Klubbrekorder Ås IL Friidrett - per 01.12.2018

Klasse:	KSr			
Øvelse	**Resultat**	**Navn**	**Sted**	**dato**
100m	12.45	Ingrid Bernice Folland	Lillehammer/Ss	28.06.1998
150m	21.16	Mari Cecilie Hansen	Ås	25.08.2014
200m	25.90	Ingrid Bernice Folland	Lillehammer/Ss	26.06.1998
300m	44.10	Anne-Lise Folland	Oslo/Bi	23.09.1997
400m	61.02	Anne-Lise Folland	Florø	14.08.1999
600m	1.41.5	Jorunn Rekkedal	Oslo/Bi	28.05.1975
800m	2.09,7	Bjørg Torstensrud	Oslo/Bi	26.07.1994
1000m	3.03,89	Heidi Myrvold	Drammen/Ma	19.09.1992
1500m	4.24.27	Bjørg Torsteinsrud	Oslo/Bi	21.06.1994
1 mile	5.14.0	Mina S. Lilleheier	Ås	05.07.2017
2000m	7.01,4	Heidi Myrvold	Sofiemyr	18.07.1990
3000m	9.56.26	Bjørg Torstensrud	Oslo/Tr	04.07.1994
5000m	16.52.26	Jorunn Rekkedal	Steinkjer/Gu	13.08.2000
10000m	35.03.52	Jorunn Rekkedal	Kristiansand	18.08.1996
halvmaraton	1:16.08	Jorunn Rekkedal	Hommelvik	26.03.1994
maraton	2:41.41	Jorunn Rekkedal	Stockholm, SWE	07.06.1997
100mhk (84)	16.4	Ann Helen Bjerke	Lillestrøm	17.06.1973
200mhk (76.2)	31.15	Ingrid Bernice Folland	Oslo/Bi	24.09.1997
400mhk	71.10	Tori Grindvold	Fredrikstad	18.06.1977
3000mh				
Lengde	5.49	Ingrid Bernice Folland	Lillehammer/Ss	27.06.1998
Tresteg	11.45	Ingrid Bernice Folland	Oslo/Bi	13.06.1998
Høyde	1.61	Sarah Amundsen	Ås	25.08.2014
Stav	2.13	Maria Ekman	Ski	02.09.2006
L.U.T.	2.50	Eva Linnestad	Ås	04.04.1959
H.U.T.	1.18	Inger Otterstad	Ski	10.10.1980
Tresteg U.T.	7.09	Kaja W. Nordhagen	Ås	03.03.2014
Kule (4)	10.93	Guro R Sørheim	Lillestrøm	12.09.2015
Diskos (1.0)	34.22	Guro R. Sørheim	Oslo/Bi	17.06.2014
Spyd (0.6)gl	29.96	Gerd Hovdal	Ås	08.08.1969
Spyd (0.6)ny	27.05	Guro R. Sørheim	Tønsberg/Gr	26.10.2013
Slegge (4/119cm)	39.20	Guro R Sørheim	Nadderud	12.06.2016
Vektkast (9.08kg)	11.63	Guro R. Sørheim	Oppegård	09.08.2015
Kast 5-kamp	2635	Guro R. Sørheim	Asker	27.09.2015
(sl4,ku4,di, sp0.6, vk9.08)		36.09-10.30-29.86-25.72-11.84		
4x100m	54.8		Ski	11.09.1965
	Britt Johnsen48-Anne Marie Larsen48-Gerd Torstensen50-Kari Wold49			
4x200m	2:00.26i		Stange	22.03.2014
	Jenny E. Jarnes98, Sarah Amundsen98, Sofie Dalheim (99), Hanna Hegstad (01)			
4x400m	4.21.2		Nesodden	24.05.1977
	Jorunn Rekkedal61-Marit Hansen60-Ellen Grepperud64-Tori Grindvold63			
4x800m	10.11.95		Hamar	20.05.2017
	Ragnhild Bergsholm01-Hanna Hegstad01-Johanne Y. Stokke00-Mina Lilleheier01			
1000m	2.39.4		Ås	08.09.1981
	Hanne Hogness67-Hanne Johansen65-Hilde Sverdrup63-Ellen Grepperud64			

