

Norske Mastersrekorder Kvinner og Menn Individuelt Langbane 04.05.2026

Øvelse	Klasse	Alder	Navn	Klubb	Tid	Dato	Sted	
<b>Kvinner</b>								
50	0	20-24	Maria Otilie Aasland	Glitre SK	29,46	04.05.2019	Drammen	
Fri	A	25-29	Trine Lene Austrøne Olsen	IL Varg	28,95	20.05.2017	Oslo	
	B	30-34	Guri Kogstad	Bærumssvømmerne	29,28	25.06.1992	Indianapolis	
	C	35-39	Anne Karine Johansen	Masør	30,46	26.05.2016	London	
	D	40-44	Bente Rist	Masør	28,62	04.08.2010	Gøteborg	
	E	45-49	Merete Løvberg	Lambertseter SK	28,37	10.05.2014	Oslo	
	F	50-54	Merete Løvberg	Lambertseter SK	29,36	13.05.2018	Tøyen	
	G	55-59	Lise Lothe	Masør	29,32	01.07.2024	Beograd	
	H	60-64	Elin Knag	BSC	31,01	15.08.2019	Gwangju	NR
	I	65-69	Elin Knag	BSC	31,51	29.02.2024	Doha	NR
	J	70-74	Randi Larsen	Asker SK	37,94	17.08.2017	Budapest	
	K	75-79						
	L	80-84						
100	0	20-24	Helene van der Hoeven	Frisinn SK	1.07,07	11.06.2022	Kristiansand	
Fri	A	25-29	Signe Berg Verlo	ROMA	1.09,28	11.06.2012	Riccione	
	B	30-34	Helene Holter	ROMA	1.06,06	26.05.2010	Danmark	
	C	35-39	Anne Karine Johansen	Masør	1.09,89	03.06.2017	Kristiansand	
	D	40-44	Merete Løvberg	Lambertseter SK	1.02,06	01.08.2010	Gøteborg	
	E	45-49	Merete Løvberg	Lambertseter SK	1.01,36	23.04.2016	Drammen	
	F	50-54	Lise Lothe	Masør	1.03,48	13.08.2019	Gwangju	
	G	55-59	Lise Lothe	Masør	1.03,79	11.06.2022	Kristiansand	
	H	60-64	Gjertrud Leversen	Åstveit SK	1.14,36	15.08.2017	Budapest	NR
	I	65-69	Randi Larsen	Drammen SK	1.26,46	08.09.2011	Yalta	
	J	70-74	Randi Larsen	Asker SK	1.32,20	25.10.2019	Vantaa	
	K	75-79						
	L	80-84						
200	0	20-24	Helene van der Hoeven	Frisinn SK	2.26,80	12.06.2022	Kristiansand	
Fri	A	25-29	Rebecca Nilssen	Lørenskog KK	2.25,69	02.08.2010	Gøteborg	
	B	30-34	Kristin Ekstrøm	Bærumssvømmerne	2.15,99	29.07.2000	Munchen	
	C	35-39	Anne Grete Haugan	TSLK	2.37,27	27.11.2015	Uppsala SM	
	D	40-44	Merete Løvberg	Lambertseter SK	2.14,43	02.08.2010	Gøteborg	NR
	E	45-49	Merete Løvberg	Lambertseter SK	2.13,00	26.05.2016	London	ER
	F	50-54	Merete Løvberg	Lambertseter SK	2.19,14	12.05.2018	Tøyen	NR
	G	55-59	Lise Lothe	Masør	2.24,54	28.01.2023	Kristiansand	NR
	H	60-64	Hilde Hjertnes	BOM	3.06,16	16.08.2017	Budapest	
	I	65-69	Randi Larsen	Drammen SK	3.11,24	06.09.2011	Yalta	
	J	70-74						
	K	75-79						
	L	80-84						
400	0	20-24	Helene van der Hoeven	Frisinn SK	5.22,45	09.06.2023	Kristiansand	
Fri	A	25-29	Rebecca Nilssen	Lørenskog KK	5.05,90	31.07.2010	Gøteborg	
	B	30-34	Lise Lothe	KSA	4.45,83	19.06.1998	Casablanca	
	C	35-39	Anne Grete Haugan	TSLK	5.22,00	27.11.2015	Uppsala SM	
	D	40-44	Marianne Fuglestveit	Masør	4.50,69	28.05.2016	London	
	E	45-49	Merete Løvberg	Lambertseter SK	4.48,23	28.04.2012	Drammen	
	F	50-54	Lise Lothe	Masør	5.09,55	20.08.2017	Budapest	NR
	G	55-59	Lise Lothe	Masør	5.05,64	02.07.2024	Beograd	NR
	H	60-64	Hilde Hjertnes	BOM	6.33,59	05.09.2018	Kranj	
	I	65-69	Randi Larsen	Drammen SK	6.47,36	16.06.2012	Riccione	
	J	70-74						
	K	75-79						
	L	80-84						

