



UPPLANDS FRIIDROTTSFÖRBUND

OM OSS

TÄVLINGAR

RESULTAT

NYBETED

LÄNKAR

REKORD & STATISTIK

MEDLEMSKAP

[Veteranrekord inomhus](#)[Veteranrekord utomhus](#)[Uppländska](#)[ungdomsrekord](#)[Utomhusstatistik 2007](#)[Distriktsrekord för senior](#)[Svealandregionens 13-14](#)[10-bästa i Uppland genom](#)

DISTRIKTSREKORD FÖR SENIORER

Observera att distriktsrekord för seniorer godkännes sedan resultatet är godkänt i SFIF:s statistik.

MÄN SENIORER

Utomhus

100 m	10,56	Kenth Rönn -53, Upsala IF	Stockholm/S	2/7 1974
200 m	21,79	Kenth Rönn -53, Upsala IF	Stockholm/S	10/6 1975
	21,79	Robert Illes -63, Upsala IF	Enköping	12/5 1998
400 m	47,34	Kenth Öhman -50, Enköpings AI	Umeå	5/8 1972
800 m	1.47,63	Kenneth Tholén -69, Ununge IF	Kristinestad, FIN	13/7 1993
1 500 m	3.41,45	Kenneth Tholén -69, Ununge IF	Malmö	22/8 1994
5 000 m	13.54,71	Mats Thorell -64, Upsala IF	Byrkjelo, NOR	12/7 1987
10 000 m	29.25,03	Mats Thorell -64, Upsala IF	Stockholm/S	26/9 1987
Halvmarathon	1.07.02	Ivan Christoff -57, Upsala IF	Møllerud	13/10 1984
Marathon	2.20.22	Jan Eriksson -53, Bröttby SK	Stockholm	27/6 1981
3 000 m hinder	8.38,14	Magnus Bengtsson -66, Upsala IF	Karlstad	4/8 1990
110 m häck	14,46	Patrik Andersson -71, Heby AIF	Sundsvall	18/7 1997
400 m häck	50,99	Kenneth Pettersson -59, IFK Märsa	Stockholm/S	2/9 1979
Höjd	2,14	Per Nordlund -69, Upsala IF	Karlstad	14/8 1996
Stav	5,00	Per-Åke Tärnell -60, Enköpings AI/Helsingborg		11/7 1981
Längd	7,40	Patrik Andersson -71, Heby AIF	Valladolid, ESP	1/7 1995
Tresteg	15,61	Tomas Johansson -73, Enköpings Västerås AI		24/6 1996
Kula	18,24	Henrik Wennberg -66, Upsala IF	San Marcos, USA	20/9 2003
Diskus	58,02	Henrik Wennberg -66, Upsala IF	San Marcos, USA	13/9 2003
Slägg	78,72	Tore Gustafsson -62, Rånäs 4H	Santa Cruz, CA	10/5 1996
Spjut	75,56	Mikael Olander -63, Upsala IF	Baton Rouge, LA	4/6 1987
Tiokamp	3 126	Mikael Olander -63, Upsala IF	Auburn, AL	12-13/5 1988
		11,27 - 6,79 - 16,02 - 1,97 - 49,61 - 15,89 - 50,90 - 4,86 - 71,90 - 4.40,05		

Inomhus

60 m	7,01	Robert Illes -63, Upsala IF	Lidingö	16/1 1988
200 m	22,49	Robin Kruse-90, Upsala IF	Boilnäs	31/1 2009
400 m	49,56	Kenneth Pettersson -59, IFK Märsa	Göteborg	6/2 1982
800 m	1.50,74	Kenneth Tholén -69, Ununge IF	Stockholm/G	9/2 1993
1 500 m	3.44,68	Kenneth Tholén -69, Ununge IF	Malmö	4/2 1995
3 000 m	8.10,50	Magnus Bergman -68, Upsala IF	Göteborg	27/1 1991
60 m häck	8,06	Martin Kruse -72, Enköpings AI	Stockholm	14/2 1999
Höjd	2,14	Per Nordlund -69, Upsala IF	Göteborg	3/2 1996
Stav	4,95	Patrik Andersson -71, Heby AIF	Stockholm	10/3 1996
Längd	7,31	Patrik Andersson -71, Heby AIF	Stockholm	9/3 1996
Tresteg	15,51	Erik Eriksson -80, Örebrohus IF	Malmö	12/2 2005
Kula	16,51	Lennart Berglund -66, Östhammar FI	Toronto, CAN	19/1 1997
Sjukamp	5 844	Patrik Andersson -71, Heby AIF	Stockholm	9-10/3 1996
		7,24 - 7,31 - 15,20 - 1,98 - 8,29 - 4,95 - 2.48,30		