Klubbrekorder Ås IL Friidrett - per 01.12.2018

Klasse:	J19			
Øvelse	**Resultat**	**Navn**	**Sted**	**dato**
60m	8.64i	Mari Cecilie Hansen	Bærum	08.03.2014
80m	11.19	Mari Cecilie Hansen	Ås	15.09.2014
100m	13.64	Mari Cecilie Hansen	Nadderud	15.06.2014
150m	21.16	Mari Cecilie Hansen	Ås	25.08.2014
200m	27.78i	Mari Cecilie Hansen	Stange	23.03.2014
300m				
400m				
600m				
800m				
1000m				
1500m	4:45.19	Maren Høibø	Prestfoss	28.07.2012
2000m				
3000m				
5000m	19:14.5	Jorunn Rekkedal	Oslo/St	09.06.1980
100mhk (84)				
200mhk (76.2)	33.20	Mari Cecilie Hansen	Ås	15.09.2014
300mhk (76.2)				
400mhk (76.2)				
2000mh				
3000mh				
Lengde	5.20	Mari Cecilie Hansen	Larvik/Lo	21.09.2014
Tresteg	11.28	Mari Cecilie Hansen	Haugesund	06.09.2014
Høyde				
Stav				
L.U.T.	2.34	Kaja Winsnes Nordhagen	Ås/Un	03.03.2014
H.U.T.				
Tresteg U.T.	7.09	Kaja W. Nordhagen	Ås U.Sk	03.03.2014
Kule (4)	10.93	Guro Rogstad Sørheim	Lillestrøm	12.09.2015
Diskos (1.0)	32.96	Guro Rogstad Sørheim	Ski	17.06.2015
Spyd (0.6)	25.72	Guro Rogstad Sørheim	Asker/Fø	27.09.2015
Slegge (4)	38.52	Guro Rogstad Sørheim	Byrkjelo	14.08.2015
Vektkast (9.08)	11.84	Guro Rogstad Sørheim	Asker/Fø	27.09.2015
Kast 5-kamp	2635	Guro Rogstad Sørheim	Asker/Fø	27.09.2015
(sl4,ku4,di, sp0.6, vk9.08)	36,09-10,30-29,86-25,72-11,84			

Klubbrekorder Ås IL Friidrett - per 01.12.2018

Klasse:	J18			
Øvelse	**Resultat**	**Navn**	**Sted**	**dato**
60m	8.55i	Mari Cecilie Hansen	Skedsmohallen	26.01.2013
80m	11.39	Mari Cecilie Hansen	Ås	10.06.2013
100m	13.52	Mari Cecilie Hansen	Oslo/Bi	17.08.2013
200m	27.70	Mari Cecilie Hansen	Nadderud	14.06.2013
300m	44.63	Mari Cecilie Hansen	Oslo/Bi	19.09.2013
400m	62.62	Hilde Kleven	Lillehammer/SS	??.06.1992
600m				
800m	2:19.7	Hilde Kleven	Sofiemyr	11.07.1992
	2:18.91(i)	Heidi Myrvold	Stange	30.01.1993
1000m				
1500m	**4.54.61**	**Mina Lilleheier**	**Vancouver, Can**	**02.06.2018**
2000m				
3000m	**10.44.48**	**Mina Lilleheier**	**Vancouver, Can**	**02.06.2018**
5000m	**19.15.4**	**Mina Lilleheier**	**Ås**	**10.10.2018**
100mhk (84)				
200mhk (76.2)				
300mhk (76.2)				
400mhk (76.2)				
2000mh				
3000mh				
Lengde	5.01i	Mari Cecilie Hansen	Fredrikstad	10.02.2013
Tresteg	10.86i	Mari Cecilie Hansen	Steinkjer	08.03.2013
Høyde				
Stav				
L.U.T.	2.22	Mari Cecilie Hansen	Ås U-skole	25.02.2013
H.U.T.				
Tresteg U.T.	6.46	Mari Cecilie Hansen	Ås U-skole	25.02.2013
Kule (4)	10.26	Guro R. Sørheim	Ås	15.09.2014
Diskos (1.0)	34.22	Guro R. Sørheim	Oslo/Bi	17.06.2014
Spyd (0.6)	26.26	Guro R. Sørheim	Asker	28.09.2014
Slegge (4)	37.94	Guro R. Sørheim	Arvika, Swe	27.07.2014
Vektkast (9.08)	11.43	Guro R. Sørheim	Tønsberg	25.10.2014
Kast 5-kamp	2417	Guro R. Sørheim	Asker	28.09.2014
	(sl4,ku4,di, sp0.6, vk9.08)		32.63,8.87,30.74,26.26,10.60	
3x800m	7:42.38		Jessheim	16.06.1991
		Aslaug Skrede76-Gro Steine76-Hilde Kleven74		
4x800m	10:18.57		Sofiemyr	26.08.1992
		Pernille Høsteland75-Karen D. Evjen75-Hilde Kleven74-Heidi Myrvold75		

