

Flickor 17

Uppdaterad tom 31 december 2021

60 meter inomhus

8,08

7,72	Freja Jernstig	3jan92	Tanums IF	Göteborg/FH	2009-03-07
7,74	Therese Olofsson	16aug73	Brattås CK	Solna	1990-02-10
7,75	Tilde Dahlberg	5apr06	Hälle IF	Göteborg/FH	2021-02-28
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
7,88	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
7,98	Maria Gylfe	5sep77	IK Orient	Göteborg/FH	1993-12-12
7,98	Matilda Hellqvist	28jul93	IK Orient	Karlstad	2010-01-30
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
8,02	Angelica Karlsson	19jan93	Tanums IF	Malmö/A	2010-02-20
8,03	Jennifer Karlsson	15apr96	Tanums IF	Göteborg/FH	2010-12-05
8,05	Elin Skoglund-Jansson	12nov87	IK Orient	Karlstad	2004-02-22
8,06	Evelina Olsson	24okt98	IK Orient	Uddevalla	2015-01-24
8,06	Linnea Gateman	28sep01	Strömstads IF	Uddevalla	2018-01-13
8,08	Moa Larsson	9maj85	IK Orient	Göteborg/FH	2002-03-03
8,08	Felicia Sjöblom	20jan99	IK Orient	Örebro/T	2015-03-08
7,8m	Anna Brandt	25sep73	IK Orient	Göteborg/Sh	1988-02-06

manuell tid

Utomhus

medvind

7,72w	Tilde Dahlberg	5apr06	Hälle IF	Kungshamn	2021-06-26
-------	----------------	--------	----------	-----------	------------

100 meter eltid

12,90

12,08	Therese Olofsson	16aug73	Hälle IF	Helsingborg	1990-07-07
12,14	Tilde Dahlberg	5apr06	Hälle IF	Kungshamn	2021-06-26
12,29	Ulrika Granfors	1mar63	IK Orient	Västerås	1979-07-27
12,31	Freja Jernstig	3jan92	Tanums IF	Gävle	2009-07-17
12,32	Marianne Lindgren	16aug59	IK Orient	Karlstad	1975-08-08
12,36	Matilda Hellqvist	28jul93	IK Orient	Helsingborg	2010-07-11
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
12,59	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Västerås	1989-09-23
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
12,75	Moa Larsson	9maj85	IK Orient	Helsingborg	2000-07-08
12,75	Angelica Karlsson	19jan93	Tanums IF	Göteborg/U	2010-07-03
12,76	Marina Mårtensson	3sep73	IK Orient	Göteborg/R	1989-09-03
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
12,80	Elisabeth Aronsson	14mar63	IK Orient	Uddevalla	1980-08-18
12,81	Maria Olsson	4mar86	Tjörn-Nösås FI	Uddevalla	2001-07-28
12,82	Kristin Wahman	28feb92	IK Orient	Uddevalla	2007-07-28
12,83	Helene Olsson	12feb73	Dals Södra FFI	Uddevalla	1988-08-01
12,83	Linnéa Mossberg	7sep99	IK Orient	Jönköping	2016-09-10
12,83	Gabriella Norberg	18dec66	IK Orient	Uddevalla	1982-07-24
12,84	Felicia Sjöblom	20jan99	IK Orient	Skara	2015-06-06
12,84	Petronella Malmqvist	19feb83	Tanums IF	Uddevalla	2000-06-17
12,88	Susanne Johansson	23apr67	Myggenäs FK	Göteborg/S	1983-08-28
12,89	Annika Irvestam	13mar68	Dals Södra FFI	Borås	1985-08-25

medvind eltid

12,90w

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
12,61w	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
12,64w	Moa Larsson	9maj85	IK Orient	Uddevalla	2002-07-27
12,66w	Tilda Andersson	10mar99	IK Orient	Göteborg/S	2016-06-11
12,71w	Angelica Karlsson	19jan93	Tanums IF	Västerås	2009-09-11
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
12,75w	Helene Larsson	8nov75	Hälle IF	Västerås	1990-08-05
12,80w	Petronella Malmqvist	19feb83	Tanums IF	Sävedalen	2000-06-03
12,81w	Elin Jarenfors	26maj89	Tanums IF	Sävedalen	2006-06-03
12,82w	Linnea Gateman	28sep01	Strömstads IF	Tanumshede	2017-07-05
12,82w	Maria Gylfe	5sep77	IK Orient	Göteborg/S	1993-05-09
12,84w	Carina Wiberg	13sep63	IK Orient	Göteborg/S	1980-07-10
12,88w	Miranda Uttgren	26mar98	Tanums IF	Sävedalen	2011-06-11
12,88w	Annika Irvestam	13mar68	Dals Södra FFI	Skövde	1985-09-29
12,89w	Åsa Blomqvist	27feb76	Hälle IF	Göteborg/R	1991-09-01

okänd vind

12,90w?

12,70w?	Carina Karlsson	25apr78	Brattås CK	Trollhättan	1994-05-29
12,74w?	Mariell Olsson	15aug90	Strömstads IF	Strömstad	2005-09-04

manuella tider

12,1m	Marianne Lindgren	16aug59	IK Orient	Kil	1975-05-25	vind +1,4
12,5m	Åsa Svernlind	22mar59	IK Orient	Uddevalla	1976-07-21	
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

12,5mw	Susanne Johansson	12,6mw	23apr67	Myggenäs FK	Lilla Edet	1983-09-03
12,6mw	Gunilla Andersson		17apr67	IK Orient	Stenungsund	1989-08-13

200 meter eltid

26,70

24,63	Tilde Dahlberg	5apr06	Hälle IF	Skara	2021-06-19
24,85	Marianne Lindgren	16aug59	IK Orient	Karlstad	1975-08-10
24,98	Therese Olofsson	16aug73	Hälle IF	Uddevalla	1990-07-28
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
25,46	Ulrika Granfors	1mar63	IK Orient	Stockholm/S	1979-09-02
25,50	Emelie Svensson	26aug89	Tanums IF	Göteborg/U	2005-07-03
25,58	Matilda Hellqvist	28jul93	IK Orient	Sävedalen	2009-05-31
25,66	Agnetha Nilsson	26jul78	IK Orient	Uddevalla	1993-08-01
25,68	Astrid Fakelius	13mar08	Brattås CK	Kungsbacka	2021-08-28
25,87	Angelica Karlsson	19jan93	Tanums IF	Karlstad	2010-08-14
26,01	Sofia Littenheim	25okt79	Hälle IF	Boden	1994-08-05
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
26,19	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
26,43	Linnea Gateman	28sep01	Strömstads IF	Tanumshede	2017-07-05
26,44	Elin Skoglund-Jansson	12nov87	IK Orient	Göteborg/U	2004-07-04
26,46	Gunilla L Andersson	19feb66	IK Orient	Uddevalla	1982-06-22
26,46	Moa Larsson	9maj85	IK Orient	Uddevalla	2000-06-17
26,51	Evelina Olsson	24okt98	IK Orient	Göteborg/U	2015-07-05
26,52	Caroline Larsson	10nov93	IK Orient	Hässleholm	2008-08-16
26,53	Susanne Johansson	23apr67	Myggenäs FK	Göteborg/S	1983-08-28
26,55	Catarina Johnsson	13mar64	IK Orient	Uddevalla	1980-06-11
26,56	Carina Wiberg	13sep63	IK Orient	Karlstad	1980-08-10
26,56	Kristin Wahman	28feb92	IK Orient	Lidköping	2005-09-10
26,57	Caroline Gertmo	8jul80	Tjörn-Nösås FI	Göteborg/U	1997-07-06
26,60	Sara Arnljung	10sep83	Hälle IF	Uddevalla	1998-08-02
26,60	Åsa Blomqvist	27feb76	Hälle IF	Gävle	1992-06-28
26,61	Maria Olsson	4mar86	Tjörn-Nösås FI	Uddevalla	2001-07-29
26,62	Mariell Olsson	15aug90	Strömstads IF	Uddevalla	2006-06-10
26,64	Gunilla Andersson	17apr67	IK Orient	Uddevalla	1981-06-04
26,65	Melissa Stenzon	31mar91	Stenungsunds FI	Göteborg/U	2004-07-04
26,66	Maria Gylfe	5sep77	IK Orient	Eskilstuna	1993-08-13
26,66	Ellen Widengård	2mar95	Tanums IF	Göteborg/U	2011-07-10
26,68	Elin Jarenfors	26maj89	Tanums IF	Uddevalla	2006-06-10

medvind eltid

26,70w

25,08w	Lisa Dahlström	14jun99	IK Orient	Hässleholm	2016-08-07
25,44w	Matilda Hellqvist	28jul93	IK Orient	Sävedalen	2010-06-05
26,28w	Anna Härsjö	28maj73	IK Orient	Stenungsund	1989-05-20

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	
26,61w	Hanna Holmberg	3aug99	IK Orient	Hässleholm	2016-08-07	
26,62w	Elisabet Aronsson	14mar63	IK Orient	Karlstad	1980-08-10	

manuella tider

26,4m

24,5m	Marianne Lindgren	16aug59	IK Orient	Göteborg/S	1976-06-19	vind -1,6
25,6m	Åsa Svernlung	22mar59	IK Orient	Lyngby, DAN	1976-07-18	vind +0,2
26,2m	Susanne Johansson	23apr67	Myggenäs FK		1983-	
26,4m	Gunilla Andersson	17apr67	IK Orient	Uddevalla	1981-06-04	vind +1,5

manuell medvind

26,4mw

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

20-bästa inomhus

26,80

25,16	Tilde Dahlberg	5apr06	Hälle IF	Uddevalla	2021-02-25	
25,27	Lisa Dahlström	14jun99	IK Orient	Göteborg/FH	2016-02-07	
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	Therese Olofsson	16aug73	Brattås CK	Göteborg/FH	1990-01-13	
26,20	Melissa Stenzon	31mar91	Stenungsunds FI	Göteborg/FH	2007-11-25	
26,29	Agnetha Nilsson	26jul78	IK Orient		1995	bättre 94?
26,29	Emelie Svensson	26aug89	Tanums IF	Karlstad	2006-01-07	
26,29	Matilda Hellqvist	28jul93	IK Orient	Malmö/A	2009-01-31	
26,39	Caroline Larsson	10nov93	IK Orient	Göteborg/FH	2009-02-14	
26,48	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Göteborg/FH	1990-01-13	
26,51	Sofi Malm	24sep80	IK Orient	Göteborg/FH	1994-12-10	
26,54	Evelina Olsson	24okt98	IK Orient	Uddevalla	2015-01-24	
26,58	Ebba Jernmark Burrows	3okt00	Hälle IF	Göteborg/FH	2017-02-05	
26,75	Astrid Fakelius	13mar08	Brattås CK	Göteborg/FH	2021-12-05	
26,77	Marina Mårtensson	3sep73	IK Orient	Göteborg/FH	1990-02-18	
26,79	Elin Jarenfors	26maj89	Tanums IF	Malmö/A	2006-01-29	
26,80	Ellen Schoug	18maj05	IK Orient	Göteborg/FH	2021-12-12	