KVINNOR SENIORER

Utomhus

100 m	11,95	Marie Westerlund -75, Gimo IF	Mora	7/8 1992
200 m	23,86	Marie Westerlund -75, Gimo IF	Seoul, KOR	18/9 1992
400 m	53,63	Andrea Geurtsen -79, Upsala IF	Malmö	7/8 1999
800 m	2.00,58	Marika Akraka -66, Rånäs 4H	Lahti, FIN	8/8 1991
1 500 m	4.08,63	Marika Akraka -66, Rånäs 4H	Bryssel, BEL	19/8 1994
5 000 m	16.23,15	Anneli Fransson -78 Rånäs 4H	Norrköping	11/7 2005
10 000 m	34.12,95	Anna Rahm -81, Rånäs 4H	Barakaldo, ESP	2/4 2005
Halvmarathon	1.13.31	Anna Rahm -81, Rånäs 4H	Göteborg	12/5 2005
Marathon	2.25.07	Anna Rahm -81, Rånäs 4H	Hamburg	29/04 2007
3000 m hinder	9.56,48	Ulrika Johansson -75, Rånäs 4H	Helsingfors	30/08 2008
100 m häck	13,86	Karin Johansson -67, Upsala IF	Sollentuna	11/7 1990
400 m häck	59,04	Karin Johansson -67, Upsala IF	Stockholm/S	13/8 1990
Höjd	1,76	Karin Johansson -67, Upsala IF	Gävle	21/7 1996
Stav	3,90	Malin Ericsson -80, Enköpings AI	Sollentuna	2/6 2001
Längd	6,02	Malin Marnbrandt -85, Enköpings AI	Sollentuna	12/8 2007
Tresteg	13,13	Karin Lönnblad -76, Rånäs 4H	Gävle	2/7 1996
Kula	14,06	Ellinore Hallin -87, Enköpings AI	Uddevalla	25/8 2007
Diskus	46,50	Åse Fernis -59, IFK Märsa	Helsingborg	9/7 1977
Slägg	60,81	Josefin Berg -85, Östhammar FI	Toraby	27/5 2007
Spjut	51,28	Marlene Lindström -85, Ununge IF	Helsingfors	25/8 2006
Sjukamp	5 507	Andrea Geurtsen -79, Upsala IF	Iowa City	19-20/5 2000
		14,75 - 1,70 - 10,60 - 24,28 - 5,66 - 37,60 - 2.15,59		

Inomhus

60 m	7,67	Pia Engström -63, Upsala IF	Rovaniemi, FIN	16/2 1980
200 m	24,67	Stina Smibacker -83, Enköpings AI	Göteborg	17/2 2001
400 m	54,28	Marie Westerlund -75, Gimo IF	Lidingö	8/2 1992
800 m	2.00,01	Marika Akraka -66, Rånäs 4H	Stockholm	19/2 1998
1 500 m	4.07,74	Marika Akraka -66, Rånäs 4H	Genova, ITA	18/2 1992
3 000 m	9.33,57	Ulrika Johansson -75, Rånäs 4H	Malmö	16/2 2002
60 m häck	8,53	Karin Tornelint -67, Upsala IF	Falun	19/1 1991
Höjd	1,75	Annika-Karin Westerlund -80, Gimo IF	Karlstad	1/2 1997
Stav	3,88	Malin Ericsson -80, Enköpings AI	Sätra	24/1 2001
Längd	5,89	Malin Ericsson -80, Enköpings AI	Borlänge	24/1 2004
Tresteg	13,09	Karin Lönnblad -76, Rånäs 4H	Borlänge	16/2 1996
Kula	13,90	Karin Andersson -61, IFK Märsa	Göteborg/Sh	11/1 1981
Femkamp	3803p	Enköpings AI	Uddevalla	25/8 2007
		9,00 - 1,67 - 12,59 - 5,50 - 2.31,43	Borlänge	12/4 2001



UPPLANDS FRIIDROTTSFÖRBUND

OMGÅNG

TÄVLINGAR

RESULTAT

KVALIFIK

ANKOM

REKORD & STATISTIK

BILDGALLERI

[Veteranrekord inomhus](#)[Veteranrekord utomhus](#)[Uppländska](#)[ungdomsrekord](#)[Utomhustatistik 2007](#)[Distriktsrekord för seniorer](#)[Svealandregionens 13-14](#)[10-bästa i Uppland genom](#)

DISTRIKTSREKORD FÖR SENIORER

Observera att distriktsrekord för seniorer godkännes sedan resultatet är godkänt i SFIF:s statistik.

MÄN SENIORER

Utomhus

100 m	10,56	Kenth Rönn -53, Upsala IF	Stockholm/S	2/7 1974
200 m	21,79	Kenth Rönn -53, Upsala IF	Stockholm/S	10/6 1975
	21,79	Robert Illes -63, Upsala IF	Enköping	12/5 1988
400 m	47,34	Kenth Öhman -50, Enköpings AI	Umeå	5/8 1972
800 m	1.47,63	Kenneth Tholén -69, Ununge IF	Kristinestad, FIN	13/7 1993
1 500 m	3.41,45	Kenneth Tholén -69, Ununge IF	Malmö	22/8 1994
5 000 m	13.54,71	Mats Thorell -64, Upsala IF	Byrkjelo, NOR	12/7 1987
10 000 m	29.25,03	Mats Thorell -64, Upsala IF	Stockholm/S	26/9 1987
Halvmarathon	1.07.02	Ivan Christoff -57, Upsala IF	Mellerud	13/10 1984
Marathon	2.20.22	Jan Eriksson -53, Bröttby SK	Stockholm	27/6 1981
3 000 m hinder	8.38,14	Magnus Bengtsson -66, Upsala IF	Karlstad	4/8 1990
110 m häck	14,46	Patrik Andersson -71, Heby AIF	Sundsvall	18/7 1997
400 m häck	50,99	Kenneth Pettersson -59, IFK Mårsta	Stockholm/S	2/9 1979
Höjd	2,14	Per Nordlund -69, Upsala IF	Karlstad	14/8 1996
Stav	5,00	Per-Åke Tärnell -60, Enköpings AI	Helsingborg,	11/7 1981
Längd	7,40	Patrik Andersson -71, Heby AIF	Valladolid, ESP	1/7 1995
Tresteg	15,61	Tomas Johansson -73, Enköpings Västervik AI	Västervik	24/6 1996
Kula	18,20	Henrik Wennberg -66, Upsala IF	San Marcos, USA	20/9 2003
Diskus	58,02	Henrik Wennberg -66, Upsala IF	San Marcos, USA	13/9 2003
Slägga	78,72	Tore Gustafsson -62, Rånäs 4H	Santa Cruz, CA	18/5 1996
Spjut	75,56	Mikael Olander -63, Upsala IF	Baton Rouge, LA	4/6 1987
Tiokamp	8 126	Mikael Olander -63, Upsala IF	Auburn, AL	12-13/5 1988
		11,27 - 6,79 - 15,02 - 1,97 - 49,61 -		
		15,89 - 50,90 - 4,86 - 71,90 - 4.40,05		

