

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

12.34s w:1,0 Alexander Dietrich 2010 16-17 20-jun Greve

12.70s w:-1,3 Michael Finch Pedersen 1973 M50 17-jun Ballerup
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
15.29s w:0,3 Jens Wulff-Bille 1964 M60 15-aug Hvidovre
16.61s w:0,0 Henrik Carlsen 1966 M60 03-jun Ballerup

100m +w eller ingen målt / manuel tid

200m

26.17s w:1,7 Victor Peter Nielsen 2012 14-15 20-jun Greve
27.63s w:0,0 Michael Finch Pedersen 1973 M50 08-aug Østerbro
27.95s w:1,7 Jonas Botmann 2011 14-15 20-jun Greve

32.49s	w:0,3	Jens Wulff-Bille 1964	M60	16-aug	Hvidovre
--------	-------	-----------------------	-----	--------	----------

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

2:38.84m	Arne Hagsten 1975	M50	17-jun	Ballerup
2:42.54m	Jan Grønlund Rasmussen 1969	M55	17-jun	Ballerup

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

19:18.97min	Jan Grønlund Rasmussen 1969	M55	17-jun	Ballerup
20:20.24min	Arne Hagsten 1975	M55	17-jun	Ballerup
20:34.27min	Allan Arnvig 1976	M50	17-jun	Ballerup

10.000 bane

10 km landevej

15 km landevej

4 km Cross

10 km cross

400m kapgang

1000m kapgang

3 km kapgang

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

80m hæk - 76,3 cm 12-7-19

19.70s w:1,0 Sven-Erik Dreisig 1951

M 75

08-aug Østerbro

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:o,o	Daniel Urbschat 2016	10år	03-jun Ballerup
3,57m	w:-0,5	Felix Gribbskjold 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

	w:2,6	Victor Peter Nielsen 2012	14-15	27-maj Herlev
4,77m	w:0,0	Michael Finch Pedersen 1973	M50	08-aug Østerbro
3,18m	w:0,5	Sven-Erik Dreisig 1951	M 75	08-aug Østerbro
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
1,20m		Kim Green 1965	M60	17-jun Ballerup

Stangspring

2,30m		Kim Green 1965	M60	17-jun Ballerup
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
9,10m		Bjarne Vedel 1966	M60	17-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**

36,25m	Kim Green 1965	M60	17-jun Ballerup
27,01m	Bjarne Andersen 1955	M70	16-aug Hvidovre
23,67M	Tobias Lindevall 2012	14-15	03-jun Ballerup
22,90m	Tobias Borch 2012	14-15	21-jun Greve
19,92m	Dennis Sørensen 1963	M60	12-apr Ballerup
19,40m	Sven-Erik Dreisig 1951	M75	07-maj Glostrup
18,65m	Erik Berg 1966	M60	17-jun Ballerup

1,5 kg

30,09m	Mikkel Vesterdal Poulsen 1974	M50	20-maj Ballerup
28,70m	Henrik Hedelund Nielsen 1972	M50	16-aug Hvidovre
27,41m	Mikkel Poulsen 1974	M50	17-jun 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

28,58m	Erik Berg 1966	M60	17-jun Ballerup
26,87m	Bjarne Vedel 1966	M60	17-jun Ballerup
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.**

22,96m	Bjarne Andersen 1955	M70	15-aug Hvidovre
19,07m	Sven-Erik Dreisig 1951	M75	07-maj Glostrup

5 kg

29,41m	Bjarne Vedel 1966	M60	17-jun Ballerup
28,80m	Erik Berg 1966	M60	17-jun Ballerup
24,18m	Kim Green 1965	M60	08-aug Østerbro
17,64m	Dennis Sørensen 1963	M60	17-jun Ballerup

6,0 kg

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

7.25kg**Vægtkast**

7,26 kg

11,19m

Bjarne Andersen 1955

M70

15-aug Hvidovre

9,08 kg

11,25m

Kim Green 1965

M60

15-maj Ballerup

11,43 kg

11,52m

Henrik Hedelund Nielsen 1972

M50

15-aug Hvidovre

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