300 meter

43,60

39,91	Tilde Dahlberg	5apr06	Hälle IF	Göteborg/U	2021-07-11	
41,05	Nelly Elned	8apr06	Hälle IF	Uddevalla	2021-08-09	
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	
41,64	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	
42,73	Majken Söderlund Larsson	26jun07	Stenungsunds FI	Uddevalla	2021-08-09	
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	
43,41	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
43,80	Anna Littenheim	14jan75	Hälle IF	Göteborg/S	1992-06-23
43,83	Jennie Hermansson	19apr75	IK Orient	Göteborg/S	1992-06-23
43,83	Adela Riquelme	26sep06	Hälle IF	Skara	2021-06-19
43,85	Emelie Svensson	26aug89	Tanums IF	Helsingborg	2003-07-13

Inomhus

41,74	Nelly Elned	8apr06	Hälle IF	Uddevalla	2021-12-18
-------	-------------	--------	----------	-----------	------------

400 meter eltid

62,01

58,19	Therese Olofsson	16aug73	Hälle IF	Uddevalla	1990-09-16
58,32	Nelly Elned	8apr06	Hälle IF	Tanumshede	2021-07-24
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
59,00	Katarina Littenheim	25okt72	IK Orient	Gävle	1989-08-11
59,06	Magdalena Ottersten	1feb85	Hälle IF	Uddevalla	2001-06-17
59,35	Erica Johansson	5dec94	Tanums IF	Göteborg/U	2010-07-03
59,40	Linnea Gateman	28sep01	Strömstads IF	Huddinge	2018-08-04
59,48	Louise Fredriksson	27aug80	Hälle IF	Uddevalla	1997-08-02
59,50	Majken Söderlund Larsson	26jun07	Stenungsunds FI	Tanumshede	2021-07-24
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
59,58	Catarina Johnsson	13mar64	IK Orient	Karlstad	1980-08-09
60,33	Anna Littenheim	14jan75	IK Orient	Uddevalla	1990-08-14
60,34	Jennie Hermansson	19apr75	IK Orient	Uddevalla	1992-05-23
60,53	Caroline Gertmo	8jul80	Tjörn-Nösås FI	Sävedalen	1997-06-08
60,69	Helene Johansson	6maj68	Hälle IF	Göteborg/S	1985-05-14
60,70	Ebba Jernmark Burrows	3okt00	Hälle IF	Gävle	2017-08-12
60,74	Anna Widerberg	9maj99	Hälle IF	Uddevalla	2016-05-26
60,99	Sara Hanfält	3okt80	Hälle IF	Helsingborg	1996-07-14
61,07	Ingela Karlsson	14maj71	Tanums IF	Värnamo	1987-09-13
61,17	Anja Baatz	9mars90	Strömstad IF	Sävedalen	2006-06-03
61,30	Anette Blad	30jul67	Hälle IF	Stenungsund	1984-09-30
61,30	Eva Hedlund	7apr72	Hälle IF	Jönköping	1989-07-01
61,41	Katarina Elofsson	11dec60	Melleruds IF	Helsingborg	1976-08-07
61,45	Johanna Gateman	25jun93	Strömstads IF	Karlstad	2010-08-13
61,50	Alicia Nilsson	15sep98	Stenungsunds FI	Halmstad	2015-06-27
61,72	Tilda Knauer	16mar03	Hälle IF	Kungsbacka	2018-08-25
61,76	Anita Johansson	4mar66	Hälle IF	Uddevalla	1982-06-17
61,98	Christina Andersson	10jul67	Hälle IF	Skövde	1984-06-02
62,01	Louise Thörnäs	16jun71	Hälle IF	Stenungsund	1988-06-30

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
60,0m	Helene Johansson	6maj68	Hälle IF	Stenungsund	1984-05-31
60,0m	Åsa Svernlind	22mar59	IK Orient	Uddevalla	1976-07-25
60,5m	Lena Hansson	23nov54	IK Orient		1971-
60,6m	Agneta Hermansson	17nov59	IK Orient	Stockholm/S	1976-09-19
60,8m	Eivy Jakobsson	23dec46	Melleruds IF	Karlstad	1963-09-03
61,2m	Catarina Lysell	26okt60	Strömstads IF	Uddevalla	1977-06-27
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

19-bästa inomhus

63,04

58,15	Nelly Elned	8apr06	Hälle IF	Göteborg/FH	2021-12-04	
59,28	Mathilda Gustafsson	29feb00	Tanums IF	Göteborg/FH	2016-02-06	
59,42	Linnea Gateman	28sep01	Strömstads IF	Steinkjer, NOR	2018-03-09	
59,56	Emelie Brändström	5apr85	IK Orient	Göteborg/FH	2000-12-03	
59,97	Katarina Littenheim	25okt72	IK Orient	Göteborg/FH	1989-02-04	
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
60,72	Erica Johansson	5dec94	Tanums IF	Göteborg/FH	2011-03-06	
60,75	Pernilla Nyström	18jan85	Hälle IF	Göteborg/FH	2001-02-03	
61,09	Magdalena Ottersten	1feb85	Hälle IF	Göteborg/FH	2000-02-19	
61,13	Anna Widerberg	9maj99	Hälle IF	Göteborg/FH	2015-12-05	
61,42	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	
62,21	Jennie Hermansson	19apr75	IK Orient	Göteborg/FH	1990-01-28	
62,48	Isabell Hulthén	13jun99	Brattås CK	Göteborg/FH	2016-02-06	
62,84	Sara Hanfält	3okt80	Hälle IF	Göteborg/FH	1996-12-08	
62,98	Lina Hansson	22feb90	IK Orient	Göteborg/FH	2007-02-03	
63,04	Mariell Olsson	15aug90	Strömstads IF	Göteborg/FH	2006-12-09	

Manuell tid

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

600 meter

1.35,21	Majken Söderlund Larsson	26jun07	Stenungsunds FI	Färgelanda	2021-06-12	
1.36	Eva Gerden	29apr58	Melleruds IF	Oslo/Stovner	1974-	obekräftat
1.38,52	Tilda Knauer	16mar03	Hälle IF	Kungälv	2019-06-23	
1.38,60	Hanna Strand	19maj09	Hälle IF	Uddevalla	2021-08-09	
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

2.22

2.10,75	Magdalena Ottersten	1feb85	Hälle IF	Västerås	2001-07-03
2.11,73	Julia Svennblad	16mar03	Hälle IF	Göteborg/S	2020-08-29
2.11,90	Majken Söderlund Larsson	26jun07	Stenungsunds FI	Uddevalla	2021-07-06
2.13,06	Pernilla Nyström	18jan85	Hälle IF	Göteborg/U	2000-07-02
2.14,01	Louise Fredriksson	27aug80	Hälle IF	Lerum	1997-08-10
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
2.15,10	Emelie Brändström	5apr85	IK Orient	Västerås	2001-08-03
2.15,84	Tilda Knauer	16mar03	Hälle IF	Göteborg/S	2019-08-16
2.15,9m	Monica Myrehag	7dec53	Uddevalla IS	Sollentuna	1970-08-28
2.15,9m	Katarina Elofsson	11dec60	Melleruds IF	Malmö/Hä	1976-08-29
2.16,0m	Lena Hansson	23nov54	IK Orient	Timrå	1970-08-22
2.16,71	Ingela Karlsson	14maj71	Tanums IF	Helsingborg	1987-07-10
2.16,88	Jenny Framme	12apr77	Hälle IF	Göteborg/U	1994-07-29
2.16,93	Sofia Svantesson	5feb73	Hälle IF	Sävedalen	1989-09-10
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
2.19,25	Linn Nilsson	15okt90	Hälle IF	Göteborg/U	2007-07-01
2.19,47	Louise Thörnäs	16jun71	Hälle IF	Uddevalla	1988-08-03

2.19,60	Sofia Littenheim	25okt79	Hälle IF	Stenungsund	1993-09-04
2.20,03	Johanna Strömberg	11feb87	Hälle IF	Helsingborg	2003-07-11
2.20,22	Alice Kristiansen	12okt94	Tanums IF	Västerås	2010-09-12
2.20,48	Anita Johansson	4mar66	Hälle IF	Göteborg/S	1983-07-31
2.20,54	Anna Littenheim	14jan75	Hälle IF	Stockholm/S	1992-09-20
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
2.21,17	Johanna Bertsson	19mar92	Stenungsunds FI	Uddevalla	2009-07-26
2.21,46	Solgerd Eydal	24apr79	Tjörn-Nösås FI	Stenungsund	1993-09-04

12-bästa inomhus

2,23

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	
2.17,27	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	
2.20,01	Jenny Framme	12apr77	Hälle IF	Göteborg/FH	1994-01-29	
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	
2.22,27	Linn Nilsson	15okt90	Hälle IF	Göteborg/FH	2007-02-03	