Inomhus

60 m	7,01	Robert Illes -63, Upsala IF	Lidingö	16/1 1988
200 m	22,49	Robin Kruse-90, Upsala IF	Bollnäs	31/1 2009
400 m	49,56	Kenneth Pettersson -59, IFK Mårsta	Göteborg	6/2 1982
800 m	1.50,74	Kenneth Tholén -69, Ununge IF	Stockholm/G	9/2 1993
1 500 m	3.44,68	Kenneth Tholén -69, Ununge IF	Malmö	4/2 1995
3 000 m	8.10,50	Magnus Bergman -68, Upsala IF	Göteborg	27/1 1991
60 m häck	8,06	Martin Kruse -72, Enköpings AI	Stockholm	14/2 1999
Höjd	2,14	Per Nordlund -69, Upsala IF	Göteborg	3/2 1996
Stav	4,95	Patrik Andersson -71, Heby AIF	Stockholm	10/3 1996
Längd	7,31	Patrik Andersson -71, Heby AIF	Stockholm	9/3 1996
Tresteg	15,51	Erik Eriksson -80, Örbyhus IF	Malmö	12/2 2005
Kula	16,51	Lennart Berglund -66, Östhammar FI	Toronto, CAN	19/1 1997
Sjukamp	5 844	Patrik Andersson -71, Heby AIF	Stockholm	9-10/3 1996
		7,24 - 7,31 - 15,20 - 1,96 - 8,29 - 4,95 - 2.48,30		

KVINNOR SENIORER

Utomhus

100 m	11,95	Marie Westerlund -75, Gimo IF	Mora	7/8 1992
200 m	23,86	Marie Westerlund -75, Gimo IF	Seoul, KOR	18/9 1992
400 m	53,63	Andrea Geurtsen -79, Upsala IF	Malmö	7/8 1999
800 m	2.00,58	Marita Akraka -66, Rånäs 4H	Lahti, FIN	8/8 1991
1 500 m	4.08,63	Marita Akraka -66, Rånäs 4H	Bryssel, BEL	19/8 1994
5 000 m	16.23,15	Anneli Fransson-78 Rånäs 4H	Norrköping	11/7 2005
10 000 m	34.12,95	Anna Rahm -81, Rånäs 4H	Barakaldo, ESP	2/4 2005
Halvmarathon	1.13.31	Anna Rahm -81, Rånäs 4H	Göteborg	12/5 2005
Marathon	2.35.07	Anna Rahm-81 Rånäs 4H	Hamburg	29/04 2007
3000 m hinder	9.56,48	Ulrika Johansson-75, Rånäs 4H	Helsingfors	30/08 2008
100 m häck	13,86	Karin Johansson -67, Upsala IF	Sollentuna	11/7 1990
400 m häck	59,04	Karin Johansson -67, Upsala IF	Stockholm/S	13/8 1990
Höjd	1,76	Karolina Holmlöf -79, Upsala IF	Gävle	21/7 1996
Stav	3,90	Malin Ericsson -80, Enköpings AI	Sollentuna	2/6 2001
Längd	6,02	Malin Marmbrandt-85, Enköpings AI	Skövde	12/8 2007
Tresteg	13,13	Katrin Lönnblad -76, Rånäs 4-H	Gävle	2/7 1996
Kula	14,06	Ellinore Hallin-87, Enköpings AI	Uddevalla	25/8 2007
Diskus	46,50	Åse Fernis -59, IFK Märsta	Helsingborg	9/7 1977
Slägga	60,81	Josefin Berg -85, Östhammar FI	Torsby	27/5 2007
Spjut	51,28	Marlene Lindström -85, Ununge IF	Helsingfors	25/8 2006
Sjukamp	5 507	Andrea Geurtsen -79, Upsala IF	Iowa City	19-20/5 2000
		14,75 - 1,70 - 10,60 - 24,28 - 5,66 - 37,68 - 2.15,59		

Inomhus

60 m	7,67	Pia Engström -63, Upsala IF	Rovaniemi, FIN	16/2 1980
200 m	24,67	Stina Smilbacker -83, Enköpings AI	Stockholm	17/2 2001
400 m	54,28	Marie Westerlund -75, Gimo IF	Lidingö	8/2 1992
800 m	2.00,01	Marita Akraka -66, Rånäs 4H	Stockholm	19/2 1998
1 500 m	4.07,74	Marita Akraka -66, Rånäs 4H	Genova, ITA	18/2 1992
3 000 m	9.33,57	Ulrika Johansson -75, Rånäs 4H	Malmö	16/2 2002
60 m häck	8,53	Karin Torneklint -67, Upsala IF	Falun	19/1 1991
Höjd	1,75	Anna-Karin Westerlund -80, Gimo IF	Karlstad	1/2 1997
Stav	3,81	FIK	Sätra	19/1 2002
Längd	5,89	Malin Ericsson -80, Enköpings AI	Berlänge	2/4 2001
Tresteg	13,09	Malin Ericsson -80, Enköpings AI	Berlänge	16/2 1996
Kula	13,90	Katrin Lönnblad -76, Rånäs 4H	Borlänge	16/2 1996
		Karin Andersson -61, IFK Märsta	Göteborg/Sh	11/1 1981
Femkamp	3803p	Enköpings AI	Uddevalla	25/8 2007
		9,00 - 1,67-12,59 - 5,50- 2.31,43	BOLLNÄS	12/2 2007



