

Årets bedste udendørs

2026

drengene/mænd

opdateret 1. 6. 26.

40m

8.48s w:-0,7 Filippos Papanikas 2019 7år 03-jun Ballerup

40m + w eller ingen målt / manuel tid

60m

9.99s w:1,5 Balder Liam Lisbygd 2015 11år 27-maj Herlev
10.38s w:1,8 Daniel Urbschat 2016 10år 27-maj Herlev

60m +w eller ingen målt / manuel tid

80m

12.69s w:1,9 Marcus Møller 2014 12år 27-maj Herlev
13.07s w:0,0 Felix Gribskjold Kristensen 2014 12år 03-jun Ballerup

80m + w eller ingen målt / manuel tid

100m

12.84s w:0,6 Michael Finch Pedersen 1973 M50 27-maj Herlev
12.90s w:0,7 Victor Peter Nielsen 2012 14-15 27-maj Herlev
13.25s w:-0,5 Amir Mezerdzhi 2011 14-15 03-jun Ballerup
13.92s w:0,0 Jonas Botmann 2011 14-15 03-jun Ballerup
16.61s w:0,0 Henrik Carlsen 1966 M60 03-jun Ballerup

100m +w eller ingen målt / manuel tid

200m

200m +w eller ingen målt / manuel tid

300m**300m / manuel tid****400m**

59.60s	Michael Finch Pedersen 1973	M50	20-maj Ballerup
79.04s	Jens Bille 1964	M60	20-maj Ballerup
81.22s	Daniel Urbschat 2016	10år	03-jun Ballerup

400m / manuel tid**600m****800m****1000m****1500m**

5:21.39min	David Romney Lauridsen 2001	Sen	03-jun Ballerup
5:21.86min	Arne Hagsten 1975	M50	03-jun Ballerup
5:36.99min	Jan Grønlund Rasmussen 1969	M55	20-maj Ballerup
5:45.35min	Erik G. Olsen 1970	M55	20-maj Ballerup

1. mile (1609m)**3000m****5000m**

19:44.09min	Jan Grønlund Rasmussen 1969	M55	20-maj Ballerup
20:33.75min	Arne Hagsten 1975	M51	20-maj Ballerup

10.000 bane**10 km landevej**

15 km landevej

4 km Cross

10 km cross

400m kappgang

1000m kappgang

3 km kappgang

Kvart maraton

Halv maraton

Marathon

60m hæk - 68.6 cm, 11.75 / 7.65 / 10.00

plus W 60m hæk - 68.6 cm, 11.75 / 7.65 / 10.00 + W

80m hæk - 76,3 cm, 12,00-8,00-12,00

plus W 80m hæk - 76,3 cm, 12,00-8,00-12,00 + W

100m hæk 84.0 cm, 13.00 / 8.50 / 10.50

110m hæk (106,1)

300m hæk

400m hæk (91,4)**3000m forh.****4X60m MIX hold****4X60m****4X80m****4X100m****1000m stafet**

2:52.53min

54år

20-maj Ballerup

4X200m MIX**4X200m****4X400m****Længdespring zone**

4,25m w:0,0 Marcus Møller 2014 12år 03-jun Ballerup

3,63m w:0,0 Daniel Urbschat 2016 10år 03-jun Ballerup

3,57m w:-0,5 Felix Gribskjold Kristensen 2014 12år 03-jun Ballerup

3,40m w:-0,3 Balder Liam Lisbygd 2015 11år 03-jun Ballerup

2,75m w-0,1 Filippos Papanikas 2019 7år 03-jun Ballerup

2,88m w:1,4 Viggo Bager Torngren 2016 10år 27-maj Herlev

Længdespring zone + w eller ikke målt**Længdespring**

3,14m w:0,0 Elian Jessen 1970

M55

20-maj Ballerup

Længdespring + w eller ikke målt

5,23m w:2,6 Victor Peter Nielsen 2012 14-15 27-maj Herlev

Højdespring

1,44m Elian Jessen 1970 M55 20-maj Ballerup
1,40m Jonas Botmann 2011 14-15 27-maj Herlev