Klubbrekorder Ås IL Friidrett - per 01.12.2018

Klasse:	J17			
Øvelse	**Resultat**	**Navn**	**Sted**	**dato**
60m	8.62i	Mari Cecilie Hansen	Stangehallen	17.03.2012
80m	11.18	Mari Cecilie Hansen	Ås	11.06.2012
100m	13.45	Mari Cecilie Hansen	Skien/He	02.06.2012
200m	27.46	Anne-Lise Folland	Lillehammer/Ss	25.06.1999
300m	45.33	Mari Cecilie Hansen	Oslo/Bi	20.09.2012
400m	61.02	Anne-Lise Folland	Florø	14.08.1999
600m	**1.46.10**	**Ragnhild Bergsholm**	**Ås**	**01.05.2018**
800m	2.18.13	Heidi Myrvold	Haugesund	31.07.1992
1000m	3.03.89	Heidi Myrvold	Drammen/Ma	19.09.1992
1500m	4.44.24	Heidi Myrvold	Lillehammer/Ss	06.09.1992
1 Mile	5:14.0	Mina S. Lilleheier	Ås	05.07.2017
2000m	7.38.25	Malin Eijsink	Ås	21.06.2010
3000m	10.16.30	Heidi Myrvold	Haugesund	01.08.1992
5000m				
100mhk (76.2)				
100mhk (84)				
200mhk (76.2)	35.11	Anne-Lise Folland	Oslo/Bi	28.09.1999
300mhk (76.2)M	51.9	Tori Grindvold	Oslo/Bi	08.10.1979
400mhk (76.2)				
2000mh (76.2)				
Lengde	5.08	Mari Cecilie Hansen	Ski	23.05.2012
Tresteg	10.99	Mari Cecilie Hansen	Askøy	31.08.2012
Høyde	1.55i	Sarah Amundsen	Skedsmohallen	31.01.2015
Stav				
L.U.T.	2.22	Mari Cecilie Hansen	Ås/Un	27.02.2012
H.U.T.				
Tresteg U.T.	5.85	Mari Cecilie Hansen	Ås	27.02.2012
Kule (3)	11.04	Guro R. Sørheim	Ski	31.07.2013
Kule (4)	9.41	Guro R. Sørheim	Skien/he	01.06.2013
Diskos (1.0)	30.71	Guro R. Sørheim	Porsgrunn	02.06.2013
Spyd (500g)	23.79	Guro R. Sørheim	Skien/he	01.06.2013
Spyd (0.6)ny	27.05	Guro R. Sørheim	Tønsberg/Gr	26.10.2013
Slegge (3/119cm	40.01	Guro R. Sørheim	Lillehammer/ss	06.09.2013
Slegge (4/119cm	38.08	Guro R. Sørheim	Greverud	27.10.2013
Vektkast (9.08kg	7.28	Guro R. Sørheim	Asker	29.09.2013
Kast 5-kamp	1895	Guro R. Sørheim	Asker	29.09.2013
(sl3,ku4,di,vk9.08, sp0.5)		38.70, 8.85, 28.20, 7.28, nm		
4x100m	54.8		Ski	11.09.1965
	Britt Johansen48-Anne Marie Larsen48-Gerd Torstensen50-Kari Wold49			
4x800m	10.11.95		Hamar	20.05.2017
	Ragnhild Bergsholm01-Hanna Hegstad01-Johanne Y. Stokke00-Mina Lilleheier01			