UPPLANDS FRIIDROTTSFÖRBUND

OM OSS

LÄMNINGAR

RESULTAT

NYBETER

LÄMNINGAR

REKORD & STATISTIK

BILDGALLERI

[Veteranrekord inomhus](#)

[Veteranrekord utomhus](#)

[Uppländska](#)

[ungdomsrekord](#)

[Utomhusstatistik 2007](#)

[Distriktsrekord för senior](#)

[Svealandregionens 13-14](#)

[10-bästa i Uppland genom](#)

UPPLÄNDSKA UNGDOMSREKORD

Sammanställt av Daniel Berglin
Uppdaterad 2009-04-15 Ulf Nordlund
Uppdaterad 2009-02-19 Moh'd Raouf

Pojkar 18-19 år

Utomhus

100 m	10,99
200 m	22,08
400 m	49,13
800 m	1.51,15
1 500 m	3.50,59
5 000 m	14.23,7
2 000 m hinder	5.48,16
110 m häck (100,0)	14,51
300 m häck (91,4)	37,78
Höjd	2,10
Stav	4,70
Längd	7,39
Tresteg	15,24
Kula (6,0)	17,66
(med 6,25 kg-kula:	15,86
(med seniorredskap:	16,05
Diskus (1,75)	49,10
(med seniorredskap:	54,46
Slägg (6,0)	55,37
(med 6,25 kg-slägg:	60,40
Spjut	69,34
Fickamp	6 359

Inomhus

60 m	7,01
400 m	50,50
1 500 m	3.54,51
60 m häck (100,0)	8,19
Höjd	2,07

Andreas Stolpe -70,	Enköping	27/8 1988
Enköpings AI		
Daniel Lundvall -76,	Uppsala	1/8 1995
Uppsala IF		
Kenneth Pettersson -59,	Stockholm/S	27/8 1977
IFK Märsta		
Magnus Ekerby -68,	Stockholm/S	30/6 1987
Uppsala IF		
Håkan Jansson -75, RånäsGävle		4/7 1994
4H		
Mats Thorsell -64, Uppsala	Skövde	8/6 1983
IF		
Magnus Bengtsson -66,	Ernsede	28/6 1985
Uppsala IF		
Daniel Berg -82, Uppsala IFVästerås		13/8 2000
Johan Edvinsson-88,	Urdevalla	25/8 2007
Uppsala IF		
Per Nordlund -69, Uppsala	Uppsala	27/8 1988
IF		
Per-Åke Tärnell -60,	Stockholm/S	14/8 1979
Enköpings AI		
Patrik Andersson -71,	Handen	7/7 1980
Heby AIF		
Rickard Karlsson -87,	Malmby	21/8 2005
Bålsta IK	FALUN	24/8 2000
Pontus Raba-90 Bålsta IK	Nycköping	7/6 2008
Göran Pettersson -88,	Otanieni, Fin	13/8 1978
Rånäs 4H		
Lennart Andersson -83,	Edsblåna	20/6 1972
Enköpings AI		
Lennart Berglund -66,	Otanieni, Fin	1/9 1984
Östhammars SK		
Lennart Andersson -83,	Stockholm/S	5/7 1972
Enköpings AI		
Johan Park -85, Valö IK	Vellinge	16/8 2003
Ernst Wickman -80, Rånäs Rimbo		13/12 1997
4H		
Kim Arnb-90, Bålsta IK	Fana Norge	17/8 2008
Daniel Hansson -83,	Lerum	19-20/5 2002
Rånäs 4H		
12,33 - 6,70 - 10,44 -		
1,93 - 53,53 -		
15,45 - 35,60 - 3,96 -		
47,68 - 4,55,66		
Patrik Andersson -71,	Handen	7-8/7 1990
Heby AIF		
11,32 - 7,39 - 13,52 -		
1,93 - 51,19 -		
15,39 - 39,40 - 4,20 -		
48,06 - 4.52,09		

Morgan Ohlström-91	Göteborg	8/3 2009
Rånäs 4H		
Niklas Norling -71, Tierps	Göteborg	5/2 1989
IF		
Håkan Jansson -75, RånäsVaxjö		25/2 1994
4H		
Stefan Öhrneman -69,	Luleå	8/2 1987
Brokby SK		
Jeremy Pryce -64, IFK	Malmö	1983

Stav 4.40 Niklas Karlsson - 90
 längd 7.14 Bäste IK Södra 25/1206

Stav	4,40	Mårsta Roger Granstad -61, IFK Katrineholm	6/1 1979
Längd	7,14	Häbo Patrik Andersson -71, Falun	13/1 1990
Tresteg	14,30	Häbo Helly AIF Eskilstuna	21/1 2000
Kula (6,0)	17,47	Pontus Rabe-90 Bäste IK Göteborg	8/3 2009
(med 6,25 kg-kula:	15,32	Göran Pettersson -60, Falun	11/2 1978)
(med seniorredskap:	15,54	Ränns IF Lennart Andersson -53, Enköpings AI	26/3 1972)
Sjukamp	4.996	Daniel Hansson -83, Södra	2-3/3 2002
		Ränns IF 7,57 - 6,67 - 11,42 - 2,01	
		8,57 - 4,16 - 2,58,28	
(med seniorredskap:	5.181	Patrik Andersson -71, Karlstad	3-4/2 1990)
		Häbo AIF 7,37 - 6,08 - 13,97 - 1,88	
		8,42 - 4,00 - 2,54,16	