1000 meter

3,11

2.55,0m	Majken Söderlund Larsson	26jun07	Stenungsunds FI	Göteborg/S	2020-09-14	mix
3.00,65	Linn Nilsson	15okt90	Hälle IF	Lerum	2007-08-19	
3.02,75	Tilda Knauer	16mar03	Hälle IF	Kungshamn	2020-07-08	
3.03,42	Jenny Framme	12apr77	Hälle IF	Lerum	1993-08-15	
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	
3.07,05	Louise Thörnäs	16jun71	Hälle IF	Halmstad	1988-07-06	
3.09,0m	Johanna Bertsson	19mar92	Stenungsunds FI	Uddevalla	2008-06-01	
3.10,4m	Anna Littenheim	14jan75	IK Orient	Lerum	1991-08-04	

8-bästa inomhus

3,11

2.53,2m	Majken Söderlund Larsson	26jun07	Stenungsunds FI	Uddevalla	2021-02-13
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

5.04

4.30,22	Majken Söderlund Larsson	26jun07	Stenungsunds FI	Uddevalla	2021-06-15
4.31,9m	Eva Gerdén	29apr58	Melleruds IF	Malmö/Hä	1975-07-27
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
4.37,67	Magdalena Ottersten	1feb85	Hälle IF	Jönköping	2001-05-29
4.37,98	Hanna Strand	19maj09	Hälle IF	Lidköping	2021-06-20
4.38,50	Jenny Framme	12apr77	Hälle IF	Luleå	1994-08-06
4.39,08	Pernilla Nyström	18jan85	Hälle IF	Halmstad	2000-07-16
4.42,6m	Monica Myrehag	7dec53	Uddevalla IS	Växjö	1970-08-16

4.44,51	Linn Nilsson	15okt90	Hälle IF	Sävedalen	2007-07-24
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
4.51,3m	Marianne Hagelbrand	27okt55	Melleruds IF	Uddevalla	1972-06-26
4.52,00	Johanna Strömberg	11feb87	Hälle IF	Helsingborg	2003-07-13
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
4.54,31	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
4.58,52	Maria Johansson	3mar70	Dals Södra FFI	Stockholm/S	1985-09-21
5.00,1m	Katarina Elofsson	60	Melleruds IF		1976-
5.00,63	Louise Thörnäs	16jun71	Högsäter GoIF	Borås	1987-05-19
5.01,0m	Catarina Lysell	60	Strömstads IF		1976-
5.03,43	Rebecka Andersson	29aug93	Strömstad LK	Sävedalen	2009-05-30
5.03,47	Anna Littenheim	14jan75	IK Orient	Borås	1990-07-15

15-bästa inomhus

5.04

4.31,99	Majken Söderlund Larsson	26jun07	Stenungsunds FI	Uddevalla	2021-02-25	
4.32,7	Magdalena Ottersten	1feb85	Hälle IF	Göteborg/FH	2001-03-04	
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	
4.49,59	Johanna Berntsson	19mar92	Stenungsunds FI	Göteborg/FH	2009-03-08	
4.51,12	Linn Nilsson	15okt90	Hälle IF	Göteborg/FH	2007-02-10	
4.52,71	Johanna Strömberg	11feb87	Hälle IF	Göteborg/FH	2003-01-19	
4.52,98	Jenny Framme	12apr77	Hälle IF	Göteborg/FH	1993-12-12	
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	
4.59,90	Hilda Törngård	27aug04	Hälle IF	Göteborg/FH	2019-02-24	
4.59,92	Solgerd Eydal	24apr79	Hälle IF	Göteborg/FH	1995-12-10	

En engelsk mil (1 609,35 meter)

2000 meter

7,10

6.11,38	Emelie Olsson	2juni90	Tanums IF	Göteborg/U	2005-07-03	
6.19,10	Majken Söderlund Larsson	26jun07	Stenungsunds FI	Kungsbacka	2021-08-28	
6.23,47	Pernilla Nyström	18jan85	Hälle IF	Göteborg/U	2000-06-30	
6.25,32	Hanna Strand	19maj09	Hälle IF	Tanumshede	2021-07-24	
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	
6.33,14	Ester Strand	18dec07	Hälle IF	Malmö/S	2021-09-19	
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	
6.45,6m+	Jenny Framme	12apr77	Hälle IF	Stockholm/S	1994-08-28	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
7.02,44	Lova Malmqvist Sjögren	15jul07	Hälle IF	Malmö/S	2021-09-19
7.06,39	Lova Bergenholtz	4feb88	Hälle IF	Norrköping	2002-09-08
7.06,94	Christin Rickardsson	10feb84	Tjörn-Nösås FI	Malmö/He	1998-09-06
7.07,5m	*Sabina Aumo	3mar03	Hälle IF	Uddevalla	2017-09-10
7.08,23	Hilda Törngård	27 aug04	Hälle IF	Eslöv	2018-09-16
7.09,72	Anna Littenheim	14jan75	IK Orient	Linköping	1989-09-09

3000 meter

11,11

9.46,78	Majken Söderlund Larsson	26jun07	Stenungsunds FI	Uddevalla	2021-05-27
10.02,29	Louise Fredriksson	27aug80	Hälle IF	Stockholm/S	1997-08-30
10.03,0m	Eva Gerdén	29apr58	Melleruds IF	Visby	1975-08-31
10.03,55	Jenny Framme	12apr77	Hälle IF	Stockholm/S	1994-08-28
10.23,81	Ester Strand	18dec07	Hälle IF	Uddevalla	2021-05-27
10.28,38	Charlotta Ottersten	1apr85	Hälle IF	Lerum	2000-08-06
10.31,36	Linn Nilsson	15okt90	Hälle IF	Uddevalla	2007-07-28
10.32,24	Maja Hultin	29sep96	IK Orient	Göteborg/U	2012-07-09
10.32,76	Johanna Strömberg	11feb87	Hälle IF	Uddevalla	2003-07-26
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
11.08,74	Solgerd Eydal	24apr79	Hälle IF		1994-
11.10,76	Emelie Olsson	5jul90	Tanums IF	Uddevalla	2007-07-28

5-bästa inomhus

11,31

9.52,9mi	Majken Söderlund Larsson	26jun07	Stenungsunds FI	Uddevalla	2021-01-30
10.32,66	Charlotta Ottersten	1feb85	Hälle IF	Göteborg/FH	2000-02-20
10.44,94	Rebecka Andersson	29aug93	Strömstad LK	Göteborg/FH	2009-02-14
10.51,46	Jenny Framme	12apr77	Hälle IF	Göteborg/FH	1994-03-06
11.30,81	Anna Littenheim	14jan75	IK Orient	Göteborg/FH	1989-12-10

5000 meter

21,00

19.00,57	Rebecka Andersson	29aug93	Strömstad LK	Lerum	2009-06-18
20.09,90	Irma Törngård	25mar03	Hälle IF	Uddevalla	2019-06-18

10000 meter

43,00

.....

10km landsväg

38.44	Tilda Knauer	16mar03	Hälle IF	Anderstorp	2020-10-10
-------	--------------	---------	----------	------------	------------

Halvmaraton (21.097,5m väg)

1.31,00

1.28,00	Maja Hultin	29sep96	IK Orient	Göteborg	2013-10-12
---------	-------------	---------	-----------	----------	------------

1500m hinder 76,2 cm

6,00

4.59,46	Julia Svennblad	16mar03	Hälle IF	Linköping	2020-08-22
5.06,33	Hanna Strand	19maj09	Hälle IF	Uddevalla	2021-07-06
5.09,29	Majken Söderlund Larsson	26jun07	Stenungsunds FI	Malmö/S	2021-09-18
5.10,13	Magdalena Ottersten	1feb85	Hälle IF	Lerum	2001-08-11
5.18,61	Ester Strand	18dec07	Hälle IF	Uddevalla	2021-07-06
5.30,0m	Philippa Duff	15jun05	Hälle IF	Kalmar	2019-09-07

5.34,5m	Charlotta Ottersten	1feb85	Hälle IF	Kungälv	2001-08-02
5.36,81	Hilda Törngård	27aug04	Hälle IF	Eslöv	2018-09-15
5.37,67	*Sabina Aumo	3mar03	Hälle IF	Enskede	2018-08-05
5.38,60	Josefin Ellmarker	24nov93	IK Orient	Västerås	2009-09-12
5.44,45	Lova Malmqvist Sjögren	15jul07	Hälle IF	Malmö/S	2021-09-18
5.47,65	Frida Hansson	18aug97	Stenungsunds FI	Kil	2011-06-06
5.48,54	Moa Enander	2aug07	Hälle IF	Malmö/S	2021-09-18
5.51,83	Anna Jarenfors	27okt92	Tanums IF	Villstad	2006-09-03
5.54,50	Camilla Duff	15jun05	Hälle IF	Göteborg/S	2019-06-09
5.56,42	Moa Ellmarker	3aug97	IK Orient	Högby	2011-06-12

2000m hinder 76,2 cm 9,00

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 (76,2 - 13 - 8,5) (på IUSM from 2002) 9,40 § = 84,0-häckar

8,72	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Göteborg/FH	1990-02-17
8,83§	Gunilla Andersson	17apr67	IK Orient	Solna	1984-02-11
8,86	Siri Fagerlund	22feb86	IK Orient	Malmö/A	2003-03-15
9,01	Carina Karlsson	25feb78	Brattås CK	Malmö/A	1993-02-20
9,06	Angelica Johansson	1okt83	Hälle IF	Karlstad	1999-02-05
9,06	Ulrika Nilsson	27jun84	IK Orient	Malmö/A	2000-03-11
9,07	Moa Larsson	9maj85	IK Orient	Göteborg/FH	2002-03-02
9,10	Annie Berntsson	7mar03	Brattås CK	Göteborg/FH	2020-03-01
9,14§	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Göteborg/FH	1991-01-12
9,19	Freja Jernstig	3jan92	Tanums IF	Sätra	2008-03-08
9,24	Isabell Friberg	7apr84	IK Orient	Malmö/A	2000-03-11
9,24	Jennifer Karlsson	15apr96	Tanums IF	Uddevalla	2012-01-14
9,26	Astrid Lees	16feb99	Brattås CK	Göteborg/FH	2015-12-05
9,28	Ann-Sofie Falk	23feb75	Brattås CK	Göteborg/FH	1990-12-08
9,30	Helene Larsson	8nov75	Hälle IF	Göteborg/FH	1990-12-08
9,35§	Maria Gylfe	5sep77	IK Orient	Göteborg/FH	1994-03-06
9,37	Åsa Blomqvist	27feb76	Hälle IF	Göteborg/FH	1992-02-15