Klubbrekorder Ås IL Friidrett - per 01.12.2018

Klasse:	J16			
Øvelse	**Resultat**	**Navn**	**Sted**	**dato**
60m	8.46i	Maren Elise Rognerud	Skedsmohallen	26.03.2011
80m	11.81	Oda Marie Hegstad	Ås	26.05.2014
100m	13.32	Maren Elise Rognerud	Nadderud	19.06.2011
150m	22.10	Hanna H. Hegstad	Ås	29.05.2017
200m	27.77	Anne Lise Folland	Nadderud	20.06.1998
300m	47.21	Sarah Amundsen	Ås	05.05.2014
400m	62.29	Heidi Myrvold	Lillehammer/Ss	28.06.1991
600m				
800m	2.17.50	Heidi Myrvold	Oslo/Bi	16.07.1991
1000m	3.14.10	Mina S. Lilleheier	Ås	30.05.2016
1500m	4.42.72	Heidi Myrvold	Lillehammer/Ss	27.06.1991
2000m				
3000m	10.32.0	Heidi Myrvold	Bjørkelangen	09.06.1991
5000m	18.58.9	Mina S. Lilleheier	Ås	12.10.2016
80mhk (76.2)	14.07	Mari Cecilie Hansen	Nesodden	24.09.2011
100mhk (76.2)				
200mhk (76.2)	34.23	Sarah Amundsen	Ås	15.09.2014
300mhk(76.2)	50.20	Pernille Høsteland	Fredrikstad/Li	17.08.1991
400mhk(76.2)M	71.10	Tori Grindvoll	Fredrikstad	18.06.1977
1500mh (76.2)				
Lengde	5.24	Kari Wold	Oslo/Bi	19.09.1965
Tresteg	10.31	Mari Cecilie Hansen	Fredrikstad	27.08.2011
Høyde	1.61	Sarah Amundsen	Ås	25.08.2014
Stav				
L.U.T.	2.33	Kaja W. Nordhagen	Ås	28.02.2011
H.U.T.				
Tresteg U.T.	6.54	Kaja W. Nordhagen	Ås	28.02.2011
Kule (3)	10.47	Guro R Sørheim	Ås	07.05.2012
Kule (4)	8.27	Guro R Sørheim	Ås	17.09.2012
Diskos (1.0)	29.52	Guro R Sørheim	Greverud	26.08.2012
Spyd (0.6)ny	22.29	Guro R Sørheim	Skien/He	02.06.2012
Spyd (0.5)	23.64	Sarah Amundsen	Skien/He	24.05.2014
Slegge (3/119cn	39.90	Agnes R. Sørheim	Lillestrøm	29.05.2016
Slegge (4/119cn	32.09	Guro R Sørheim	Greverud	05.08.2012
Vektkast (9.08k	7.05	Oda Marie Hegstad	Sandefjord/Bu	31.07.2014
4x200m	2:00.26i		Stange	22.03.2014
	Jenny E. Jarnes98, Sarah Amundsen98, Sofie Dalheim99, Hanna Hegstad01			
3x800m	7:40.54		Jessheim	16.09.1991
	Pernille Høsteland75-Karen Evjen75-Heidi Myrvold75			