Norske Mastersrekorder Kvinner og Menn Individuelt Langbane 04.05.2026

800 Fri	O	20-24	Helene van der Hoeven	Frisinn SK	11.13,81	27.01.2023	Kristiansand	
	A	25-29	Rebecca Nilsen	Lørenskog KK	10.19,43	31.07.2010	Gøteborg	
	B	30-34	Kristin Ekstrøm	Bærumssvømmerne	9.46,18	29.07.2000	Munchen	
	C	35-39	Anne Grete Haugan	TSLK	10.52,72	27.11.2015	Uppsala SM	
	D	40-44	Merete Løvberg	Lambertseter SK	9.49,56	31.07.2010	Gøteborg	NR
	E	45-49	Lise Lothe	Masør	10.52,78	10.06.2012	Riccione	
	F	50-54	Lise Lothe	Masør	10.44,22	21.04.2017	Aukland	NR
	G	55-59	Eva Lofthus	Lørenskog/Rælingen	11.29,52	02.06.2019	Fredrikstad	
	H	60-64	Hilde Hjertnes	BOM	13.30,94	14.08.2017	Budapest	
	I	65-69	Randi Larsen	Drammen SK	13.48,08	05.09.2011	Yalta	
	J	70-74						
	K	75-79						
	L	80-84						
1500 Fri	O	20-24	Helene van der Hoeven	Frisinn SK	21.50,09	10.06.2023	Kristiansand	
	A	25-29						
	B	30-34	Hanne Fjellstad	IL Varg	22.47,71	05.10.2013	Reykjavik	
	C	35-39	Anne Grete Haugan	TSLK	20.37,22	27.11.2015	Uppsala SM	
	D	40-44						
	E	45-49	Lise Lothe	Masør	20.28,90	03.06.2016	Kristiansand	NR
	F	50-54	Lise Lothe	Masør	20.50,03	02.06.2017	Kristiansand	
	G	55-59	Lise Lothe	Masør	20.38,30	08.06.2024	Kristiansand	NR
	H	60-64						
	I	65-69						
	J	70-74						
	K	75-79						
	L	80-84						
50 Rygg	O	20-24	Maria Otilie Aasland	Glitre SK	32,38	05.05.2019	Drammen	
	A	25-29	Caroline Moen	Skedsmo SK	35,14	21.03.2002	Christchurch	
	B	30-34	Lise Lothe	KSA	32,37	19.06.1998	Casablanca	
	C	35-39	Lise Lothe	KSA	34,12	07.10.2002	Melbourne	
	D	40-44	Aina Adriansen Munthe	Masør	35,83	05.10.2013	Reykjavik	
	E	45-49	Lise Lothe	Masør	33,21	29.05.2016	London	NR
	F	50-54	Lise Lothe	Masør	33,06	18.08.2017	Budapest	NR
	G	55-59	Lise Lothe	Masør	34,14	08.06.2024	Kristiansand	NR
	H	60-64	Gjertrud Leversen	Åstveit SK	40,74	20.08.2017	Budapest	
	I	65-69	Gjertrud Leversen	BOM	41,54	30.08.2022	Roma	
	J	70-74						
	K	75-79						
	L	80-84						
100 Rygg	O	20-24	Ine Emilie Rist Jensen	Masør	1.23,01	09.02.2020	Tromsø	
	A	25-29	Caroline Moen	Skedsmo SK	1.16,46	21.03.2002	Christchurch	
	B	30-34	Lise Lothe	KSA	1.09,67	19.06.1998	Casablanca	
	C	35-39	Lise Lothe	KSA	1.13,24	07.10.2002	Melbourne	
	D	40-44	Aina Adriansen Munthe	Masør	1.21,19	11.06.2012	Riccione	
	E	45-49	Lise Lothe	Masør	1.11,94	03.06.2016	Kristiansand	NR
	F	50-54	Lise Lothe	Masør	1.11,48	24.04.2017	Auckland	NR
	G	55-59	Lise Lothe	Masør	1.13,23	02.09.2022	Roma	ER
	H	60-64	Gjertrud Leversen	Åstveit SK	1.30,43	19.08.2017	Budapest	
	I	65-69						
	J	70-74						
	K	75-79						
	L	80-84						
200 Rygg	O	20-24	Ine Emilie Rist Jensen	Masør	2.55,57	08.02.2020	Tromsø	
	A	25-29	Rebecca Nilsen	Lørenskog KK	2.46,35	01.08.2010	Gøteborg	
	B	30-34	Lise Lothe	KSA	2.29,58	19.06.1998	Casablanca	

