,4	1969
Gunnar Lahelle	32,27,91	1991
Ivar Unnerud	33,05,8	1964
Kjell Aarefjord	33,16,7	1985
Ulrik G. Lolland	34,20,78	2016
Georg Barth	33,44,0	1983
Tommy Olsen	34,04,9	1984
Bjørn Hirsch	34,35,50	1996
Johs Aarefjord	34,54,0	1929
Øystein Budde	35,30,0	1950
Leif Tande	35,58,6	1969
Johan Olsen	36,16,2	1949
Alf Stensrud	38,07,8	1967

### 110 METER HEKK

Per Nicolaisen	14,80	1983
Birger Hermansen	14,85	1997
Nour-eddine Morchid	15,70	1989
Vilhelm Ellingsen	15,83	1989
Svein Kolsrud	15,6	1971
Ivar Bredholt	16,0	1970
Fredrik H. Johansen	16,4	1939
Odd Jarl	16,4	1962
Morten Røraas	16,4	1978
Richard Sommerseth	16,4	1988
Frode Nakkim	16,6	1981
Geir Moen	16,96	1991
Geir Sommerseth	17,2	1981
Jan Sommerseth	17,3	1969
Finn Andresen	17,5	1961
Gunnar Haga	17,7	1926
Hong Kim Son	18,10	1988
Wilhelm Evensen	18,1	1918
Fritz Berntsen	18,1	1932
Arne Ruud	18,2	1950

### 200 METER HEKK

Per Nicolaisen	24,4	1983
Morten Røraas	24,7	1979
Geir Moen	26,0	1991
Nour-eddine Morchid	26,3	1989
Svein Kolsrud	26,4	1974
Vilhelm Ellingsen	26,9	1984
Birger Hermansen	27,13	1992
Robert Høyneidal	27,21	2003
Richard Sommerseth	27,3	1983
John Anders Elvsås Hovland	29,03	2009
Jan Sommerseth	28,9	1981
Geir Sommerseth	28,9	1978
Per Magne Rødseth	29,5	1984
Andre Lia	30,13	2001
Bent Arild Hære	30,2	1979
Kjell Taskerud	30,2	1985
Anders Fjeld	30,2	1985

Kjell Erik Svingen 30,9 1980

### 400 METER HEKK

Per Nicolaisen	(53,31)53,0	1983
Birger Hermansen	54,12	1994
Svein Kolsrud	54,5	1975
Vilhelm Ellingsen	55,61	1989
Morten Røraas	55,7	1979
Frode Nakkim	56,0	1982
Richard Sommerseth	56,74	1988
Ivar Bredholt	57,0	1971
John P. Ellingsen	57,9	1985
Anders Fjeld	58,4	1986
Jan Sommerseth	58,7	1969
Martin Blekkerud	58,86	1995
Svein Østman	58,8	1951
Erik Røraas	59,11	2011
Frode Tollefsen	59,87	1996
Eirik Flesjø	60,21	1997
Bent Arild Hære	60,2	1979
Bjørn Tvare	60,4	1982
Arne Ruud	61,0	1950
Odd A. Jarl	61,4	1961
Are Nakkim	61,4	1982
Øivind Røraas	61,5	1972

### 3000 METER HINDER

Are Nakkim	8,24,13	1988
Niels Nickelsen	9,10,2	1996
Geir Kristensen	9,18,92	2000
Sigurd Slaatten	9,59,0	1950
Leif Anders Thorsrud	10,33,85	2000
Øystein Budde	10,38,4	1950
Johan Olsen	10,38,8	1950
Frode Tollefsen	10,50,1	1995
Morten Wetting	11,02,0	1990
Jan Sommerseth	11,08,0	
Odd Ottesen	11,32,4	1959
Knut W. Svendsen	12,04,45	2005