Klubbrekorder Ås IL Friidrett - per 01.12.2018

Klasse:	J15			
Øvelse	**Resultat**	**Navn**	**Sted**	**dato**
60m	7.90(i)	Ingrid Bernice Folland	Drammen	14.02.1998
80m	11.41	Hanna Hegstad	Ås	30.05.2016
100m	12.45	Ingrid Bernice Folland	Lillehammer/Ss	28.06.1998
150m	21.95	Hanna Hegstad	Ås	22.08.2016
200m	25.90	Ingrid Bernice Folland	Lillehammer/Ss	26.06.1998
300m	44.10	Anne-Lise Folland	Oslo/Bi	23.09.1997
400m	62.38	Pernille Høsteland	Sofiemyr	02.09.1990
400mM	61.9	Pernille Høsteland	Kongsvinger/Gj	01.09.1990
600m	1:45.76	Marianne Kure	Ås	03.05.2015
800m	2.20.03	Heidi Myrvold	Lillehammer/Ss	24.06.1990
1000m	3:16.75	Hilde Kleven	Sofiemyr	02.09.1989
1500m	4:50.5	Heidi Myrvold	Kongsvinger/Gj	01.09.1990
2000m	7:01.4	Heidi Myrvold	Sofiemyr	29.07.1990
3000m	10:33.0	Jorunn Rekkedal	Oslo/Bi	13.07.1976
5000m	19.43.8	Mina Lilleheier	Ås	07.10.2015
80mhk (76.2)	12.12	Ingrid Bernice Folland	Oslo/Bi	12.06.1998
100mhk (84)				
200mhk (76.2)	35.27	Hanna Hegstad	Ås	19.09.2016
300mhk (76.2)	48.39	Ingrid Bernice Folland	Oslo/Bi	14.06.1998
400mhk (76.2)M	79.2	Inger Ottestad	Ås	26.09.1982
1500mh (76.2)				
Lengde	5.49	Ingrid Bernice Folland	Lillehammer/Ss	27.06.1998
Tresteg	11.45	Ingrid Bernice Folland	Oslo/Bi	13.06.1998
Høyde	1.51	Sarah Amundsen	Lillehammer/Ss	07.09.2013
Stav	2.10	Liv Kristin Sundheim	Oslo/So	10.08.2006
L.U.T.	2.26	Kaja W. Nordhagen	Ås	01.03.2010
H.U.T.	1.10	Hanne Hogness		dd.mm.1982
Tresteg U.T.	6.05	Kathinka Kruse-Jensen	Ås U-skole	25.02.2013
	6.05	Hanna Hegstad	Ås U-skole	07.03.2016
Kule (3)	10.74	Guro R Sørheim	Ås	06.06.2011
Kule (4)	8.64	Guro R Sørheim	Ås	27.06.2011
Diskos (0.75)	34.51	Guro R Sørheim	Nadderud	24.09.2011
Diskos (1.0)	28.02	Guro R Sørheim	Oppegård	09.10.2011
Spyd (0.4)	25.61	Sarah Amundsen	Skien/He	01.06.2013
Slegge (3kg/110c	39.32	Guro R Sørheim	Nadderud	16.10.2011
Slegge (3kg/119.	35.90	Agnes R. Sørheim	Lillestrøm	12.09.2015
Slegge (4)	18.06	Anne-Lise Folland	Lillehammer/Ss	27.06.1997
Vektkast (7.26)	8.92	Agnes R. Sørheim	Oppegård	09.08.2015
Kast 5-kamp	1763	Agnes R. Sørheim	Asker	27.09.2015
(sl,ku,di,sp,vk)		31.41-8.01-17.05-14.78-8.81		
4x100m	**59.49**		**Ås**	**01.05.2018**
	Ada Norum-Torgersen03, Mia Tettum03, Tiril lilleheier03, Sandra Nordskaug04			
4x200m	2:02.21i		Stange	16.03.2013
	Oda Marie Hegstad98, Jenny E. Jarnes98, Sarah Amundsen98, Kathinka Kruse-Jensen98			

Klubbrekorder Ås IL Friidrett - per 01.12.2018

Klasse:	J14			
Øvelse	**Resultat**	**Navn**	**Sted**	**dato**
60m	7.97	Ingrid Bernice Folland	Lillehammer/Ss	28.06.1997
80m	11.42	Hanna Hegstad	Göteborg	04.07.2015
100m	12.95	Ingrid Bernice Folland	Oslo/Bi	24.09.1997
150m	23.67	Leah Wiker Nygaard	Ås	29.05.2017
200m	26.63	Ingrid Bernice Folland	Oslo/Bi	23.09.1997
300m	48.00	Hanna Hegstad	Göteborg	05.07.2015
400m				
600m	1.41.5	Jorunn Rekkedal	Oslo/Bi	28.05.1975
800m	2.26.38	Anne Lise Folland	Sofiemyr	27.07.1996
1000m	3.30.24	Ingvild Wollebek	Ås	10.06.2013
1500m	4:52.7	Jorunn Rekkedal	Noresund	03.08.1975
2000m				
60m hk (76.2)	10.46	Maren Elise Rognerud	Lillestrøm	05.09.2009
100mhk(76.2)M	17.9	Tori Grindvoll	Fredrikstad	18.06.1977
200mhk(76.2)	31.15	Ingrid Bernice Folland	Oslo/Bi	24.09.1997
300mhk(76.2)	51.63	Hanna Hegstad	Ås	24.08.2015
Lengde P	5.32	Ingrid Bernice Folland	Oslo/Bi	23.09.1997
Tresteg P	11.21	Ingrid Bernice Folland	Oslo/Bi	24.09.1997
Høyde	1.56	Sarah Amundsen	Moss/Me	12.08.2012
Stav	2.10	Ingrid Bernice Folland	Lillehammer/Ss	26.06.1997
L.U.T.	2.45	Marit Røed	Ås	12.03.1960
H.U.T.	1.05	Mari Cecilie Hansen	Ås	23.02.2009
	1.05	Kaja W. Nordhagen	Nittedal	22.03.2009
Tresteg U.T.	6.56	Ragnhild Bergsholm	Ås U-skole	02.03.2015
Kule (3)	10.29	Guro R Sørheim	Sofiemyr	26.06.2010
Diskos (0.75)	28.17	Guro R Sørheim	Sofiemyr	09.08.2010
Spyd (0.4)	31.96	Ada Norum-Torgersen	Nittedal	20.08.2017
Slegge (3/110)	27.98	Guro R Sørheim	Nesodden	12.09.2010
Slegge (3/119)	31.26	Agnes Rogstad Sørheim	Oppegård	31.08.2014
Liten ball (150g)	39.67	Elisabeth Bones	Ås	28.08.2006
Slengball (1kg)	29.19	Guro R Sørheim	Ski	02.06.2010
6kamp	5265	Ingrid Bernice Folland	Oslo/St	06-07.08.1997
60m-le-ku-80mhk-hø-800m		8.17-4.91-8.02/12.89-1.47-2:52.76		
Kast 5-kamp	1471	Hanna Hegstad	Asker	27.09.2015
(sl,ku,di,slb, sp)		19.91-6.51-20.04-18.81-20.74		
4x60m	34.60		Nesodden	16.09.2012
	Oda Marie Hegstad(98), Kathinka Kruse-Jensen (98), Jenny E. Jarnes(98), Rannveig Nordhagen(98)			