Norske Mastersrekorder Kvinner og Menn Individuelt Langbane 04.05.2026

	C	35-39	Lise Lothe	KSA	2.39,55	07.10.2002	Melbourne	
	D	40-44	Aina Adriansen Munthe	Masør	2.52,30	11.06.2012	Riccione	
	E	45-49	Lise Lothe	Masør	2.39,99	28.05.2016	London	NR
	F	50-54	Lise Lothe	Masør	2.37,54	06.09.2018	Kranj	NR
	G	55-59	Lise Lothe	Masør	2.37,98	01.09.2022	Roma	NR
	H	60-64						
	I	65-69						
	J	70-74						
	K	75-79						
	L	80-84						
50 Bryst	O	20-24	Helene van der Hoeven	Frisinn SK	39,17	11.06.2022	Kristiansand	
	A	25-29	Siri Eva Kristiansen	Asker SK	34,66	29.04.2018	Drammen	
	B	30-34	Gøril Gripsgård	ROMA	37,80	26.05.2016	London	
	C	35-39	Ann-Kristin Riiser	Masør	35,83	26.05.2016	London	
	D	40-44	Ann-Kristin Riiser	Masør	36,03	03.06.2017	Kristiansand	
	<b>E</b>	<b>45-49</b>	<b>Kjersti Helene Hernæs</b>	<b>Oslo IL</b>	<b>37,49</b>	<b>02.05.2026</b>	<b>Drammen</b>	
	F	50-54	Anette Sørensen	Masør	38,16	20.08.2017	Budapest	
	G	55-59	Torill Bergesen	BOM	38,86	03.09.2013	Eindhoven	
	H	60-64	Elin Knag	BSC	39,30	18.08.2019	Gwangju	NR
	I	65-69	Elin Knag	BSC	41,33	28.02.2024	Doha	NR
	J	70-74	Randi Larsen	Asker SK	51,07	26.05.2016	London	
	K	75-79	Beret Bryne	Oslo IL	1.05,85	01.06.2004	Riccione	
	L	80-84	Beret Bryne	Oslo IL	1.10,92	16.09.2009	Cadiz	
100 Bryst	O	20-24	Helene van der Hoeven	Frisinn SK	1.24,29	10.06.2022	Kristiansand	
	A	25-29	Siri Eva Kristiansen	Asker SK	1.13,07	29.04.2018	Drammen	NR
	B	30-34	Kjersti Helene Hernæs	Oslo IL	1.20,63	11.06.2012	Riccione	
	C	35-39	Ann-Kristin Riiser	Masør	1.17,04	27.05.2016	London	
	D	40-44	Ann-Kristin Riiser	Masør	1.18,30	02.06.2017	Kristiansand	NR
	E	45-49	Kjersti Helene Hernæs	Oslo IL	1.20,94	16.06.2024	Hamar	
	F	50-54	Anette Sørensen	Masør	1.23,04	07.09.2018	Kranj	
	G	55-59	Anette Sørensen	Masør	1.25,59	30.08.2022	Roma	
	<b>H</b>	<b>60-64</b>	<b>Anette Sørensen</b>	<b>Masør</b>	<b>1.27,72</b>	<b>25.01.2026</b>	<b>Kristiansand</b>	
	I	65-69	Elin Knag	BSC	1.35,10	27.02.2024	Doha	NR
	J	70-74	Randi Larsen	Asker SK	1.47,39	27.05.2016	London	NR
	K	75-79						
	L	80-84						
200 Bryst	O	20-24	Helene van der Hoeven	Frisinn SK	3.16,51	06.05.2023	Drammen	
	A	25-29						
	B	30-34	Kjersti Helene Hernæs	Oslo IL	2.50,01	15.06.2012	Riccione	
	C	35-39	Kjersti Helene Hernæs	IL Varg	2.46,79	29.04.2017	Drammen	NR
	D	40-44	Kjersti Helene Hernæs	IL Varg	2.46,01	11.05.2019	Tøyen	NR
	E	45-49	Kjersti Helene Hernæs	Oslo IL	2.50,09	16.06.2024	Hamar	NR
	F	50-54	Eva Lofthus	Lørenskog Rælingen	3.07,04	19.08.2017	Budapest	
	G	55-59	Anette Sørensen	Masør	3.07,38	29.06.2024	Beograd	
	H	60-64	Kristin Stallvik	TSLK	3.49,22	26.10.2019	Vantaa	
	I	65-69	Randi Larsen	Drammen SK	3.51,72	15.06.2012	Riccione	
	J	70-74	Randi Larsen	Asker SK	4.01,43	19.08.2017	Budapest	NR
	L	80-84						
	50 Butterfly	O	20-24	Maria Otilie Aasland	Glitre SK	32,62	05.05.2019	Drammen
A		25-29	Tiril Fredrikke Rist Jensen	Masør	31,47	16.06.2019	Kristiansand	
B		30-34	Janne Thorstensen	KSA	30,13	25.08.1999	Innsbruck	
C		35-39	Marianne Fuglestveit	Masør	31,21	07.06.2013	Kristiansand	
D		40-44	Janne Thorstensen	Masør	30,54	18.04.2008	Perth	
E		45-49	Merete Løvberg	Lambertseter SK	30,99	28.04.2012	Drammen	
F	50-54	Janne Thorstensen	Masør	31,12	24.04.2017	Aukland		