### LENGDE

Harald Pettersen	7,47	1962
Geir Moen	7,37	1989
Morten Røraas	7,18	1980
Martin Blekkerud	7,13	1994
Trond Olsen	7,02	1979
Per Nicolaisen	6,86	1983
Fredrik H. Johansen	6,82	1938
Johs Aarefjord	6,79	1925
Richard Sommerseth	6,78	1984
Ivar Bredholt	6,76	1970
Arve Hansen	6,66	1966
Ole Kr. Skaug	6,65	1966
Hans Jacob Henæs	6,61	1966
Walter Edfeldt	6,55	1934
Jan Erik Olsen	6,52	1963
Birger Hermansen	6,43	1997
Inge Grythe	6,40	1971
Torstein Eliassen	6,39	2017
Kåre Sommerseth	6,38	1962
Oddvar Nilsen	6,34	1967
Øivind Røraas	6,33	1972

### TRESTEG

Per Nicolaisen	14,16	1983
Geir Moen	13,86	1991
Ivar Bredholt	13,70	1970
Harald Pettersen	13,30	1961
Johs Aarefjord	13,29	1926
Morten Røraas	13,22	1980
Jan Sommerseth	13,21	1962
Robert Røer	13,14	1934
Kåre Sommerseth	13,02	1961
Kolbjørn Karlsen	12,97	1932
Richard Sommerseth	12,97	1982
Oddvar Nilsen	12,95	1964
Walter Edfeldt	12,95	1933
Harald Nohre	12,84	1913
Martin Blekkerud	12,78	1994

Svein Østman	12,75	1950
Thorstein Jørgensen	12,72	1911
Trond Pedersen	12,64	1989
Espen Stubberud	12,62	1998
Eirik Flesjø	12,59	1996

## HØYDE

Trond Pedersen	2,09	1983
Mikael Oddegård	2,00	1994
Bent Arild Hære	1,92	1979
Per Nicolaisen	1,88	1983
Per Morten Nilsson	1,85	1976
Geir Moen	1,85	1989
Fredrik H. Johansen	1,83	1938
Torstein Eliassen	1,83	2017
Eilert Bøhm	1,82	1927
Arild Lund	1,80	1963
Ivar Bredholt	1,80	1970
Frode Tollefsen	1,80	1995
Eric M. Pedersen	1,80	2014
Wilhelm Evensen	1,77	1919
Per Magne Rødseth	1,76	1983
Bjørn Paulson	1,75	1951
Rolf Emblem	1,75	1960
Harald Pettersen	1,75	1961
Ole Kr. Skaug	1,75	1966
Geir Sommerseth	1,75	1981
Vedar Halling	1,75	1986
Magnus Knarvik	1,75	2015
Richard Sommerseth	1,74	1987

## STAV

Ole Kristian Skaug	4,40	1969
Ivar Bredholt	4,30	1970
Atcha Prommetta	4,05	2019
Svein Kolsrud	3,90	1969
Per Nicolaisen	3,70	1983
Eilert Bøhm	3,55	1926
Rolf Rolfson	3,50	1969
Tor Svendsen	3,40	1968
Sven Erik Mathisen	3,40	1984
Eric M. Pedersen	3,40	2015
Torstein Eliassen	3,30	2018
Anton Andersen	3,297	1912
Espen Stubberud	3,20	1996
Olav Zachariassen	3,15	1957

John Kjenn	3,10	1961
Richard Sommerseth	3,10	1987
Bjørn Bachmann	3,05	1972
Odd Nilsen	3,00	1934
Jan Sommerseth	3,00	1967
Vilhelm Ellingsen	3,00	1991
Fredrik H. Johansen	2,90	1939
Kåre Sommerseth	2,90	1964
John Fr Bergmann	2,90	1994
Torstein Eliassen	2,89	2017

## DISKOS

Thor Kristensen	52,34	1994
Anders Halvorsen	47,46	1991
Eindrude Hungnes	44,72	1952
Geir Sommerseth	43,74	1990
Ole Kristian Skaug	43,48	1972
Henry Rosen	43,09	1929
Reidar Skovly	39,83	1957
Arne Nilsen	39,80	1932
Torstein Eliassen	38,74	2019
Gunnar Bakke	38,26	1929
Richard Sommerseth	37,60	1983
Ivar Bredholt	37,54	1972
Øyvind Johansen	37,44	1957
Bjarne Runhovde	37,27	1939
Jan Sommerseth	37,10	1977
Charles Svendsen	36,48	2001
Kåre Sommerseth	36,44	1963
Bjørn Erik Pettersen	34,88	1999
Bjørn Bachmann	34,82	1972
Egil Riiser	33,59	1953
Martin Blekkerud	32,62	1996
Øivind Røraas	30,94	1972
Rene Olsen	30,73	2010
Truls P. Røraas	30,13	2018
Konrad Andresen	29,46	1918
Per Nicoliasen	28,78	1983
Joakim Kristiansen	28,56	1994