Klubbrekorder Ås IL Friidrett - per 01.12.2018

Klasse:	J13			
Øvelse	**Resultat**	**Navn**	**Sted**	**dato**
60m	8.33	Ingrid Bernice Folland	Oslo/Bi	29.06.1996
80m	12.15	Hanna Hegstad	Ås	26.05.2014
80mM	11.4	Gitte Bumbulcz	Strømmen	21.06.1970
100m	13.87	Maren Elise Rognerud	Porsgrunn	31.05.2008
150m	22.86	Hanna Hegstad	Ås	25.08.2014
200m	29.01i	Mari Cecilie Hansen	Karlstad, SWE	16.02.2008
200mM	28.0	Ingrid Bernice Folland	Ski	28.09.1996
300m	49.66	Hanna Hegstad	Drammen/Ma	10.05.2014
600m	1:49.82	Hanna Hegstad	Larvik/Lo	24.08.2014
800m	2.34.1	Anne Lise Folland	Sofiemyr	22.07.1995
1000m	3:24:95	Marianne Kure	Ås	10.06.2013
1500m	5.06.5	Jorunn Rekkedal	Ås	16.06.1974
2000m				
60m hk (68)	10.26i	Mari Cecilie Hansen	Skedsmohallen	05.04.2008
60m hk (68)M	10.4	Mari Cecilie Hansen	Ås	25.08.2008
60mhk (76.2)	10.36	Ingrid Bernice Folland	Sofiemyr	27.08.1996
200mhk (68)	34.95	Mari Cecilie Hansen	Nadderud	07.09.2008
Lengde P	4.70	Ingrid Bernice Folland	Sofiemyr	25.08.1996
Lengde S	4.84	Pernille Høsteland	Ski	17.08.1988
Tresteg P	10.29	Ingrid Bernice Folland		05.08.1996
Tresteg S				
Høyde	1.42i	Leah W. Nygaard	Borås/SWE	15.01.2016
Stav	2.10	Ingrid Bernice Folland	Sofiemyr	27.07.1996
L.U.T.	2.36	Anne Syrrist	Ås	18.03.1968
H.U.T.	1.18	Inger Otterstad	Ski	10.10.1980
Tresteg U.T.	5.82	Leah W. Nygaard	Ås U-skole	07.03.2016
Kule (2)	10.02	Guro R. Sørheim	Ski	12.08.2009
Diskos (0.6)	28.64	Guro R. Sørheim	Ski	26.08.2009
Spyd (0.4)	27.28	Ada Norum Torgersen	Gøteborg	01.07.2016
Slegge (2)	29.85	Agnes R. Sørheim	Nadderud	15.06.2013
Liten ball (150g)	34.96	Guro R. Sørheim	Ås	04.05.2009
Slengball (1kg)	24.89	Guro R. Sørheim	Oppegård	11.07.2009
Vektkast (5,45kg)	5.65	Hanna Hegstad	Sandefjord/Bu	31.07.2014
6 kamp (sone)	4295	Hanna Hegstad	Oslo/S.pl.	5-6/9-2014
(60m, le, ku, 60mhk,hø, 600m)		9.55, 4.16, 6.87, 11.84, 1.24, 1.54.14		
Kast 5-kamp	2898	Ada Norum Torgersen	Asker	25.09.2016
(sl,ku,di,slb, sp)		26.60-8.58-24.68-24.32-21.11		
4x60m	34.94		Nadderud	11.06.2016
	Ada Norum-Torgersen03- Christine Kure03-Eline Skjevdal03-Leah E. Nygaard03			
4x100m	58.29i		Stange	08.03.2008
	Maren E. Rognerud95-Mari Storholt95-Kaja Nordhagen95-Mari C. Hansen95			
3x600m	5:42.61		Asker	03.06.2012
	Jenny Pedersen-99 – Eline Storvik Grønvold-99 – Pia Dahl-99			