60m häck inomhus (83,8 - 13 - 8,5) (på IJSM tom 2001) 10,0

8,83	Gunilla Andersson	17apr67	IK Orient	Solna	1984-02-11
9,03	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Solna	1991-02-10
9,14	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Göteborg/FH	1991-01-12
9,35	Maria Gylfe	5sep77	IK Orient	Göteborg/FH	1994-03-06
9,39	Ulrika Nilsson	27jun84	IK Orient	Eskilstuna	2001-02-11
9,45	Åsa Blomqvist	27feb76	Hälle IF	Göteborg/FH	1992-12-05
9,51	Anna Härsjö	28mar73	IK Orient	Göteborg/FH	1990-01-28
9,77	Ann Högberg	3feb73	Hälle IF	Göteborg/FH	1990-01-20
9,81	Jeanette Härsjö	1apr70	Brattås CK	Göteborg/Sh	1986-12-14
9,95	Ulrika Pettersson	6dec71	Tanums IF	Karlstad	1988-01-23
9,4m	Jeanette Härsjö	1apr70	Brattås CK	Moss, NOR	1987-03-14

80m häck 83,8 cm 15,0m okänd vind

12,8m	Ewa Johansson	23mar52	IK Orient	Uddevalla	1968-09-21
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-

100m häck (76,2 - 13 - 8,5)

(på USM from 2002) 16,00

14,17	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Västerås	1989-09-24
14,34	Ulrika Nilsson	27jun84	IK Orient	Göteborg/U	2000-07-02
14,52	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Västerås	1990-09-21
14,57	Siri Fagerlund	22feb86	IK Orient	Huddinge	2002-08-03
14,57	Gunilla Andersson	17apr67	IK Orient	Stockholm/S	1983-09-18
14,67	Gunilla L Andersson	19feb66	IK Orient	Stockholm/S	1981-09-20
14,71	Moa Larsson	9maj85	IK Orient	Huddinge	2002-08-03
14,83	Carina Karlsson	25apr78	Brattås CK	Norrköping	1993-08-06
15,10	Åsa Blomqvist	27feb76	Hälle IF	Sävedalen	1991-06-02
15,19	Jeanette Härsjö	1apr70	Brattås CK	Stockholm/S	1986-09-19
15,27	Anna Härsjö	28maj73	IK Orient	Västerås	1989-09-22
15,28	Helene Larsson	8nov75	Hälle IF	Västerås	1990-08-03
15,29	Angelica Johansson	1okt83	Hälle IF	Sävedalen	1999-06-06
15,37	Anna Brandt	25sep73	IK Orient	Malmö/Hä	1988-08-19
15,38	Astrid Lees	16feb99	Brattås CK	Göteborg/S	2016-06-11
15,52	Caroline Karlsson	28maj90	IK Orient	Sävedalen	2006-06-03
15,55	Sara Sjögren	6jun98	Stenungsunds FI	Borås	2014-06-15
15,62	Frida Hansson	18aug97	Stenungsunds FI	Eskilstuna	2013-08-11
15,64	Elsie Gerhardt	3sep05	Brattås CK	Uddevalla	2021-06-13
15,70	Ann-Sofie Falk	23feb75	Brattås CK	Stenungsund	1991-06-08
15,75	Ann Högberg	3feb73	Hälle IF	Uddevalla	1989-08-06
15,77	Isabell Friberg	7apr84	IK Orient	Sävedalen	1999-06-06
15,84	Jessica Sylvan Holmgren	10okt72	Brattås CK	Stenungsund	1987-09-27
15,89§	Eva Hedlund	7apr72	Hälle IF	Stenungsund	1989-05-20
15,99	Rebecca Salmonsson	17jun89	Strömstads IF	Uddevalla	2005-06-19

okänd vind 16,00

15,01	Åsa Blomqvist	27feb76	Hälle IF	Uddevalla	1991-05-21
-------	---------------	---------	----------	-----------	------------

medvind 16,00

14,14w	Cicilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Västerås	1989-09-24
14,95w	Åsa Blomqvist	27feb76	Hälle IF	Västerås	1992-07-31
15,08w	Helene Larsson	8nov75	Hälle IF	Borås	1991-07-07
15,29w	Frida Hansson	18aug97	Stenungsunds FI	Skara	2014-06-06
15,32w	Astrid Lees	16feb99	Brattås CK	Hässleholm	2016-08-06
15,34w	Caroline Karlsson	28maj90	IK Orient	Uddevalla	2006-06-11
15,62w	Ellen Schoug	18maj05	IK Orient	Norrköping	2021-08-14
15,78w	Jessica Sylvan Holmgren	10okt72	Brattås CK	Stockholm/S	1987-09-20

manuella tider 15,8

15,2m	Åsa Svernlung	22mar59	IK Orient	Västerås	1975-09-28	vind +1,3
-------	---------------	---------	-----------	----------	------------	-----------

manuella tider medvind

14,5mw	Gunilla Andersson	17apr67 IK Orient	Linköping	1983-07-03
--------	-------------------	-------------------	-----------	------------

100m häck (83,8 - 13 - 8,5)*(på JSM tom 2001) 16,50*

14,66	Ulrika Nilsson	27jun84 IK Orient	Göteborg/U	2001-07-01
14,88	Gunilla Andersson	17apr67 IK Orient	Borås	1984-05-31
15,03	Cicilia Pringle	20maj74 Hälle IF	Uddevalla	1989-08-15
15,12	Maria Lisshamre	21mar74 Hälle IF	Västerås	1991-08-09
15,15	Gunilla L Andersson	19feb66 IK Orient	Karlskrona	1982-06-05
15,29	Åsa Blomqvist	27feb76 Hälle IF	Västerås	1991-05-25
15,46	Carina Karlsson	25apr78 Brattås CK	Sävedalen	1994-06-05
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
16,09	Jeanette Härsjö	1apr70 Brattås CK	Uddevalla	1987-05-23
16,10	Anna Härsjö	28maj73 IK Orient	Helsingborg	1990-07-07
16,23	Åsa Granberg	5jun71 IK Orient	Sävedalen	1988-06-05
16,26	Ann Högberg	3feb73 Hälle IF	Stenungsund	1990-05-26
16,32	Ulrika Pettersson	6dec71 IK Zeus	Stenungsund	1988-05-28
16,32	Jessica Holmgren	10okt72 Brattås CK	Uddevalla	1987-06-23
16,40	Angelica Johansson	1okt83 Hälle IF	Uddevalla	1999-05-24
16,45	Ann-Charlotte Malm	26sep61 IK Orient	Stockholm/S	1978-07-29

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
14,70w	Gunilla Andersson	17apr67 IK Orient	Södertälje	1983-06-18
14,95w	Cecilia Pringle	20maj74 Hälle IF	Malmö/S	1991-07-21
15,48w	Isabell Friberg	7apr84 IK Orient	Sävedalen	2001-06-04
15,88w	Åsa Svenling	22mar59 IK Orient	Helsingborg/H	1976-08-07
16,02w	Emma Harrysson	6maj97 Brattås CK	Habo	2013-06-01
16,05w	Maria Gylfe	5sep77 IK Orient	Sävedalen	1994-06-05

manuell tidtagning

14,9m	Åsa Svernlung	22mar59 IK Orient	Lyngby, DEN	1976-07-17
14,9m	Cicilia Pringle	20maj74 Hälle IF	Jönköping	1988-07-02
15,4m	Ewa Johansson	23mar52 IK Orient	Göteborg/	1969-09-21
15,5m	Eva Hedlund	7apr72 Hälle IF	Uddevalla	1989-05-13
15,8m	Ann Högberg	3feb73 Hälle IF	Lerum	1990-05-06

manuell tidtagning medvind

14,3mw	Cicilia Pringle	20maj74 Hälle IF	Uddevalla	1990-05-19
14,5mw	Gunilla Andersson	17apr67 IK Orient	Linköping	1983-07-03
15,1mw	Ewa Johansson	23mar52 IK Orient		1969-
15,9mw	Maria Gylfe	5sep77 IK Orient	Gävle	1994-09-09

200m häck*okänd vind*

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*49,00*

43,69	Freja Jernstig	3jan92 Tanums IF	Karlskrona	2009-08-16
44,45	Katarina Littenheim	25okt72 IK Orient	Uddevalla	1989-08-05
44,58	Gunilla Andersson	17apr67 IK Orient	Stockholm/S	1983-09-16

44,70	Sofia Littenheim	25okt79	Hälle IF	Stockholm/S	1994-09-17
45,36	Ebba Jernmark Burrows	3okt00	Hälle IF	Gävle	2017-08-13
45,51	Ulrika Nilsson	27jun84	IK Orient	Helsingborg	2000-07-08
45,51	Jeanette Härsljö	1apr70	Brattås CK	Stockholm/S	1986-09-21
45,59	Cecilia Pringle	20maj74	Hälle IF	Bollnäs	1989-08-13
46,33	Mariell Olsson	15aug90	Strömstads IF	Nyköping	2006-08-05
46,37	Eva Hedlund	7apr72	Hälle IF	Halmstad	1989-07-22
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
46,60	Frida Hansson	18aug97	Stenungsunds FI	Gävle	2014-08-10
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
47,17	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Uddevalla	1989-08-05
47,23	Linnéa Borrman	26apr01	Strömstads IF	Huddinge	2018-08-05
47,26	Carina Blad	69	Hälle IF	Stockholm/S	1985-09-07
47,28	Lina Hansson	22feb90	IK Orient	Uddevalla	2007-08-26
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
47,97	Sara Arnljung	10sep83	Hälle IF	Uddevalla	1998-08-01
47,99	Catrine Carlberg	25feb80	Hälle IF	Karlstad	1997-08-16
48,04	Ellen Hedin	14feb00	IK Orient	Gävle	2017-08-13
48,05	Anna Jarenfors	27okt92	Tanums IF	Uddevalla	2006-07-29
48,17	Emelie Brändström	5apr85	IK Orient	Stockholm/S	2002-09-15
48,28	Viktoria Kemborn	2okt97	Stenungsunds FI	Falköping	2011-09-03
48,39	Malin Olsson	11mar91	Tanums IF	Lidköping	2005-09-11
48,41	Anette Olsson	70	Tanums IF	Stockholm/S	1986-09-20
48,69	Marina Mårtensson	3sep73	IK Orient	Helsingborg	1988-07-09
48,70	Anette Olsson	65	IK Orient	Göteborg/S	1981-07-16
48,98	Astrid Lees	16feb99	Brattås CK	Karlskrona	2015-08-22
	<i>en häck för lite</i>				
48,56	Astrid Lees	16feb99	Brattås CK	Oslo, NOR	2015-08-09
<i>manuell</i>	<i>tidtagning</i>				
46,4m	Anita Johansson	4mar66	Hälle IF	Halmstad	1983-07-16
46,8m	Anna Härsljö	28maj73	IK Orient	Uddevalla	1989-05-15