## KULE

Geir Sommerseth	14,97	1991
Henry Rosen	14,36	1932
Ole Kristian Skaug	13,99	1972
Thor Kristensen	13,98	1991

Øyvind Johansen	13,83	1960
Bjarne Runhovde	13,40	1934
Arne Nilsen	13,17	1932
Geir Moen	13,15	1998
Ivar Bredholt	13,02	1971
Lars Erik Guttulsrød	12,90	1985
Anton Enger	12,63	1968
Øyvind Bækkhus	12,53	1966
Anders Halvorsen	12,48	1991
Håkon Pettersen	12,35	1947
Fredrik H. Johansen	12,31	1939
Reidar Skovly	12,15	1954
Tor Olav Skott Hansen	12,06	1987
Egil Riiser	11,97	1954
Charles Svendsen	11,88	2005
Martin Blekkerud	11,58	2001
Jan Sommerseth	10,93	1966
Per Nicoliasen	10,78	1983

### SLEGG

Anders Halvorsen	67,86	1991
Bjørn Erik Pettersen	65,68	1997
Bjørnar Halvorsen	54,36	1992
Rene Olsen	51,77	2010
Espen Halvorsen	51,38	1992
Geir Sommerseth	47,31	1998
Stein I Martinsen	43,72	1996
Gunnar Halvorsen	41,48	1991
Lars Skajem	38,72	1991
Joakim Kristiansen	38,46	1993
Egil Riiser	37,73	1954
Gunnar Bakke	36,21	1937
Thor Kristensen	35,32	1991
Reidar Skovly	31,52	1954
Espen Bolghaug	30,43	2005
Eindrude Hungnes	29,80	1954
Ivar Bredholt	28,44	1971
Anton Enger	27,46	1968
Håkon Pettersen	27,13	1949
Truls Holmsen	26,86	1949
Ole Kristian Skaug	26,31	1962
Knut Henriksen	25,00	1989
Øivind Røraas	21,82	1972

### SPYD (ny type fom.1986)

Geir Sommerseth	55,66	1991
Truls Piiksi Røraas	52,98	2015
Knut Henriksen	52,60	1988
Stian Jarl	51,91	2006
Mathias Johansen	51,09	2010
Anders Halvorsen	51,02	1992
Thor Kristensen	49,98	1991
Lars Erik Guttulsrød	48,54	1989
Torstein Eliassen	48,03	2019
Richard Sommerseth	47,35	1993
Robert Høyneidal	46,73	2000
Geir Moen	45,44	1993
Martin Blekkerud	45,12	1994
Charles Svendsen	44,03	2005
Kåre Sommerseth	43,48	1987
Jan Sommerseth	43,20	1988
Bjørn Erik Pettersen	43,08	1998
Rolf Martin Olsen	42,12	1993
Martin Johansen	41,72	2012
Atcha Prommetta	40,52	2018
Thomas Halling	40,50	1989
Kyrre Stav	40,34	1991
Rene Olsen	39,65	2008

### SPYD (gammel type tom.1985)

Ole Kristian Skaug	66,31	1972
Kåre Sommerseth	56,38	1966
Richard Sommerseth	54,78	1983
Jan Sommerseth	54,34	1963
Ivar Bredholt	53,40	1972
Geir Sommerseth	52,00	1983
Rolf Rolfson	51,68	1971
Kjell Hermamsen	50,10	1967
Kaare Johnsen	49,96	
Edmund Ree	48,95	1948

### KAPPGANG 1000 METER

Eric M. Pedersen	6,05,20	2011
Håkon E. Hovland	6,07,38	2011
Jacob Haraldstad	6,18,08	2012
Vebjørn A. Østlie	6,34,07	2012
Melvin Tollefsen	6,38,21	2017
Jacob Haraldstad	7,31,68	2011

### 2000 METER

Sigve Koldrup

12,54,56

2014