Norske Mastersrekorder Kvinner og Menn Individuelt Langbane 04.05.2026

	G	55-59	Janne Thorstensen	Masør	32,57	01.09.2022	Roma	NR
	H	60-64	Torill Bergesen	BOM	34,87	16.08.2017	Budapest	NR
	I	65-69						
	J	70-74						
	K	75-79						
	L	80-84						
100 Butterfly	O	20-24	Ine Emilie Rist Jensen	Masør	1.16,05	09.02.2020	Tromsø	
	A	25-29	Tiril Fredrikke Rist Jensen	Masør	1.16,99	16.06.2019	Kristiansand	
	B	30-34	Janne Thorstensen	KSA	1.09,27	25.08.1999	Innsbruck	
	C	35-39						
	D	40-44	Marianne Fuglestveit	Masør	1.08,21	17.08.2017	Budapest	NR
	E	45-49	Marianne Fuglestveit	Masør	1.08,92	10.06.2023	Kristiansand	NR
	F	50-54	Janne Thorstensen	Masør	1.10,78	26.05.2016	London	
	G	55-59	Janne Thorstensen	Masør	1.17,44	29.08.2022	Roma	
	H	60-64						
	I	65-69						
	J	70-74						
	K	75-79						
	L	80-84						
200 Butterfly		20-24						
	A	25-29						
	B	30-34						
	C	35-39						
	D	40-44	Marianne Fuglestveit	Masør	2.33,58	19.08.2017	Budapest	NR
	E	45-49	Marianne Fuglestveit	Masør	2.36,62	10.06.2022	Kristiansand	NR
	F	50-54	Linn Krogh Hansen	Asker SK	3.11,09	02.05.2019	Tunis	
	G	55-59	Linn Krogh Hansen	IL ROS	3.18,61	22.06.2024	Montpellier	
	H	60-64						
	I	65-69						
	J	70-74						
	K	75-79						
	L	80-84						
200 Medley	O	20-24	Helene van der Hoeven	Frisinn SK	2.49,05	10.06.2022	Kristiansand	
	A	25-29	Rebecca Nilsen	Lørenskog KK	2.50,99	03.08.2010	Gøteborg	
	B	30-34	Kristin Ekstrøm	Bærumssvømmerne	2.40,50	29.07.2000	Munchen	
	C	35-39	Kjersti Helene Hernæs	IL Varg	2.38,95	29.04.2017	Drammen	
	D	40-44	Merete Løvberg	Lambertseter SK	2.36,20	03.08.2010	Gøteborg	
	E	45-49	Merete Løvberg	Lambertseter SK	2.34,94	25.05.2016	London	
	F	50-54	Torill Bergesen	BOM	2.48,16	23.10.2009	Helsinki	