400m häck 76,2cm

70,00

63,97	Freja Jernstig	3jan92	Tanums IF	Sollentuna	2009-06-06
63,97	Gunilla Andersson	17apr67	IK Orient	Borås	1984-05-31
66,35	Katarina Littenheim	25okt72	IK Orient	Uddevalla	1989-08-16
67,63	Åsa Olsson	4mar71	Hälle IF	Uddevalla	1987-06-03
67,80	Mariell Olsson	15aug90	Strömstads IF	Borås	2005-09-24
68,14	Ebba Jernmark Burrows	3okt 00	Hälle IF	Varberg	2017-09-02
68,37	Ulrika Nilsson	27jun84	IK Orient	Malmö/S	2000-08-27
68,86	Anita Johansson	4mar66	Hälle IF	Uddevalla	1982-06-15
69,10	Lina Hansson	22feb90	IK Orient	Olofström	2006-10-01
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

manuellt

70,00

67,0m	Therese Olofsson	16aug73	Brattås CK	Simrishamn	1989-07-01
-------	------------------	---------	------------	------------	------------

67,2m	Anita Johansson	4mar66	Hälle IF	Stenungsund	1983-06-14
68,1m	Jeanette Härslö	1apr70	Brattås CK	Uddevalla	1987-05-23
68,5m	Lina Hansson	22feb90	IK Orient	Karlshamn	2007-08-18
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

1,78	Ann Högberg	3feb73	Hälle IF	Helsingborg	1990-07-07
1,77	Angelica Johansson	1okt83	Hälle IF	Karlshamn	1999-06-19
1,74	Åsa Svernlö	22mar59	IK Orient	Malmö/Hä	1976-08-29
1,74	Andrea Åhlin	23feb86	Strömstads IF	Kil	2003-07-19
1,73	Lisa Carlsson	1maj75	IK Orient	Uddevalla	1992-05-23
1,70	Jessica Hammarqvist	4mar74	Hälle IF	Göteborg/S	1991-05-12
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
1,68	Camilla Löf	19okt90	IK Orient	Uddevalla	2006-07-30
1,67	Ellen Hedin	14feb00	IK Orient	Halmstad	2015-06-27
1,67	Sofia Wingård	23feb 02	IK Orient	Göteborg/U	2016-07-03
1,66	Ann-Charlotte Malm	26sep61	IK Orient	Stockholm/S	1977-09-24
1,63	Lena Johansson	29jan67	Myggenäs FK	Uddevalla	1984-06-20
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 Härslö	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	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 Bragé	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

7-bästa inomhus + några till

1,60

1.78	Angelica Johansson	1okt83	Hälle IF	Göteborg/FH	2000-01-22
1.75	Ann Högberg	3feb73	Hälle IF	Göteborg/FH	1990-02-17
1.75	Lisa Carlsson	1maj75	IK Orient	Göteborg/FH	1992-03-08
1.71	Åsa Svernlö	22mar59	IK Orient	Göteborg/Sc	1975-03-02
1.71	Andrea Åhlin	23feb86	Strömstads IF	Malmö/A	2003-03-15
1.70	Jessica Hammarqvist	4mar74	Hälle IF	Göteborg/FH	1991-01-12
1.70	Sofia Wingård	23feb 02	IK Orient	Växjö	2017-01-21

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/T	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
1.61	Caroline Lantz	5sep88	Dals Södra FFI	Karlstad	2005-01-06
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	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
1.60	Elin Giebat	11feb07	IK Orient	Göteborg/FH	2021-12-04

Stav

2,40

3,95	Klara Mattsson	28nov97	IK Orient	Göteborg/U	2014-06-28
3,40	Sara Eriksson	18jan92	IK Orient	Vellinge	2007-08-12
3,17	Sofia Wingård	23feb02	IK Orient	Göteborg/U	2016-07-02
3,12	Alice Bredström	11maj07	Brattås CK	Malmö/S	2021-09-19
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
2,70	Linnea Weding-Holmgren	12aug80	Hälle IF	Uddevalla	1997-06-03
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

3.83	Klara Mattsson	28nov97	IK Orient	Göteborg/FH	2014-02-23
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
3.10	Alice Bredström	11maj07	Brattås CK	Göteborg/FH	2021-12-05
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

5,35

5,89	Melissa Stenzon	31mar91	Stenungsunds FI	Stenungsund	2006-08-12
5,81	Sofi Malm	24sep80	IK Orient	Uddevalla	1995-07-29
5,76	Åsa Svernlind	22mar59	IK Orient	Göteborg/S	1976-08-14
5,74	Matilda Hellqvist	28jul93	IK Orient	Helsingborg	2009-07-12
5,73	Helene Larsson	8nov75	Hälle IF	Helsingborg	1991-07-14
5,72	Christina Sundberg	6apr60	IK Orient	Linköping	1977-06-04
5,69	Lisa Carlsson	1maj75	IK Orient	Uddevalla	1992-05-23
5,60	Emelie Svensson	26aug89	Tanums IF	Sävedalen	2005-06-04
5,56	Maria Lisshamre	21mar74	Hälle IF	Uddevalla	1990-09-16

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
5,54	Ulrika Nilsson	27jun84	IK Orient	Lerum	2000-08-06
5,53	Carola Pettersson	15feb60	Eds SK	Frändefors	1977-06-08
5,51	Åsa Blomqvist	27feb76	Hälle IF	Västerås	1993-08-01
5,50	Helene Olsson	12feb73	Dals Södra FFI	Malmö/Hä	1988-08-20
5,49	Maj-Britt Patriksson	8maj45	Skärhamns IK		1961-
5,48	Petronella Malmqvist	19feb83	Tanums IF	Uddevalla	2000-06-17
5,48	Sara Sjögren	6juni98	Stenungsunds FI	Kalmar	2015-08-23
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
5,39	Maria Gylfe	5sep77	IK Orient	Göteborg/S	1994-05-15
5,38	Eva Hedlund	7apr72	Hälle IF	Västerås	1989-09-23
5,37	Isabell Friberg	7apr84	IK Orient	Sävedalen	2001-06-03
5,37	Ebba Olsson	11jun97	Brattås CK	Varberg	2013-08-24
5,36	Marina Mårtensson	3sep73	IK Orient	Uddevalla	1990-09-16
5,35	Siri Fagerlund	22feb86	IK Orient	Uddevalla	2002-07-27
5,35	Eva-Lisa Hansson	9aug47	Strömstads IF		1961-

låg sandnivå

5,45	Marina Mårtensson	3sep73	IK Orient	Västerås	1990-09-23
------	-------------------	--------	-----------	----------	------------

medvind 5,35

5,90w	Åsa Svernlung	22mar59	IK Orient	Göteborg/S	1976-08-14
5,75w	Helene Larsson	8nov75	Hälle IF	Borås	1991-07-07
5,75w	Christina Sundberg	6apr60	IK Orient	Göteborg/S	1977-05-25
5,61w	Anna Härsjö	28maj73	IK Orient	Västerås	1989-09-24
5,60w	Sara Sjögren	6juni98	Stenungsunds FI	Göteborg/S	2015-06-06
5,60w	Carina Karlsson	25apr78	Brattås CK	Sävedalen	1994-06-05
5,58w	Malin Wilhelmsson	20jan73	Dals Södra FFI	Norrköping	1988-05-23
5,56w	Angelica Johansson	1okt83	Hälle IF	Karlshamn	1999-06-20
5,55w	Ulrika Nilsson	27jun84	IK Orient	Eskilstuna	2000-08-13
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
5,38w	Anna Fälth	1apr71	Uddevalla IS	Stockholm/S	1986-09-20

låg sandviva

5,46	Marina Mårtensson	3sep73	IK Orient	Västerås	1990-09-23
------	-------------------	--------	-----------	----------	------------

8-bästa inomhus + några till

5,35

5.88	Melissa Stenzon	31mar91	Stenungsunds FI	Karlstad	2007-03-03
5.76	Sofi Malm	24sep80	IK Orient	Borlänge	1996-02-18
5.61	Åsa Svernlung	22mar59	IK Orient	Falun	1976-02-15
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	Christina Sundberg	6apr60	IK Orient		1977-
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

på UP-lista 3.2

5.36	Carina Karlsson	25apr78	Brattås CK	Malmö/A	1993-01-29
------	-----------------	---------	------------	---------	------------

låg grop

5.90	Sofi Malm	24sep80	IK Orient	Askim, NOR	1996-02-10
------	-----------	---------	-----------	------------	------------

5.50	Cicilia Pringle	20maj74 Hälle IF	Moss, NOR	1989-03-11
5.47	Malin Wilhelmsson <u>skoltävling</u>	20jan73 Dals Södra FFI	Moss, NOR	1988-03-19
5.41	Carina Karlsson	25apr78 Brattås CK	Henån	1994-03-23