Stangspring

2,12m Sven-Erik Dreisig 1951 M75 20-maj Glostrup DR M

Trespring

Trespring + w eller ikke målt

Trespring zone

Kuglestød 3 kg

4,34M Felix Gribskjold Kristensen 2014 12år 03-jun Ballerup

4 kg

9,90m Bjarne Andersen 1955 M70 15-maj Ballerup
6,78m Sven-Erik Dreisig 1951 M75 07-maj Glostrup

5 kg

9,22m Kim Green 1965 M60 03-jun Ballerup
8,31m Henrik Carlsen 1966 M60 03-jun Ballerup
7,76m Dennis Sørensen 1963 M60 03-jun Ballerup

6 kg

9,66m Henrik Hedelund Nielsen 1972 M50 15-maj Ballerup
8,98m Mikkel Vesterdal Poulsen 1974 M50 20-maj Ballerup

7,24 kg

Diskoskast 1 kg

34,18M	Kim Green 1965	M60	03-jun Ballerup
25,70m	Bjarne Andersen 1955	M70	15-maj Ballerup
23,67M	Tobias Lindevall 2012	14-15	03-jun Ballerup
19,92m	Dennis Sørensen 1963	M60	12-apr Ballerup
19,40m	Sven-Erik Dreisig 1951	M75	07-maj Glostrup
19,30m	Tobias Lindevall 2012	14-15	27-maj Herlev

1,5 kg

30,09m	Mikkel Vesterdal Poulsen 1974	M50	20-maj Ballerup
28,50m	Henrik Hedelund Nielsen 1972	M50	15-maj Ballerup
25,24m	Mikkel Poulsen 1974	M50	12-apr Ballerup

2 kg**Spydkast 400 gram****500 g**

28,81m	Bjarne Andersen 1955	M70	15-maj Ballerup
	Sven-Erik Dreisig 1951	M75	07-maj Glostrup

600g

22,28m	Kim Green 1965	M60	15-maj Ballerup
14,70M	Dennis Sørensen 1963	M60	03-jun Ballerup
6,97m	Daniil Peklin 2012	14-15år	03-jun Ballerup

700g**800g****Raketspyd.****Boldkast 145gram**

34,18m	Balder Liam Lisbygd 2015	11år	03-jun Ballerup
32,47m	Daniel Urbschat 2016	10år	03-jun Ballerup
19,24m	Filippos Papanikas 2019	7år	03-jun Ballerup

Boldkast 250 gram

Boldkast 300 gram**Hammerkast 3. kg****4 kg.**

21,71m	Bjarne Andersen 1955	M70	15-maj Ballerup
19,07m	Sven-Erik Dreisig 1951	M75	07-maj Glostrup

5 kg

24,12m	Kim Green 1965	M60	12-apr Ballerup
17,48m	Dennis Sørensen 1963	M60	20-maj Ballerup

6,0 kg

30,82m	Henrik Hedelund Nielsen 1972	M50	15-maj Ballerup
--------	------------------------------	-----	-----------------

7.25kg**Vægtkast****7,26 kg**

10,83m	Bjarne Andersen 1955	M70	15-maj Ballerup
--------	----------------------	-----	-----------------

9,08 kg

11,25m	Kim Green 1965	M60	15-maj Ballerup
--------	----------------	-----	-----------------

11,43 kg

10,90m	Henrik Hedelund Nielsen 1972	M50	15-maj Ballerup
--------	------------------------------	-----	-----------------

15,88 kg

Kastetrekamp

Ku-di-sp

Kastefirekamp

Ku-di-ha-sp.

Kaste 5-kamp ha-ku-di-sp-væ

2555p Bjarne Andersen 1955 M70 15-maj Ballerup
21,71m-9,90m-28,25m-28,81m-10,83m

2177p Kim Green 1965 M60 15-maj Ballerup
23,81m-8,83m-31,30m-22,28m-11,25m

3-kamp

40-læ-bold

60-læ-bold

60-højde-bold

5-kamp

80m h-ku-læ-sp-600

9-kamp

100m h-di-st-sp

100- Læ-ku-hø-1000

10-kamp

100m-læ-ku-hø-400m

110m-di-st-sp-1500m