Flickor 18-19 år

Utomhus			
100 m	12,05	Söna Smilbacker -83, Göteborg	30/6 2001
200 m	24,00	Enköpings AI Andrea Geurtsen -79, Stockholm/S	29/8 1997
400 m	54,91	Uppsala IF Eva Herlitz -67, Uppsala IF Uppsala	20/7 1985
800 m	2.04,75	Madeleine Alsgrén -70, Kvarnsveden	19/6 1988
1 500 m	4.24,60	Ränns IF Marie Simonsson -59, Stockholm/S	6/8 1978
3 000 m	9.46,11	Hagunda IF Isabell Ahlström -81, Östkarshamn	7/7 1999
2 000 m hinder	7.03,72	Ränns IF Isabell Ahlström -81, Norrköping	22/8 1999
100 m häck	14,24	Sara Gelin -80, Enköpings Västerås	7/8 1998
200 m häck	44,24	AI Charlotta Westin -75, Gävle	18/7 1993
400 m	60,00	Uppsala IF E A F	2-3/1 1990
Höjd	1,75	Karolina Holmlöf -79, Stockholm/S	26/6 1997
Stav	3,66	Uppsala IF Malin Ericsson -80, Esbo, Fin	28/8 1989
Längd	5,83	Enköpings AI Malin Marmbrandt -85, Kvarnsveden	13/8 2004
Tresteg	12,81	Enköpings AI Karin Lönnblad -76, Luleå	5/8 1994
Kula	13,74	Ränns IF Karin Andersson -61, IFK Uppsala	26/8 1980
Diskus	46,50	Mårsta Åse Fernis -59, IFK Mårstafälsingborg	9/7 1977
Slägg	53,92	Josefin Berg -85, Helsingborg	29/8 2004
Spjut	49,60	Östhammar IF Marlene Lindström -85, Karlstad	7/8 2004
Sjukamp	5.446	Ununge IF Elinore Hallin -87, Arles, Fr	1-2/7 2005
		Enköpings AI 14,59 - 1,65 - 13,33 - 25,23w - 5,68 - 40,32 - 2,28,44	

Inomhus

60 m	7,69	Stina Smilbacker -83, Göteborg	23/2 2002
400 m	56,92	Enköpings AI Andrea Geurtsen -79, Lidingsö	4/2 1997
1 500 m	4.28,54	Uppsala IF Madeleine Alsgrén -70, Lidingsö	16/1 1988
60 m häck	8,84	Ränns IF Malin Ericsson -80, Malmö	28/2 1999
Höjd	1,74	Enköpings AI Karolina Holmlöf -79, Eskilstuna	22/2 1997
Stav	1,59	Uppsala IF Malin Ericsson -80, Södra	31/12 1999
Längd	5,83	Enköpings AI Malin Marmbrandt -85, Falun	23/3 2003
	5,83	Enköpings AI Malin Marmbrandt -85, Västerås	24/1 2004
Tresteg	12,62	Enköpings AI Karin Lönnblad -76, Lidingsö	7/2 1995

Kula	13,12	Rännäs 4H		
Femkamp	3 589p	Katja Åsvik -75, Ununge IF	Malmö	19/2 1993
		Ellinore Hallin -87, Enköpings AI	Nyköping	12/3 2006
		9,18 - 1,61 - 12,53 - 5,54 - 2,41,00		

Pojkar 16-17 år

Utomhus				
100 m	11,00	David Östling -90, Rännäs 4H	Gävle	14/09 2007
200 m	22,32	Morgan Ohlström -91, Rännäs 4H	Helsingfors	30/08 2008
400 m	48,92	Niclas Norling -71, Tierps IF	Malmö	20/6 1988
800 m	1.52,2	Gunnar Lindh -45, Norrtälja IF	Eskestuna	11/8 1963
1 500 m	3.57,9	Stevart Ahner -56, Enköpings AI	Stockholm	8/9 1973
3 000 m	8.45,2	Stevart Ahner -56, Enköpings AI	Stockholm	26/7 1972
2 000 m hinder	5.55,58	Magnus Bengtsson -66, Upsala IF	Stockholm	3/9 1993
110 m häck (91,4)	14,52	Stefan Öhrman -89, Bröttby SK	Stockholm	21/9 1985
300 m häck (84,0)	28,35	Johan Edvinsson -88, Upsala IF	Göteborg	27/8 2006
Höjd	2,03	Daniel Bergin -75, Rännäs 4H	Sollentuna	7/6 1992
Stav	4,52	Anders Bonin -81, Alunda SK	Västerås	8/8 1998
Längd	6,80	Stefan Malmberg -64, Rännäs 4H	Norrtälja	5/7 1981
Tresteg	14,39	David Östling -90, Rännäs 4H	Göteborg	9/9 2007
Kula (5,0)	17,58	Pontus Rabe -90, Bästa IK	Nyköping	2/6 2007
(med 5,5 kg-fylja)	16,49	Fredrik Jonasson -58, Rännäs 4H	Stockholm	1978
Diskus (1,5)	53,78	Lennart Andersson -53, Enköpings AI	Uppsala	21/7 1970
Slägg (5,0)	55,14	Johan Erik -88, Valö IK	Arvika	21/7 2002
(med 5,5 kg-slägga)	51,00	Emil Wickman -80, Rännäs 4H	Jagarhyddan	21/9 1996
Sjukt (700)	64,38	Kim Anib -80, Bästa IK	Gävle	16/9 2007
(med senlörredskap)	58,14	Fredrik Hjortzén -70, Upsala IF	Torsby	13/6 1987
Fickamp	3425p	Niklas Karlsson -90, Bästa IK	Nyköping	4-5/8 2007
		14,95 - 37,91 - 4,16 - 53,55 - 37,17 - 11,91 - 6,27 - 14,43 - 1,79 - 2.43,75		