Tresteg

10,80

12,04	Sofi Malm	24sep80 IK Orient	Mölnadal	1996-06-19
11,71	Ulrika Nilsson	27jun84 IK Orient	Stockholm/S	2000-09-15
11,69	Viktoria Kemborn	20kt97 Stenungsunds FI	Göteborg/U	2013-06-30
11,59	Matilda Hellqvist	28jul93 IK Orient	Norrköping	2009-05-21
11,57	Sara Sjögren	6jun98 Stenungsunds FI	Kalmar	2015-08-21
11,40	Melissa Stenzon	31mar91 Stenungsunds FI	Stockholm/S	2006-09-16
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	Ellen Schoug	18maj05 IK Orient	Norrköping	2021-08-15
11,21	Camilla Löf	19okt90 IK Orient	Strömstad	2007-07-14
11,19	Susanna Eggertsen	30apr81 IK Orient	Sävedalen	1997-06-08
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
11,04	Anna Härsjö	28mar73 IK Orient	Uddevalla	1990-06-20
11,02	Jenny Nilsson	4sep90 IK Orient	Strömstad	2005-07-09
11,00	Siri Malcus Pellmé	30kt04 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	Linnéa Borrman	26apr01 Strömstads IF	Oslo/B, NOR	2016-08-13
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
11,87w	Ulrika Nilsson	27jun84 IK Orient	Vellinge	2001-08-19
11,63w	Emelie Svensson	26aug89 Tanums IF	Sävedalen	2005-06-05
11,58w	Sara Sjögren	6juni98 Stenungsunds FI	Göteborg/U	2015-07-05
11,20w	Frida Ström	18maj89 Strömstads IF	Sävedalen	2004-08-21
11,18w?	Johanna Berg	28apr88 IK Orient	Karlstad	2005-09-06
10,86w	Kajsa Olsson	31jul91 Strömstads IF	Strömstad	2008-07-12
10,84w	Doris Erixon	18aug05 Hälle IF	Kungälv	2021-06-27

12-bästa inomhus + några till

10,80

12.14	Sofi Malm	24sep80 IK Orient	Borlänge	1996-02-18
11.76	Melissa Stenzon	31mar91 Stenungsunds FI	Västerås	2006-03-03
11.71	Ulrika Nilsson	27jun84 IK Orient	Göteborg/FH	2000-12-03
11.45	Viktoria Kemborn	20kt97 Stenungsunds FI	Malmö/A	2013-03-09
11.32	Caroline Karlsson	28maj90 IK Orient	Göteborg/Sc	2007-01-31
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
11.03	Sara Sjögren	6jun98 Stenungsunds FI	Malmö/A	2013-03-09

.....

10.85 Petronella Malmqvist 19feb83 Tanums IF Eskilstuna 1999-03-07

Kula 3 kg (på USM från 2002) 11,00

14,92	Emma Harrysson	6maj97	Brattås CK	Kungälv	2014-06-22	
14,45	Lisa Einarsson	14jun96	Eds SK	Växjö	2012-09-21	
14,07	Klara Berntsson	26jan06	Brattås CK	Lidköping	2021-06-20	
13,72	Ebba Olsson	11jun97	Brattås CK	Göteborg/U	2014-06-29	
13,60	Elin Jarenfors	26maj89	Tanums IF	Gävle	2005-09-09	
13,54	Maria Nilsson	1jun95	IK Orient	Helsingborg	2012-07-01	
13,52	Marielle Månskär	9okt81	Hälle IF	Helsingborg	1997-07-13	tid. Hansson
13,26	Karolina Eriksson	14jul80	Hälle IF	Sävedalen	1996-06-01	
13,04	Daniella Persson	11jun00	Hälle IF	Gävle	2017-08-13	
12,78	Beatrice Aronsson	6feb75	Hälle IF	Ljungskile	1991-12-15	
12,60	Ida Jansson Andersson	19jul99	Håfreströms IF	Tanumshede	2016-07-06	
12,02	Linda Nilsson	9mar72	Hälle IF	Malmö/Hä	1988-08-19	
11,84	Malin Hansson	25mar74	Dals Södra FFI	Karlskoga	1990-08-24	
11,77	Emma Johansson	20mar79	IK Zeus	Göteborg/U	1995-05-21	
11,75	Karen Karlsson	10sep72	Tjörn	Stenungsund	1988-07-31	
11,71	Caroline Nilsson	4feb87	IK Orient	Trollhättan	2004-06-19	
11,67	Susanne Hansson	15aug83	Dals Södra FFI	Uddevalla	1999-08-21	
11,62	Linda Andersson	8feb72	Eds SK	Karlstad	1986-07-26	
11,53	Kamilla Karlsson	25mar71	Dals Södra FFI	Frändefors	1986-06-08	Jennifer 1987
11,52	Katarina Gawell	7apr72	IK Zeus	Göteborg/R	1988-09-04	
11,52	Malin Andersson	11sep89	IK Orient	Karlstad	2006-08-26	
11,51	Carina Dahlborg	22feb71	Bokenäs IF	Lilla Edet	1985-06-02	
11,43	Christine Olsson	1mar77	Brattås CK	Helsingborg	1991-07-13	
11,43	Sara Sjögren	6jun98	Stenungsunds FI	Lidköping	2013-08-24	
11,31	Sofia Wiklund	13mar85	Dals Södra FFI	Skövde	2001-05-13	
11,28	Sofie Hansson	76	Strömstads IF	Sävedalen	1992-05-30	
11,21	Johanna Hallsten	27mar03	Dals Södra FFI	Skara	2018-08-19	
11,10	Carina Karlsson	25apr78	Brattås CK	Stenungsund	1994-04-30	
11,08	Josefin Karlsson	25jun91	IK Orient	Lilla Edet	2008-06-06	
11,06	Sara Johansson	22jul74	Brattås CK	Uddevalla	1990-08-11	
11,06	Helen Hansson	25feb68	Dals Södra FFI	Uddevalla	1982-07-24	
11,05	Linda Flood	27jul74	Hälle IF	Huddinge	1990-02-01	
11,05	Jessica Johansson	9jun92	Tanums IF	Stenungsund	2008-06-15	
	<u>skol-DM</u>					
13.43	Karolina Eriksson	14jul80	Hälle IF	Uddevalla	1996-05-23	

13-bästa inomhus + några till (på IUSM från 2002) 11,00

14.50	Ebba Olsson	11jun97	Brattås CK	Växjö/Ti	2014-03-23	
14.20	Emma Harrysson	6maj97	Brattås CK	Uddevalla	2014-04-12	
14.16	Klara Berntsson	26jan06	Brattås CK	Göteborg/FH	2020-02-01	
13.92	Lisa Einarsson	14jun96	Eds SK	Göteborg/FH	2012-02-05	
13.83	Elin Jarenfors	26maj89	Tanums IF	Malmö/A	2006-01-29	
13.70	Marielle Månskär	9okt81	Hälle IF	Göteborg/FH	1997-02-02	tid. Hansson
13.61	Daniella Persson	11jun00	Hälle IF	Göteborg/FH	2016-12-17	
13.21	Maria Nilsson	1jun95	IK Orient	Bollnäs	2012-02-26	
13.04	Karolina Eriksson	14jul80	Hälle IF		1996	
12.85	Beatrice Aronsson	6feb75	Hälle IF	Moss, NOR	1991-03-09	
12.73	Ida Jansson Andersson	19jul99	Håfreströms IF	Växjö/Te	2016-02-20	
12.11	Angelica Karlsson	19jan93	Tanums IF	Göteborg/FH	2010-02-07	
12.02	Caroline Nilsson	4feb87	IK Orient	Göteborg/FH	2004-02-28	
.....						
11.94	Emma Johansson	20mar79	IK Zeus	Göteborg/FH	1994-12-11	

11.91	Malin Hansson	25mar74	Dals Södra FFI	Göteborg/FH	1990-02-18
11.83	Christine Olsson	1mar77	Brattås CK	Göteborg/FH	1992-02-16
11.66	Carina Dahlborg	22feb71	Bokenäs IF	Uddevalla/Ö	1985-03-10
11.64	Linda Flood	27jul74	Hälle IF	Göteborg/FH	1990-02-18
11.64	Sara Sjögren	6jun98	Stenungsunds FI	Göteborg/FH	2014-12-07
11.40	Johanna Hallsten	27mar03	Hälle IF	Karlstad	2018-12-15
11.38	Angelica Karlsson	19jan93	Tanums IF	Göteborg/FH	2008-03-15
11.37	Linda Johansson	24nov90	IK Orient	Karlstad	2006-01-07
11.33	Alma Olsson	9jun08	Bokenäs IF	Göteborg/FH	2021-12-05
11.30	Malin Wilhelmsson	20jan73	Dals Södra FFI	Moss, NOR	1988-03-19
11.15	Carina Karlsson	25apr78	Brattås CK	Henån	1994-03-31
11.00	Jessica Sylvan Holmgren	10okt72	Brattås CK	Karlstad	1988-01-30

Kula 4 kg

(på JSM t.o.m.2001)

