

Årets bedste udendørs resultater 2021

Fed rød kan ikke godkendes som klubre. eller PR+W

Piger/Kvinder

opdateret d. 3.10.2021

40m + w eller ingen målt / manuel tid

9,44s		Asta Melkjorsen -2013	P8	03.05	Ballerup
10,16s		Silje Larsen -2014	P7	03.05	Ballerup
11,24s		Cecilie Winther -2013	P8	26.09	Greve
12,90s		Heidi Rios -2010	P11	03.05	Ballerup
15,01s		Eva Harsløv -2009	P12	03.05	Ballerup

80m

12,22s	0,0	Annika Hedelund Nielsen -2008	P13	13.05	Ballerup
14,21s	-2,8	Emilia Milt Mikkelsen -2009	P12	20.06	Ballerup
14,46s	0,0	Maja Kristine Eybye Petersen- 2008	P13	13.05	Ballerup

100m

12,71s	1,9	Sarah Jansteen Eskesen -2007	P14	12.06	Hvidovre
12,82s	1,7	Nanna Grubert -2004	P17	12.09	Hvidovre
12,89s	1,5	Ashley Ashaue -2005	P16	12.06	Hvidovre
12,78s	1,7	Stine Baastrup Tingbæk -2005	P16	12.09	Hvidovre
12,93s	1,7	Fillipa Roug -2005	P16	12.09	Hvidovre
13,20s	1,8	Frederikke Lundberg -2007	P14	12.09	Hvidovre
13,31s	2,8	Louise Bisgaard -2007	P14	12.06	Hvidovre
13,78s	0,2	Louise Bisgaard -2007	P14	19.08	Tårnby
14,18s	2,5	Mille Holck Larsen -2007	P14	12.09	Hvidovre
14,51s	0,7	Mille Holck Larsen -2007	P14	19.08	Tårnby
14,66s	2,4	Dagmar Mathilde Karlsen -2007	P14	26.09	Greve
14,82s	1,4	Dagmar Mathilde Karlsen -2007	P14	26.09	Greve
15,03s	-0,2	Selina Taslicukur Mørk -2007	P14	19.06	Ballerup
16,34s	0,3	Gaia V Lambert -2007	P14	13.05	Ballerup
16,64s	2,5	Lærke Ellegaard -2005	P16	13.05	Ballerup

200m

26,03s	1,9	Sarah Jansteen Eskesen -2007	P14	13.06	Hvidovre	Klubre
26,51s	2,8	Nanna Grubert -2004	P17	12.09	Hvidovre	
26,63s	1,3	Fillipa Roug -2005	P16	13.06	Hvidovre	
27,12s	2,8	Stine Baastrup Tingbæk -2005	P16	12.09	Hvidovre	
27,14s	1,8	Stine Baastrup Tingbæk -2005	P16	20.06	Ballerup	
27,28s	1,1	Nanna Grubert -2004	P17	14.08	Øbro	
28,41s	1,9	Louise Bisgaard -2007	P14	13.06	Hvidovre	

300m

45,19s		Frederikke Lundberg -2007	P14	12.09	Hvidovre
49,03s		Mille Holck Larsen -2007	P14	19.08	tårnby

400m

1.18,51m		Anna Sættrup Dinesen -2009	P12	13.05	Ballerup
----------	--	----------------------------	-----	-------	----------

800m

2,21.81m	Majken Lützen -2003	P18	13.06	Hvidovre
2.29,94m	Anna Toft Boesen -2007	P14	12.09	Hvidovre
2.37,23m	Kirsa Wirth - 2006	P15	12.09	Hvidovre

3000m kappgang

20.41,39m	Helle Jensen -1963	K	29.08	Ballerup
-----------	--------------------	---	-------	----------

5000m kappgang

34,26,7m	Helle Jensen -1963	K	18.09	Østerbro
----------	--------------------	---	-------	----------

5 km landevej

21,08m	Kirsa Wirth - 2006	P15	04.04	Værløse
--------	--------------------	-----	-------	---------

10 km kappgang L

1.11,20t	Helle Jensen -1963	K	01.05	Vallensbæk
----------	--------------------	---	-------	------------

20 km kappgang L

2,30,54 t	Helle Jensen -1963	K	07.08	Valbypark Klubre
-----------	--------------------	---	-------	-------------------------

4X100m

50,23s	Nanna Grubert -2004 Fillipa Roug -2005 Stine Baastrup Tingbæk -2005	P17	19.09	Hvidovre Klubre
--------	---	-----	-------	------------------------

51,18s	Ashley Granogoh -2005 Nanna Grubert -2004 Fillipa Roug -2005 Stine Baastrup Tingbæk -2005	P17	19.06	Balælerup
--------	--	-----	-------	-----------

54,31s	Caroline Wammen -2004 Dagnar Mathilde Karlsen -2007 Frederikke Lundberg -2007 Louise Bisgaard -2007	P14	26.05	Herlev
--------	--	-----	-------	--------

59,29s	Sarah Jansteen Eskesen -2007 Mathilde Bursøe -2007 Caroline Kobberød -2007 Selina Taslicukur Mørch -2007 Mille Holck Larsen -2007	P14	26.05	Herlev
--------	---	-----	-------	--------