Inomhus

60 m	7,17	Daniel Larsson -85, Upsala IF	Västerås	18/3 2002
400 m	52,56	Marcus Hallböck -92, Bästa IK	Sätra	21/2 2009
1 500 m	3.58,45	Marcus Hallböck -92, Bästa IK	Sätra	8/2 2009
60 m häck (91,4)	8,26	Niklas Karlsson -90, Bästa IK	Nyköping	17/2 2007
Höjd	2,00	Daniel Bergin -75, Rännäs 4H	Askim, Nor	1992
		Marcus Lundquist -91, Rännäs 4H	Eskestuna	2/3 2008
Stav	4,30	Niklas Karlsson -90, Bästa IK	Nyköping	17/2 2007
Längd	7,02	Dick Hammar -70, Rännäs 4H	Falun	6/12 1987
Tresteg	14,00	Rickard Karlsson -87, Bästa IK	Umeå	31/1 2004
Kula (5,0)	16,03	Pontus Rabe -90, Bästa IK	Karlsrad	24/2 2007
(med 5,5 kg-fylja)	16,10	Per Andersson -60, Enköpings AI		31/1 1977
Sjukamp	5 126	Niklas Karlsson -90, Bästa IK	Bollnäs	10-11/2 2007
		7,50 - 4,23 - 5,97 -		

8,34 - 1,85 - 14,08 -
2.02,12

Flickor 16-17 år

Utomhus				
100 m	11,95	Maria Westerlund -75, Gimo IF	Mora	7/8 1992
200 m	23,85	Maria Westerlund -75, Gimo IF	Seoul, Kor	18/9 1992
400 m	54,48	Maria Westerlund -75, Gimo IF	Caen, Fra	7/7 1992
800 m	2.06,0	Maria Simonsson -89, Hagunda IF	Oslo, Nor	25/8 1976
1 500 m	4.29,09	Isabell Ahlström -81, Rånäs IF	Karlskrona	14/8 1998
3 000 m	9.54,52	Charlotta Ruylla -68, Upsala IF	Stockholm	30/5 1984
1 500 m hinder	5.05,76	Ida Verwijst -89, IF	Hudiksvall	12/8 2005
100 m häck (75,2)	13,97	Josephine Rohr -91, IK	Bålsta Jyväskylä, Fin	8/6 2008
300 m häck	41,79	Maria Westerlund -75, Gimo IF	Mora	9/8 1992
Höjd	1,76		Gävle	21/7 1986

Karolina Holmlöf -79
Upsala IF

Stav	2,97		Huddinge	4/8 2002
------	------	--	----------	----------

Hanna Hedström -87
Enköpings AI

Längd	8,80	Louise Thörnander -92, Upsala IF	Stockholm	23/7 2008
Tresteg	12,10	Katrin Lönnblad -76, Rånäs IF	Karlskrona	8/8 1993
Kula (3,0)	14,52	Katja Åsvik -75, IF	Timrå	27/7 1991
Diskus	43,92	Åsa Ferrell -89, IFK Mälar	Stockholm	13/7 1976
Sidigga	50,83	Linda Drougge -80, IF	Rånäs Södra	6/5 2007
Sjölut	14,14	Gunilla Olofsson -82, IFK Mälar	Sundsvall	14/8 1999
Sjukamp	59.47p	Josephine Rohr -91, IK	Bålsta Jyväskylä, Fin	8/6 2008

13,97 - 1,50 - 12,83 -
25,77 -
5,68 - 31,08 - 2.22,60

Inomhus

60 m	7,67	Pia Engström -63, IF	Uppsala	18/2 1980
400 m	54,28	Maria Westerlund -75, Gimo IF	Lidingö	5/2 1992
1 500 m	4.35,29	Isabell Ahlström -81, Rånäs IF	Malmö	16/2 1997
60 m häck (75,2)	8,62	Josephine Rohr -91, IK	Bålsta	2/3 2008
Höjd	1,75	Anna-Karin Westerlund -80, Gimo IF	Karlstad	1/2 1997
Stav	2,90	Hanna Hedström -87, Enköpings AI	Vasterås	24/1 2004
Längd	5,84	Melin Ericsson -80, Enköpings AI	Borlänge	16/2 1996
Tresteg	12,19	Annika Karlsson -78, Rånäs IF	Lidingö	15/2 1995
Kula (3,0)	14,14	Katja Åsvik -75, IF	Luleå	16/2 1991
Femkamp	4 016	Ida Skold -80, Rånäs IF	Göteborg	3/2 1996