9,50

12,52	Beatrice Aronsson	6feb75	Hälle IF	Uddevalla	1992-08-02	
11,84	Marielle Månskär	9okt81	Hälle IF	Sollentuna	1997-07-02	
11,65	Ebba Olsson	11jun97	Brattås CK	Uddevalla	2014-05-29	
11,45	Emma Johansson	20mar79	IK Zeus	Tanumshede	1996-07-03	
11,35	Daniella Persson	11jun00	Hälle IF	Uddevalla	2017-09-23	
11,34	Lisa Einarsson	14jun96	Eds SK	Lerum	2012-06-21	
11,18	Helen Korpi	4aug68	Hälle IF	Värnamo	1984-09-16	
11,15	Maria Nilsson	1jun95	IK Orient	Jönköping	2012-05-20	
11,11	Karolina Eriksson	14jul80	Hälle IF	Tanumshede	1996-07-03	
11,10	Birgitta Hult	11jun60	IK Orient	Uddevalla	1977-09-08	
10,99	Eva-Lisa Hansson	9aug47	Tanums IF		1963-	
10,98	Elin Jarenfors	26mar89	Tanums IF	Mariestad	2006-08-20	
10,69	Emma Harrysson	6maj97	Brattås CK	Varberg	2013-08-24	
10,63	Susanne Hansson	15aug83	Dals Södra FFI	Frändefors	2000-08-30	
10,54	Katarina Gawell	7apr72	IK Zeus	Dingle	1989-07-09	
10,42	Erika Andersson	5sep79	Hälle IF	Karlstad	1996-09-26	
10,40	Åsa Svernlund	22mar59	IK Orient	Uddevalla	1976-07-22	
10,39	Catarina Ingemarsson	30apr60	IK Orient	Bengtstors	1975-09-24	skol-DM vikt?
10,36	Carina Dahlborg	22feb71	Bokenäs IF	Uddevalla	1985-05-29	
10,35	Anita Johansson	4mar66	Hälle IF	Göteborg/S	1983-06-18	
10,18	Camilla Eriksson	30apr69	Dals Södra FFI	Uddevalla	1984-06-18	
10,13	Helena Fritzén	16sep69	IK Orient	Uddevalla	1986-10-02	
10,09	Britt-Marie Fransson	52	Skee IF		1969-	
10,03	Malin Hansson	25mar74	Dals Södra FFI	Uddevalla	1990-08-14	
10,00	Lena Olsson	65	Hälle IF	Uddevalla	1982-07-25	
9,98	Linda Nilsson	9mar72	Hälle IF	Uddevalla	1989-06-20	
9,90	Caroline Nilsson	4feb87	IK Orient	Uddevalla	2004-06-12	
9,77	Kamilla Karlsson	25apr71	Dals Södra FFI	Uddevalla	1986-08-03	Jennifer 1987
9,76	Maria Axelsson	2okt65	Dals Södra FFI	Uddevalla	1982-06-22	
9,76	Lena Söderberg	15jun59	Strömstads IF		1976-	
9,76	Malin Andersson	11sep89	IK Orient	Uddevalla	2006-10-07	
9,72	Carina Reichenberg	5mar60	Strömstads IF		1976-	
9,71	Eva Hedlund	7apr72	Hälle IF	Göteborg/R	1989-09-03	
9,59	Sara Johansson	22jul74	Brattås CK	Uddevalla	1990-05-19	
9,55	Annica Rohlén	11sep65	IK Orient		1982-	
9,53	Helen Hansson	25feb68	Dals Södra FFI		1984-	
9,50	Catarina Ingemarsson	30apr60	IK Orient		1976-	se ovan 10.39

6-bästa inomhus+ några till

(på IJSM t.o.m.2001) 9,50

12.32	Beatrice Aronsson	6feb75	Hälle IF	Solna	1992-02-08	
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
11.43	Elin Jarenfors	26maj89	Tanums IF	Karlstad	2006-01-07
11.41	Karolina Eriksson	14jul80	Hälle IF	Göteborg/FH	1996-12-08
11.19	Erika Andersson	5sep79	Hälle IF	Karlstad	1996-02-05
.....					
10.28	Karen Karlsson	10sep72	Tjörns FI	Göteborg/FH	1989-01-28
10.07	Linda Flood	27jul74	Hälle IF	Göteborg/FH	1990-12-09

Diskus 1kg

30,00

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	
41,12	Britt-Marie Utter	16maj59	Dals Södra FFI	Uddevalla	1976-07-21	
39,42	Emma Harrysson	6maj97	Brattås CK	Göteborg/U	2014-06-29	
39,40	Caroline Karlsson	27jan77	Kungshamns IF	Dingle	1994-06-20	
39,35	Daniella Persson	11jun00	Hälle IF	Växjö/A	2017-05-13	
35,34	Anna Magnusson	10jun77	Dals Södra FFI	Luleå	1994-08-27	
35,16	Eva-Lisa Hansson	9aug47	Tanums IF		1964-	
35,12	Jessica Hammarqvist	4mar74	Hälle IF	Sollentuna	1991-06-15	
34,70	Ann-Sofie Hansson	25maj79	Tanums IF	Kil	1996-08-10	
33,60	Marielle Månskär	9okt81	Hälle IF	Stenungsund	1997-05-11	tid Hansson
33,50	Carina Reichenberg	5mar60	Strömstads IF	Strömstad	1977-07-03	34,09 BD
33,12	Maria Axelsson	2okt65	Dals Södra FFI	Uddevalla	1982-09-04	
32,66	Gunilla Svensson	24sep66	Hälle IF	Uddevalla	1983-09-26	
32,26	Christine Olsson	1mar77	Hälle IF	Stenungsund	1994-04-30	
31,82	Marie Olhsson	7jun65	Bokenäs IF	Dingle	1981-07-22	
31,60	Maria Nilsson	1jun95	IK Orient	Växjö/V-K	2011-09-18	
31,36	Helena Fritzné	16sep69	IK Orient	Stenungsund	1986-08-07	
30,92	Ella Bäck	49	Tanums IF		1964-	
30,91	Petronella Malmqvist	19feb83	Tanums IF	Helsingborg	2000-07-08	
30,78	Susanne Hansson	13aug83	Dals Södra FFI	Uddevalla	1999-07-24	
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	
30,11	Linda Johansson	24nov90	IK Orient	Uddevalla	2006-07-29	
30,08	Cecilia Gustafsson	9mar85	Strömstads IF	Stockholm/S	2000-09-15	

obekräftat

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

Slägga 3kg

(på USM 2014-)

32,00

59,59	Ebba Olsson	11jun97	Brattås CK	Gävle	2014-08-10
47,54	Monia Kristiansson	17jun02	Hälle IF	Enskede	2018-08-04
46,06	Johanna Hallsten	27mar03	Hälle IF	Götingen, GER	2019-07-13
45,28	Erika Andersson	5sep79	Hälle IF	Rimbo	1995-12-09
44,39	Klara Berntsson	26jan06	Brattås CK	Mölnadal	2020-08-09
43,67	Ida Wingård	16feb00	IK Orient	Lerum	2015-08-30
40,28	Therese Constantin	4jun85	IK Orient	Herrljunga	2001-08-26
38,05	Tove Berg Martinelle	9feb05	Dals Södra FFI	Uddevalla	2019-04-06
37,33	Josefine Lundberg	8aug84	IK Orient	Västerås	2000-08-04
36,52	Mathilda Plate	15mar95	IK Orient	Kil	2010-08-13

Slägga 4kg

(på JSM-USM 1996-2013)

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
44,44	Erika Andersson	5sep79	Hälle IF	Västerås/S	1996-06-09
41,03	Linda Johansson	24nov90	IK Orient	Uddevalla	2007-10-16
39,99	Maria Nilsson	1jun95	IK Orient	Jönköping	2012-05-20
36,10	Charlotta Nilsson	4jan81	Tjörn-Nösås FI	Karskrona	1998-08-14
35,64	Karolina Eriksson	14jul80	Hälle IF	Karlstad/M	1997-09-25
35,52	Therese Constantin	4jun85	IK Orient	Huddinge	2002-08-02
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
30,98	Anna Magnusson	10jun77	Dals Södra FFI	Frändefors	1994-08-22
27,67	Malin Andersson	5feb92	Brattås CK	Lerum	2008-08-17

Spjut 500g (på USM 2014 -) 32,00

43,88	Emma Harrysson	6maj97	Brattås CK	Gävle	2014-08-09
34,75	Filippa Oderbrant	22jun02	Strömstads IF	Falun	2017-08-13

Spjut 600 g nya från 1999 30,00

38,86	Malin Andersson	11sep89	IK Orient	Olofström	2006-10-01
38,47	Frida Hedlund	26jan84	Strömstads IF	Strömstad	2001-07-15
38,19	Ebba Olsson	11jun97	Brattås CK	Habo	2013-06-01
37,92	Caroline Nilsson	4feb87	IK Orient	Göteborg/U	2004-07-02
37,88	Emma Harrysson	6maj97	Brattås CK	Göteborg/U	2013-06-28
33,89	Johanna Gustavsson	5apr90	Strömstads IF	Uddevalla	2005-07-31
33,66	Susanne Hansson	13aug83	Dals Södra FFI	Uddevalla	1999-07-25
33,54	Fanny Strömberg	3jul94	Dals Södra FFI	Helsingborg	2010-07-09
33,01	Petronella Malmqvist	19feb83	Tanums IF	Stenungsund	2000-08-20
31,11	Susann Kristiansen	25jan95	Tanums IF	Växjö	2011-09-17
30,72	Jessica Johansson	9jun92	Tanums IF	Sävedalen	2008-06-08
30,38	Maria Nilsson	1jun95	IK Orient	Uddevalla	2011-07-24

Spjut 600g gamla tom 1998 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
39,40	Emma Fasth	17feb80	Hälle IF	Lerum	1997-08-10
36,96	Linda Flood	27jul74	Hälle IF	Uddevalla	1990-08-16
35,12	Annica Rohlén	11sep65	IK Orient	Uddevalla	1981-05-23
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
32,30	Jeanette Harrysson	15maj73	Brattås CK	Göteborg/R	1989-05-27

Vikt 7,26kg utomhus

14.56	Johanna Hallsten	27mar03	Hälle IF	Lidköping	2020-09-26
10.80	Linnea Hallsten	17jul06	Dals Södra FFI	Lidköping	2021-09-26

Vikt 7,26kg inomhus (på IUSM 2015 -)

16.02	Johanna Hallsten	27mar03	Hälle IF	Göteborg/FH	2020-02-01
14.92	Tove Berg Martinelle	9feb05	Dals Södra FFI	Uddevalla	2019-03-24
14.85	Monia Kristiansson	17jun02	Hälle IF	Uddevalla	2019-01-12
14.01	Lisa Einarsson	14jun96	Eds SK	Huddinge	2011-02-20
12.72	Ebba Olsson	11jun97	Brattås CK	Göteborg/FH	2012-02-25
12.24	Klara Berntsson	26jan06	Brattås CK	Sävedalen	2019-11-03

Vikt 9,08 kg utomhus

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

Vikt 9,08kg inomhus (på IUSM 2011-2014)

14.59 Ebba Olsson 11jun97 Brattås CK Göteborg/Sh 2014-02-01
12.92 Lisa Einarsson 14jun96 Eds SK Göteborg/FH 2012-02-25
12.25 Maria Nilsson 1jun95 IK Orient Göteborg/Sh 2012-02-05

Sjukamp (100m hä(84,0) - höjd - kula(4,0) - 200m / längd - spjut(600) - 800m) (1981 - 2001)