1000m stafet

2.37,15m	Dagnar Mathilde Karlsen -2007 Louise Bisgaard -2007 Frederikke Lundberg -2007 Anna Toft Boesen - 2007	P14	12.09	Hvidovre
----------	--	-----	-------	----------

Længdespring zone + w eller ikke målt

3,34m	Anna Sættrup - 2009	P13	17.04	Ballerup
3,16m	Emilia Milt Mikkelsen - 2009	P12	17.04	Ballerup
2,55m	Cecilie Winther - 2009	P12	17.04	Ballerup

Længdespring

5,45m	0,0	Nanna Grubert - 2004	P17	16.05	Øbro klubre.
-------	-----	----------------------	-----	-------	---------------------

5,22m	1,1	Stine Baandrup Tingbæk -2005	P16	05.06	FIF
5,24m	0,9	Fillipa Roug -2005	P16	05.06	FIF
5,19m	0,7	Sarah Jansteen Eskesen -2007	P14	20.06	Ballerup
4,91m	1,4	Fredeikke Lundberg -2007	P14	14.08	Øbro

Højdespring

1,48m		Lærke Ellegaard -2005	P16	12.09	Hvidovre
1,45m		Louise Bisgaard -2007	P14	13.05	Ballerup
1,35m		Mille Holck Larsen -2007	P14	20.06	Ballerup
1,20m		Anna Søttrup Dinesen -2009	P12	05.05	FIF
1,20m		Maja Kristine Eybye Petersen- 2008	P13	20.06	Ballerup
1,00m		Heidi Rios -2010	P10	10.05	Ballerup
0,95m		Kirsten Köster -1943	K78	16.06	Ballerup
0,90m		Cecilie Winther -2013	P8	10.05	Ballerup
0,70m		Silje Larsen -2014	P7	10.05	Ballerup

Stangspring

3,30m		Ida Jespersen -2000	P21	12.09	Hvidovre
3,10m		Lærke Elgaard Larsen -2005	P16	20.06	Ballerup
2,50m		Mille Holck Larsen -2007	P14	12.09	Hvidovre
2,40m		Rebecca Spiegelhauer -2002	P19	12.09	Hvidovre

Kuglestød 2 kg

10,24m		Annika Hedelund Nielsen -2008	P13	20.06	Ballerup
9,80m		Cecilie Winther -2013	P8	26.09	Greve
6,17m		Maja Kristine Eyebye - 2008	P13	26.04	Ballerup
5,69m		Emilia Milt Mikkelsen - 2009	P12	17.04	Ballerup
4,47m		Eva Hasløv - 2009	P12	17.04	Ballerup

3 kg

8,62m		Stine Baandrup Tingbæk -2005	P16	13.05	Ballerup
6,91m		Gaia V Lambert -2007	P14	13.05	Ballerup

4 kg

10,18m		Margaret Darkwa - 2002	P19	20.06	Ballerup
--------	--	------------------------	-----	-------	----------

Diskoskast 750g

16,47m		Annika Hedelund Nielsen -2008	P13	24.05	Ballerup
--------	--	-------------------------------	-----	-------	----------

1 kg

27,25m		Rebecca Nielsen -2000	P21	20.06	Ballerup
--------	--	-----------------------	-----	-------	----------

Spydkast 400 gram

18,05m		Annika Hedelund Nielsen -2008	P13	30.09	Ballerup
14,98m		Maja Kristine Eyebye - 2008	P13	12.06	Hvidovre
14,57m		Louise Bisgaard -2007	P14	13.05	Ballerup
14,93m		Gaia V Lambert -2007	P14	14.08	Øbro

600g

24,29m		Margaret Darkwa - 2002	P19	17.04	Ballerup
23,88m		Tracy Agyekum - 2001	P20	17.04	Ballerup

Boldkast 145gram

12,57m Cecilie Winther - 2009 P12 13.06 Hvidovre

Hammerkast 2. kg

30.96m Annika Hedelund Nielsen -2008 P13 30.09 Ballerup **Klubre**

Hammerkast 4 kg.

32,13m Mette Marie Jensen 2001 P20 20.06 Ballerup

STÆVNER 2021

17.04	Kastestævne	Ballerup
19.04	Ugens udfordring	Ballerup
26.04	Ugens udfordring	Ballerup
01.05	kapgang	Vallensbæk
03.05	Ugens udfordring	Ballerup
09.05	Ungdomsstævne	ballerup
13.05	Kasternes dag	ballerup
14.05	kastestævne	Ballerup
15/16.05	stævne	Østerbro
24.05.2021	Kastestævne	Ballerup
26.05.2021	stafet stævne	Herlev
05.06.2021	Eurotrack	FIF
19/20.6.2021	Øst	Ballerup
14.08.2021	sparta	Øbro
19.08.2021	Tracks	Tårnby
27-28.08 2021	Master DM	Ballerup
02.09.2021	Pointstævne	Tårnby
11.12.9.2021	DMU	Hvidovre
26.09.2021	Afslutningsstævne	Greve
28.09.2021	Kastestævne	Ballerup
30.09.2021	kastestævne	Ballerup