9,15 - 1,65 - 11,19 - 5,30 - 1.42,52

Pojkar 14-15 år

Utomhus

1984-15

100 m	11,41	Guustav Lindgren -85,	Gävle	22/7 2000
300 m	37,29	Abunda SK		
800 m	1:57,60	Josar Rödlisch -80, IFK Gävle		10/9 2005
2 000 m	5:53,60	Måsta		
1 900 m hinder (76,2)	4:25,48	Jacob Norling -79, Rånäs Stockholm		17/9 1994
(med 91,4 cm-hinder)	4:34,37	4H		
100 m häck (84,0)	14,28	Marcus Hallböck -92,	Malmstad	13/7 2007
300 m häck (76,2)	40,04	Bålsta IK		
Höjd	1,91	Marcus Hallböck -92	Gävle	20/7 2007
Slav	4,10	Bålsta IK		
Längd	6,45	Pontus Österberg -79,	Garphyttan	14/0 1994
Tresteg	12,15	Rånäs 4H		
Kula (4,0)	17,62	Erik Persson -91 Bålsta IK	Stockholm	15/9 2005
Diskus (1,0)	44,88	Stefan Öhman -89,	Stockholm	23/9 1994
Slägg (4,0)	52,54	Brothy SK		
Sjöt (600)	66,26	Mato Daneröv -86,	Stockholm	19/9 1981
Åttalamp	0 262p	Entöppings AI		
		Roger Granstedt -81, IFK Malmö		29/9 1976
		Håbo		
		Stefan Malmberg -84,	Rimbo	21/5 1979
		Rånäs 4H		
		Stefan Öhman -89,	Karlstad	9/9 1994
		Brothy SK		
		Teddy Jonsson -88,	Stockholm	30/9 1973
		Rånäs 4H		
		Göran Pettersson -89,	Rimbo	4/8-1974
		Rånäs 4H		
		Emil Wickman -80, Rånäs Rimbo		29/6 1994
		4H		
		Yrjö Vuontisvaara -75,	Karlstad	9/6 1980
		Örbyhus IF		
		Toni Söderén -92, Estuna IF	Entöpping	14-15/7 2007
		15,60 - 34,13 - 2,80 -		
		44,00 -		
		5,81 - 13,85 - 1,81 -		
		2,19,05		

Inomhus

60 m	7,30	Kim Dannesbring -83,	Solna	3/12 1998
200 m	23,98	Entöppings AI		
1 000 m	2:41,40	Morgan Ohlström -91,	Sätra	10/12 2006
50 m häck (84,0)	3,33	Rånäs 4H		
Höjd	1,90	Marcus Hallböck -92,	Malmö	11/3 2007
Slav	3,50	Bålsta IK		
Längd	6,15	Anton Nordback -94	Uppsala Boxå IF	8/3 2009
Tresteg	12,66	Marcus Lundquist -91,	Sätra	10/12 2006
Kula (4,0)	15,71	Rånäs 4H		
Sjukamp	5 410	Tim Wingqvist -94	EntöppingsÖrebro AI	5/4 2009
		Daniel Hansson -89,	Sätra	12/12 1998
		Rånäs 4H		
		Simon Pettersson -	Borås	7/3 2009
		94, Örbyhus IF		
		Simon Pettersson -94,	Borås	7/3 2009
		Örbyhus IF		
		Niklas Karlsson -90,	BålstaKarlavagn IK	5-6/3 2005
		3,23 - 2,76 - 5,16 -		
		9,17 - 1,58 - 12,78 -		
		1.30,10		

Flickor 14-15 år

Utomhus

100 m	12,21	Ulrica Hägglund -76,	Värnamo	13/8 1991
300 m	41,02	Rånäs 4H		
600 m	2:09,47	Anna Stångberg -90,	Gävle	23/7 2005
2 000 m	6:20,26	Uppsala IF		
1 500 m hinder	5:20,12	Marie Simonsson -89,	Stockholm	2/9 1973
80 m häck (76,2)	11,70	Hagunda IF		
300 m häck	44,99	Alexandra Lindqvist -79,	Breden	7/8 1994
Höjd	2,72	Rånäs 4H		
		Ida Verwijst -89,	Uppsala	18/9 2004
		IF		
		Sofia Andersson -94,	Karlstads	14/9 2000
		Örbyhus IF		
		Malin Marbrandt -86,	Stockholm	17/9 2000
		Entöppings AI		
		Johanna Hellgren -92,	Sätra	10/6 2007
		Bålsta IK		

Stav	2,97	Henna Hackett -87, Huddinge	4/6 2002
Längd	5,77	Enköpings AI Caroline Taxén -94, Gävle	6/9 2008
Tresteg	12,22	Enköpings AI Caroline Taxén -94, Gävle	6/9 2008
Kula (3,0)	13,99	Enköpings AI Katja Åsvik -75, Umeå	29/7 1990
Diskus (600)	44,94	Katja Åsvik -75, Umeå	2/9 1989
Slägg (3,0)	47,95	Linda Drougge -90, Rånäs Jägarhyddan	16/10 2005
Spjut (400)	44,14	Johanna Eklund -80, Upplands Väsby	3/3 1994
Sekskamp	4 705	Rånäs JH Josephine Rohr -91, Falun	2-3/9 2008
		B88sta IK 12,30 - 1,50 - 11,01 - 4,98 - 38,59 - 1.41,55	

Inomhus

60 m	7,81	Caroline Taxén -94, Enköpings AI	Sätra	13/12 2008
200 m	25,33	Ulrica Haggglund -76, Rånäs JH	Luleå	1991
1 000 m	3.06,13	Erica Westström -92, Uppsala IF	Malmö	10/3 2007
60 m häck (76,2)	8,71	Sofia Andersson -94, Örbyhus IF	Borås	8/3 2009
Höjd	1,70	Alexandra Hjern -93, Uppsala IF	Västervik	37/1 2008
Stav	2,53	Jenny Jansson -93, Östhammar FI	Västervik	26/1 2008
Längd	5,88	Caroline Taxén -94, Enköpings AI	Borås	8/3 2009
Tresteg	11,96	Annica Karlsson -78, Rånäs JH	Lidingö	12/12 1993
Kula (3,0)	13,55	Katja Åsvik -75, Umeå	Lidingö	9/12 1989
Femkamp	4237p	Sofia Andersson -94, Örbyhus IF	Västervik	14/3 2009
		8,94 - 1,58 - 10,16 - 5,07 - 1.45,37		