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

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)
3.946 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)
3.699 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)
3.599m 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)
3.086m Carina Andersson 4maj64 IK Orient Uddevalla 1981-09-01o02 **A**
(17,9 - 6.56 - 1.31 - 28,2 / 4.53 - 20.89 - 2.42,2)
3.081m Annika Knutsson 29apr66 IK Orient Stenungsund 1983-09-03o04 **A**
(18,2 - 7.49 - 1.44 - 28,4 / 4.70w - 21.42 - 3.02,7)

Sjukamp (100m häck(76,2) - höjd - kula(3,0) - 200m / längd - spjut(600) - 800m) (2002 -)

A nya 600g-spjutet B 500g-spjut från 2014 C Kula 4 kg W medvind +4,0 eller mer

4.674 Maria Lisshamre 21mar74 Hälle IF Parkano, FIN 1990-07-07o08
(14,70 - 1.63 - 10.76 - 26,85 / 5.19 - 28.02 - 2.32,05)
4.422 Angelica Johansson 1okt83 Hälle IF Nynäshamn 1999-06-12o15 **A W**
(15,55 - 1.73 - 9.12 - 27,17 / 5.32W - 24.92 - 2.40,97)
4.282 Malin Wilhelmsson 20jan73 Dals Södra FFI Visby 1988-06-18o19
(16,52 - 1.51 - 10.73 - 27,75 / 5.41w - 33.66 - 2.42,00)
4.198 Cicilia Pringle 20maj74 Hälle IF Visby 1989-06-17o18 **W**
(14,80 - 1.45 - 9.48 - 26,62 / 4.69W - 25.84 - 2.33,45)
4.191b Jessica Hammarqvist 4mar74 Hälle IF Stenungsund 1990-05-26o27 **W**
(16,01 - 1.69 - 9.62 - 29,1 / 5.18W - 31.38 - 2.47,48)
4.139 Maria Gylfe 5sep77 IK Orient Eskilstuna 1993-08-13o14
(16,07w - 1.47 - 10.47 - 26,66 / 5.01 - 23.68 - 2.35,51)
4.096 Jeanette Härsjö 1apr70 Brattås CK Örebro 1986-09-13o14
(15,27 - 1.50 - 8.14 - 26,81 / 5.07 - 18.98 - 2.30,64)
4.086 Carina Karlsson 25apr78 Brattås CK Stenungsund 1994-06-11o12
(15,53 - 1.43 - 10.50 - 27,07 / 5.35w - 27.16 - 2.54,15)
4.062 Åsa Blomqvist 27feb76 Hälle IF Gävle 1992-06-27o28
(15,55 - 1.56 - 8.90 - 26,60 / 5.17w - 20.18 - 2.46,33)
3.958 Anna Härsjö 28mar73 IK Orient Visby 1989-06-17o18
(15,75 - 1.57 - 10.19 - 27,20 / 4.44 - 25.60 - 2.49,54)

3.850	Emma Harrysson	6maj97	Brattås CK	Stenungsund	2013-07-13o14 A
	(17,05 - 1.47 - 12.83 - 28,98 / 4.82 - 30.73 - 2.56,54)				
3.849	Frida Hansson	18aug97	Stenungsunds FI	Uddevalla	2014-07-19o2(B
	(15,66 - 1.55 - 8.10 - 27,89 / 4.58 - 16.68 - 2.29,89)				
3.833	Petronella Malmqvist	19feb83	Tanums IF	Huddinge	1998-09-05o06
	(17,54 - 1.45 - 8.67 - 27,31 / 5.05 - 28.21 - 2.38,96)				
3.819	Jessica Sylvan Holmgren	10okt72	Brattås CK	Uddevalla	1987-07-03o04
	(16.14 - 1.41 - 9.51 - 27,62 / 4.86 - 27.14 - 2.46,93)				
3.764	Katarina Littenheim	25okt72	Uddevalla IS	Stenungsund	1988-05-22o23
	(16,81 - 1.49 - 9.08 - 27,55 / 4.64 - 23.38 - 2.39,04)				
3.686	Ann Högberg	3feb73	Tjörns FI	Stenungsund	1988-05-22o23
	(17,85 - 1.61 - 8.88 - 28,24 / 4.86 - 22.90 - 2.46,34)				
3.640	Moa Larsson	9maj85	IK Orient	Stenungsund	2000-08-19o2(A
	(16,39 - 1.46 - 8.10 - 27,48 / 4.84 - 23.83 - 2.52,14)				
3.600	Hanna Hedin	25maj02	IK Orient	Uddevalla	2018-09-08o09 B
	(16,38 - 1.54 - 8.12 - 28,36 / 4.67 - 17.42 - 2.42,62)				
3.449	Sofia Eléhn	25maj73	IK Orient	Stenungsund	1989-05-20o21
	(17,94 - 1.57 - 8.20 - 28,76w / 4.78 - 21.30 - 2.50,75)				
3.377	Kajsa Oderbrant	6mar74	Strömstads IF	Stenungsund	1989-05-20o21
	(16,72w - 1.54 - 9.59 - 29,42w / 4.49 - 20.62 - 3.03,79)				
3.328§	Anna Johansson	8jun70	Dals Södra FFI	Malmö/S	1985-09-14o15 C
	(17,21 - 1.57 - 7.35 - 29,34 / 4.48 - 19.28 - 2.49,44)				
3.287	Kristin Wahman	28feb92	IK Orient	Stenungsund	2009-07-04-05 A
	(16,54 - 1.41 - 9.71 - 28,01 / 4.92 - 27.92 - bröt)				

Sexkamp (100m häck(76,2) - kula(4,0) - höjd / längd - spjut(600) - 800m) (F16-regler 1979 - 1983)

3.305	Anita Johansson	4mar66	Hälle IF	Ljusdal	1982-09-04o05
	(16,56 - 9.59 - 1.36 / 4.83w - 26.70 - 2.25,0)				
3.280m	Gunilla Andersson	17apr67	IK Orient	Stenungsund	1983-09-03o04
	(15,1 - 7.17 - 1.59 / 5.04w - 18.68 - 2.39,5)				

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 Svernlina	22mar59	IK Orient	Lyngby, DEN	1976-07-17o18			
	(14,9 - 10.05 - 1.64 - 5.54 - 25,6)							
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	1977-07-16o17	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)							
2.508m	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	Bengtstors	1960-	A	C	
	(29,2 - 8.03 - 1.49 / 16,8 - 4.48)							

Femkamp inomhus (60m häck(76,2)-höjd-kula(3,0)-längd-600m) (fr.o.m. 2002)

	A = 60m häck (76,2-12-8)	B = överlång bana på 600m	C annan grenordning		
3.531	Angelica Johansson	1okt83 Hälle IF	Karlstad	1999-02-05	
	(9,07 - 1.73 - 8.70 - 5.47 - 1.50,97)				
3.346	Jennifer Karlsson	15apr96 Tanums IF	Norrköping	2011-02-12	A
	(9,28 - 1.57 - 10.57 - 5.19 - 1.50,66)				
3.264	Maria Gylfe	5sep77 IK Orient	Malmö/A	1993-01-29	
	(9,42 - 1.55 - 9.27 - 5.02 - 1.45,03)				
3.139	Siri Fagerlund	22feb86 IK Orient	Västerås	2001-02-02	C
	(9,33 - 1.43 - 5.00 - 10.12 - 1.48,18)				
3.132	Sara Sjögren	6juni98 Stenungsunds FI	Växjö/TA	2014-02-08	
	(9,44 - 1.52 - 10.11 - 5.22 - 1.56,87)				
3.096	Carina Karlsson	25apr78 Brattås CK	Malmö/A	1993-01-29	
	(9,35 - 1.49 - 9.52 - 5.36 - 1.58,20)				
3.041	Petronella Malmqvist	19feb83 Tanums IF	Karlstad	1999-02-05	
	(9,88 - 1.49 - 9.03 - 5.16 - 1.49,88)				
3.017	Ebba Olsson	11jun97 Brattås CK	Göteborg/FH	2012-03-10	A
	(9,76 - 1.46 - 12.94 - 4.83 - 2.01,17)				
2.960	Angelica Karlsson	19jan93 Tanums IF	Göteborg/FH	2008-03-15	A
	(10,42 - 1.46 - 11.38 - 5.08 - 1.54,72)				
2.931	Karolina Eriksson	14jul80 Hälle IF	Göteborg/FH	1996-02-03	
	(9,66 - 1.50 - 11.23 - 4.88 - 2.04,56)				
2.868	Ellen Hedin	14feb00 IK Orient	Uddevalla	2017-02-11	
	(10,38 - 1.61 - 8.55 - 4.65 - 1.52,81)				

Femkamp inomhus (60m häck(84,0)-höjd-kula(4,0)-längd-800m) (1991 - 2001)

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)				
3.141	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(76,2)-kula(3,0)-längd/60m-höjd-600m) (1988 - 1990)

Poängtabellen som användes för 60m är okänd

4.123	Cicilia Pringle	20maj74 Hälle IF	Haparanda	1989-01-21o22	
	(9,09 - 9.44 - 5.07 / 8,17 - 1.48 - 1.42,32) <i>Anm: 60m gav 797p</i>				
3.940	Jessica Sylvan Holmgren	10okt72 Brattås CK	Karlstad	1988-01-30o31	
	(9,44 - 11.00 - 5.11 / 8,31 - 1.51 - 1.54,61) <i>Anm: 60m gav 756p</i>				
3.864	Maria Lisshamre	21mar74 Hälle IF	Haparanda	1989-01-21o22	
	(9,38 - 8.80 - 5.08 / 8,35 - 1.48 - 1.48,18) <i>Anm: 60m gav 744p</i>				
3.855	Jessica Hammarqvist	4mar74 Hälle IF	Karlstad	1990-02-03o04	
	(9,82 - 10.17 - 5.02 / 8,5m - 1.61 - 1.50,27) <i>Anm: 60m gav 635p</i>				

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	1990-02-03o04	
	(9,79 - 1.61 - 9.05 / 8,11 - 5.09 - 1.49,66) <i>Anm: 60m gav 815p</i>				