Klubbrekorder Ås IL Friidrett - per 01.12.2018

Klasse:	J12			
Øvelse	**Resultat**	**Navn**	**Sted**	**dato**
40m	6.64	Hanna Hegstad	Ås	10.06.2013
60m	8.57	Ingrid Bernice Folland	Nadderud	17.06.1995
80mE	11.71	Mari Cecilie Hansen	Ås	25.06.2007
80mM	11.1	Mari Cecilie Hansen	Nesodden	21.06.2007
100m	14.23	Mari Cecilie Hansen	Ås	25.06.2007
150m	23.99	Christine Kure	Ås	01.06.2015
200m	30.05	Mari Cecilie Hansen	Nadderud	17.06.2007
600m	1.48.76	Mari Storholt	Nadderud	16.06.2007
800m	2.31.83	Heidi Myrvold	Oslo/St	13.06.1987
1000m	3.23.2	Heidi Myrvold	Asker/Fø	30.08.1987
1500m	5:07.0	Heidi Myrvold	Lillehammer/Ss	28.06.1987
60m hk (68)	10.73	Mari Cecilie Hansen	Nadderud	17.06.2007
200mhk(68)M	34.7	Maren Elise Rognerud	Nesodden	21.06.2007
Lengde	4.70	Ingrid Bernice Folland	Ski	19.06.1995
Tresteg (S)	9.42	Mari Cecilie Hansen	Ås	29.05.2007
Høyde	1.40	Ingrid Bernice Folland	Ski	19.06.1995
Stav				
L.U.T.	2.23	Kaja W. Nordhagen	Ås	26.02.2007
H.U.T.	1.15	Pernille Høsteland	Kolbotn/In	13.03.1987
Tresteg U.T	5.65	Ada Norum Torgersen	Ås U-kole	02.03.2015
Kule (2)	9.65	Inger Alfnes	Ås	16.06.1988
Kule (3)				
Diskos (0.6)	20.36	Agnes R. Sørheim	Oppegård	08.08.2012
Spyd (0.4)	17.77	Tuva Kaldahl	Ski	10.06.1998
Slegge (2)	26.98	Agnes R. Sørheim	Greverud	05.08.2012
Liten ball (150g)	31.97	Guro R. Sørheim	Nadderud	07.06.2008
Slengball (1kg)	20.00	Agnes R. Sørheim	Ås	25.06.2012
4kamp	1740	Silje Uhlen Maurseth	Sofiemyr	11.05.2004
Kast 5-kamp	1823	Hanna Hegstad	Asker	29.09.2013
(sl,ku,di,slb, sp)		13.01, 6.22, 16.36, 16.37, 15.56		
4x60m	35.77		Nesodden	22.09.2007
	Kaja Nordhagen95-Mari Storholt95-Maren E. Rognerud95-Mari C. Hansen95			
4x100m	56.78		Nadderud	15.06.2007
	Kaja Nordhagen95-Mari Storholt95-Maren E. Rognerud95-Mari C. Hansen95			