Pojkar 13 år och yngre

Utomhus				
80 m	9,80	David Eklund -81, Alunda SK	Malmö	9/7 1994
200 m	25,30	Robin Jansson -86, Rånäs JH	Monttälje	28/7 1999
600 m	1.36,40	Philip Hellström -94, Uppsala IF	Malmö	14/7 2007
1 500 m	4.56,30	David Sjöblom -95, Hagunda IF	Göteborg	28/6 2008
60 m häck (76,2)	9,91	Philip Hellström -94, Uppsala IF	Katrineholm	16/9 2007
Höjd	1,73	Stefan Malmberg -64, Rånäs JH	Humbo	1977
Stav	2,87	Philip Hellström -94, Uppsala IF	Katrineholm	16/9 2007
Längd (zon)	5,76	David Eklund -81, Alunda SK	Västervik	30/7 1994
Tresteg (zon)	11,70	Fabian Revilla -95, Rånäs JH	Katrineholm	14/9 2008
Kula (3,0)	13,97	Fabian Revilla -95, Rånäs JH	Monttälje	13/8 2008
Diskus (0,6)	41,04	Simon Pettersson -94, Örbyhus IF	Västerås	20/10-2007
Slägg (3,0)	36,47	Tim Wunger -94, Enköpings AI	Katrineholm	15/9 2007
(med 4 kg-slägg)	36,56	Emil Wickman -80, Rånäs JH	Jägarhyddan	17/10 1993
Spjut (400)	53,70	Tapio Vuontisvaara -76, Örbyhus IF	Örbyhus	26/8 1987
(med 600 g-spjut)	60,84	Tapio Vuontisvaara -75, Örbyhus IF	Katrineholm	11/8 1988
Femkamp	4 731p	Simon Pettersson -94, Örbyhus IF	Gävle	9/9 2007
		10,65 - 5,23 - 1,57 - 50,94 - 1.45,46		

Kvinnor				
50 m	7,54	David Eklund -84, Alunda Solna SK	19/3 1994	
200 m	26,01	John-Jarl -88, Bålsta IK - Särna	9/12 2001	
300 m	2,19,07	Adami Raba -83, Uppsala IF-Örebro	31/3 1996	
50 m häck (75,2)	9,87	Philip Helleström -94, Västerås Uppsala IF	28/1 2007	
Höjd	1,55	Stefan Majlund -84, Stockholm/D Rånäs -81	1977	
Stav	2,80	Annika Jansson -91, Karlstad Östhammar IF	30/3 2004	
Längd (zon)	5,50	Morgan Ohlström -91, Särna Rånäs -81	2001	
Tresteg (zon)	11,21	Morgan Ohlström -91, Västerås Rånäs -81	25/1 2004	
Kula (3,0)	13,78	Chris Arnoldsson-95, IFK Eskilstuna Märsta	15/3 2009	
Fyrkamp	3 503	Simon Petersson -93, Särna Örebro IF	3/3 2007	
		10,65 - 5,02 - 10,77 - 1,50		

Flickor 13 år och yngre

Kvinnor				
50 m	10,27	Emma Sagarlov -84, Hudinge Uppsala IF	9/6 1997	
200 m	35,44	Annika Karlsson -78, Norrälja Rånäs -81	9/8 1991	
300 m	1,42,70	Mika Alfredsson -95, Rånäs -81	21/7 2008	
1 500 m	4,52,59	Charlotta Brylla -68, Helsingborg Uppsala IF	17/7 1981	
50 m häck (75,2)	9,59	Sofia Andersson -94, Stockholm Örebro IF	27/5 2007	
Höjd	1,50	Agneta Andersson -63, Rinkeby Rånäs -81	3/6 1975	
	1,60	Anna Silén -88, Enköpings Torshyttan AI	9/9 2001	
	1,60	Alexandra Hjorth -93, Hudiksvall Uppsala IF	5/8 2006	
Stav	2,45	Jenny Jansson -93, Hudiksvall Östhammar IF	5/9 2006	
Längd (zon)	5,49	Caroline Tuxén-94, Karlstad Enköpings AI	18/8 2007	
Tresteg (zon)	11,76	Annika Karlsson -78, Karlstad Rånäs -81	6/9 1991	
Kula (4,0)	13,76	Julia Thorsén -94, Katrineholm Enköpings AI	16/9 2007	
Diskus (0,5)	38,56	Kajsa Åsvik -75, Umeå Norrälja IF	13/5 1988	
Slägg (2,0)	41,19	Ellna Eriksson -93, Rånäs Jägarhyddan -81	12/11 2005	
Spjut (400)	41,78	Kajsa Åsvik -75, Umeå Eskilstuna IF	3/9 1989	
Fyrkamp	3037p	Sofia Andersson -94, Enköpings Örebro IF	15/7 2007	
		9,73 - 1,51 - 20,10 - 5,02 - 1,50,50		

Kvinnor				
50 m	8,07	Sara Gelin -80, Enköpings Falun AI	20/1 1993	
200 m	28,57	Caroline Tuxén-94, Särna Enköpings AI	3/12 2007	
300 m	2,21,7	Madeline Almqvist -70, Solna Rånäs -81	1983	
50 m häck (75,2)	9,34	Annika Karlsson -78, Solna Rånäs -81	1991	
Höjd	1,60	Anna Silén -88, Enköpings Särna AI	9/12 2001	
Stav	2,40	Camilla Gunnebo -84, Karlstad Uppsala IF	15/3 1997	
Längd (zon)	5,45	Caroline Tuxén-94, Särna Enköpings AI	9/12 2007	
Tresteg (zon)	11,34	Annika Karlsson -78, Solna Rånäs -81	1991	
Kula (2,0)	13,63	Jenny Öbergström -77, Rinkeby Rånäs -81	22/10 1999	
Fyrkamp	3652p	Jennifer Björklund-95 (2008) * (60mh 10,26-längd 4,58-höjd 1,38-kula 10,80)		

* Gällande Upplandsrekord 2011-01-11