

## Årets bedste udendørs resultater 2024

De markeret med gult + W eller stopur tider

Piger/Kvinder

opdateret d. 25.07.2024

### 60m

9,40s		Pola Czerminska-Makinia -2013	P10	26.06	Ballerup
-------	--	-------------------------------	-----	-------	----------

### 80m

11,95s		Sidsel Laudrup -2011	P13	09.06	Ballerup
--------	--	----------------------	-----	-------	----------

### 100m

14,43s	0,3	Naya Pedersen 2009	P15	08.06	Ballerup
14,68s	-1,6	Anna Søtrup Dinesen -2009	P15	08.06	Ballerup
15,63s	-3,0	Eva Hasløv -2009	P15	08.06	Ballerup
17,82s	0,2	Mette Grubert -1973	K51	14.05	Ballerup
17,97s	1,4	Vica Clauesen -1985	K39	11.06	Greve
18,39s	0,2	Helle Martens -1970	K54	14.05	Ballerup

### 200m

49,62s	-0,4	Jeanette Rønning -1965	K59	11.06	Greve
--------	------	------------------------	-----	-------	-------

### 400m

1.49,07m		Pernille Olsen -1970	K54	14.05	Ballerup
----------	--	----------------------	-----	-------	----------

### 800m

2.12,55m		Majken Lützen -2003	K21	19.05	Malmø
4.29,62m		Kirsten Shilling -1963	K61	11.06	Greve

### 1000m

4.27,36		Helle Martens -1970, Mette Grubert -1973, Jeanette Rønning -1965 Pernille Olsen -1970	K	14.05	Ballerup
---------	--	--	---	-------	----------

### 1500m

9.22,15m		Kirsten Schilling -1963	K61	14.05	Ballerup
----------	--	-------------------------	-----	-------	----------

### 5000m

26,26,34m		Eva Schilling -1960	K64	14.05	Ballerup
27.28,33m		Josephine Holm -1986	K38	11.06	Greve
28,16,10m		Charlotte Holm -1978	K45	14.05	Ballerup

### Længdespring zone + w eller ikke målt

4,32m	-1,3	Sidsel Lautrup -		08.06	Ballerup
3,81m	1,4	Pola Czerminska-Makinia -2013	P10	26.06	Ballerup

### Længdespring

5,34m	0,0	Filippa Maja Roug -2009	P19	26.05	Greve
3,11m	0,4	Vica Clauesen -1985	K39	14.05	Ballerup
4,43m	0,0	Naya Pedersen - 2009	P15	09.06	Ballerup

3,42m 2,4 Emma Clausen -2008 P16 09.06 Ballerup

### Højdespring

1,61m	Mariana Rojas -1994 (ARG)	K29	30.06	Hvidovre
1,44m	Anna Sættrup Dinensen -2009	P14	28.04	Tårnby
1,16m	Jeanette Rønning -1965	K59	14.05	Ballerup
0,92m	Kirsten Køster -1943	K81	11.06	Greve

### Stangspring

3,51m	Ida Jespersen	P15	30.06	Hvidovre
-------	---------------	-----	-------	----------

### Kuglestød 2 kg

7,55m	Pola Czerminska-Makinia -2013	P10	26.06	Ballerup
-------	-------------------------------	-----	-------	----------

### Kuglestød 3 kg

11,46m	Annika Hedelund Nielsen -2008	P16	28.05	Øbro
8,02m	Connie Holm 1956	K65	10.05	Ballerup
7,43m	Ulla Vadstrup Nielsen -1951	K73	26.06	Ballerup
7,54m	Yulla Petlenko (UKR)-1972	K53	26.06	Ballerup
6,13m	Emma Clausen -2008	P16	09.06	Ballerup

### Kuglestød 4 kg

12,59m	Rebecca Spiegelhauer -2002	P22	06.07	Odense	<b>Klubre</b>
9,87m	Rebecca Jensen -2000	K24	09.05	Ballerup	
9,12m	Magaret Darkwa -2002	P22	30.04	Ballerup	

### Diskoskast 750g

18,57m	Emilia MiltNikkelsen -2009	P15	26.06	Ballerup
15,42m	Eva Haslev -2009	P15	26.06	Ballerup
12,61m	Kirsten Køster -1943	K80	14.05	Ballerup

### Diskoskast 1kg

33,30m	Annika Hedelund Nielsen -2008	P16	09.06	Ballerup
31,08m	Rebecca Jensen -2000	K24	30.04	Ballerup
26,80m	Rebecca Spiegelhauer -2002	P22	26.06	Ballerup
22,69m	Magaret Darkwa -2002	P22	30.04	Ballerup
17,00m	Ulla Vadstrup Nielsen -1951	K73	09.07	Ballerup
16,39m	Yuliia Petlenko (UKR)-1972	K53	11.06	Greve

### Spydkast 400 gram

15,49m	Jeanette Rønning -1965	K59	11.06	Greve
--------	------------------------	-----	-------	-------

### Spydkast 500g

25,90m	Emilia Milt -2009	P15	26.06	Ballerup
24,10m	Ulla Vadstrup Nielsen -1951	K73	25.04	Glostrup
21,54m	Mette Grubert -1973	K51	14.05	Ballerup
19,56m	Annika Hedelund Nielsen -2008	P16	26.06	Ballerup
18,84m	Connie Holm -1956	K69	14.04	Ballerup

15,55m	Eva Hasløc -2009	P15	26.06	Ballerup
10,39m	Yuliia Petlenko (UKR)-1972	K53	09.07	Ballerup

### Spydkast 600g

33,52m	Rebecca Spiegelhauer -2002	P22	26.06	Ballerup
19,38m	Rebecca Jensen -2000	K24	26.06	Ballerup

### Hammerkast 2 kg

### Hammerkast 3 kg

51,38m	Annika Hedelund Nielsen -2008	P16	29.05	Øbro	<b>Klubre</b>
25,70m	Ulla Vadstrup Nielsen -1951	K73	20.06	Ballerup	
20,36m	Yulla Petlenko (UKR)-1972	K53	09.07	Ballerup	

### Hammerkast 4 kg.

50,95m	Rebecca Spiegelhauer -2002	P22	06.07	Odense	<b>Klubre</b>
35,67m	Rebecca Jensen 2000	K24	26.06	Ballerup	

### Vægtkast 5,45 kg

10,41m	Ulla Vadstrup Nielsen -1951	K70	30.05	Glostrup
--------	-----------------------------	-----	-------	----------

### Vægtkast 7,26 kg

14,73m	Annika Hedelund Nielsen -2008	P16	30.04	Ballerup	<b>Klubre</b>
--------	-------------------------------	-----	-------	----------	---------------

### Vægtkast 9,08 kg

13,12m	Rebecca Spiegelhauer -2002	P22	26.06	Ballerup
11,55m	Rebecca Jensen -2000	K24	26.06	Ballerup

### Kaste3kamp

1952p	Ulla Vadstrup Nielsen -1951 diskos-hammer-spyd 15,33-25,72-14,44	K70	20.06	Glostrup
-------	--	-----	-------	----------

### Kaste5kamp

2978p	Ulla Vadstrup Nielsen -1951 Hammer-kugle-diskos-spyd-vægtkast 25,64-7,21-17,00-13,43-9,94	K70	09-jul	Ballerup
1483p	Yulla Petlenko (UKR)-1972 20,36-7,29-15,75-13,43-6,88	K53		