Klubbrekorder Ås IL Friidrett - per 01.12.2018

Klasse:	J11			
Øvelse	**Resultat**	**Navn**	**Sted**	**dato**
40m	6.92	Hanna Hegstad	Ås	11.06.2012
60m	8.82	Ingrid Bernice Folland	Nadderud	19.06.1994
80m	12.29	Mari Cecilie Hansen	Fredrikstad	17.09.2006
100m	16.36	Hanna Hegstad	Ås	17.09.2012
150m	24.72	Leah W. Nygaard	Ås	25.08.2014
200m	32.48	Kaja W. Nordhagen	Nadderud	18.06.2006
600m	**1.51.71**	**Ellinor Fossheim Solberg**	**Nittedal**	**15.09.2018**
800m	2:52.04	Ingrid Bernice Folland	Sofiemyr	25.05.1994
1000m	3:26.2	Heidi Myrvoll	Ås	20.09.1986
1500m	6:18.5	Tiril Lilleheier	Ås	08.10.2014
60m hk(68)	11.56	Maren Elise Rognerud	Nesodden	23.09.2006
200mhk (68)	42.38	Hanna Hegstad	Ås	17.09.2012
Lengde	4.34	Ingrid Bernice Folland	Sofiemyr	25.09.1994
Tresteg	8.17	Hanna Hegstad	Ås	11.06.2012
Høyde	1.25	Leah W. Nygaard	Ås	15.09.2014
Stav				
L.U.T.	1.86	Elin Meinich Riise	Ås	26.02.2007
H.U.T.	0.90	Ingvild Torsdalen	Ås	26.02.2007
	0.90	Rannveig. W. Nordhagen	Nittedal	22.03.2009
	0.90	Hanna Hegstad	Oppegård	26.03.2012
Tresteg U.T.	5.11	Ada Norum-Torgersen	ÅS U-skole	03.03.2014
Kule (2)	7.32	Agnes R. Sørheim	Nesodden	18.09.2011
Diskos (0.6)	17.04	Agnes R. Sørheim	Nadderud	16.10.2011
Spyd (0.4)	15.90	Hanna Hegstad	Ski	20.06.2012
Slegge (2)	23.51	Agnes R. Sørheim	Oppegård	09.10.2011
Liten ball (150g)	39.74	Gro Amundsen	Hobøl	08.09.1973
Slengball (1kg)	16.00	Agnes R. Sørheim	Ås	24.09.2011
4x60m	36.30		Nadderud	17.06.2006
	Maren E. Rognerud95-Kaja Nordhagen95-Mari Storholt95-Mari C. Hansen95			

Klubbrekorder Ås IL Friidrett - per 01.12.2018

Klasse:	J10			
Øvelse	**Resultat**	**Navn**	**Sted**	**dato**
40m	7.05	Leah W. Nygård	Ås	10.06.2013
60m	9.75	Mari Cecilie Hansen	Nadderud	09.10.2005
80m	13.29	Maren Elise Rognerud	Sofiemyr	04.09.2005
150m	24.83	Oda Schoultz	Ås	25.08.2014
200m	34.60	Ragnhild Bergsholm	Ås	06.06.2011
600m	2.03.19	Ellinor Fossheim Solberg	Nadderud	18.06.2017
1500m	6.42.4	Christine Kure	Ås	09.10.2013
60m hk (68)	13.00	Jenny Norem	Ås	25.08.2008
200mhk (68)	49.44	Leah W. Nygård	Ås	16.09.2013
Lengde	3.62	Mari Cecilie Hansen	Sofiemyr	29.09.2005
Tresteg	7.81	Gudrun Foss	Ås	31.05.2010
Høyde	1.15	Pernille Grini	Oslo/Bi	25.05.2008
	1.15	Juni Wolff-Skjelbred	Ås	27.08.2012
Stav				
L.U.T.	1.86	Leah W. Nygård	Ås U-skole	25.02.2013
H.U.T.	0.80	Oda M. Hegstad	Ås	25.02.2008
	0.80	Rannveig W. Nordhagen	Ås	25.02.2008
Tresteg U.T.	4.93	Marie Helen Simonsen	Ås U-skole	25.02.2013
Kule (2)	6.09	Elin Meinick Riise	Nadderud	23.09.2006
Diskos (0.6)	8.56	Hanna Hegstad	Nadderud	24.09.2011
Spyd (0.4)	13.22	Ada Norum-Torgersen	Nesodden	15.09.2013
Slegge (2)	5.77	Mari Kvarberg Henriksen	Ås	30.05.2016
Liten ball (150g)	18.45	Karianne W. Sanfelt	Ski	01.06.2011
Slengball (1kg)	13.49	Agnes R. Sørheim	Ås	22.06.2009