	G	55-59	Torill Bergesen	BOM	2.51,88	13.06.2012	Riccione	NR
	H	60-64	Kirsten Sundby Foldvik	Larvik SK	3.49,22	26.10.2019	Vantaa	
	I	65-69						
	J	70-74						
	K	75-79						
	L	80-84						
400 Medley		20-24						
	A	25-29	Tiril Fredrikke Rist Jensen	Masør	5.59,84	16.06.2019	Kristiansand	
	B	30-34	Kristin Ekstrøm	Bærumssvømmerne	5.37,97	29.07.2000	Munchen	
	C	35-39						
	D	40-44	Marianne Fuglestveit	Masør	5.36,58	16.06.2019	Kristiansand	
	E	45-49						
	F	50-54	Torill Bergesen	BOM	6.02,45	23.10.2009	Helsinki	
	G	55-59	Torill Bergesen	BOM	6.15,46	12.06.2012	Riccione	NR
	H	60-64						
I	65-69							

Norske Mastersrekorder Kvinner og Menn Individuelt Langbane 04.05.2026

J 70-74  
K 75-79  
L 80-84

**Menn**

50	O	20-24	Markus Evjen	Skien SK	28,99	02.05.2025	Drammen	
Fri	A	25-29	Mattis Saghaug	IL Varg	25,67	21.05.2017	Oslo	
	B	30-34	Håkon Skaarud Karlsen	IL Varg	25,74	03.08.2010	Gøteborg	
	<b>C</b>	<b>35-39</b>	<b>Mattis Saghaug</b>	<b>Oslo IL</b>	<b>25,85</b>	<b>01.05.2026</b>	<b>Drammen</b>	
	D	40-44	Kjell Ivar Lundemoen	Masør	25,92	14.06.2012	Riccione	
	E	45-49	Øivind Martin Hasle	Oslo IL	24,89	01.03.2024	Doha	
	F	50-54	Tor Arne Pedersen	IL Varg	26,65	29.05.2016	London	
	G	55-59	Oddvar Sandvin	Oslo IL	27,25	02.09.2022	Roma	
	<b>H</b>	<b>60-64</b>	<b>Oddvar Sandvin</b>	<b>Oslo IL</b>	<b>27,21</b>	<b>02.05.2026</b>	<b>Drachten</b>	
	I	65-69	Jan Erik Korsvold	BOM	30,13	14.06.2012	Riccione	
	J	70-74	Rolf Bagle	Oslo IL	32,57	13.06.2012	Riccione	
	K	75-79	Øyvind Gunnerud	Oslo IL	33,60	03.08.2010	Gøteborg	
	L	80-84	Øyvind Gunnerud	Oslo IL	37,51	21.05.2017	Oslo	
	M	85-89	Sverre Bryne	Oslo IL	55,51	16.08.2005	Stockholm	
	N	90-94	Sverre Bryne	Oslo IL	1.01,45	03.08.2010	Gøteborg	
100	O	20-24	Markus Evjen	Skien SK	1.06,42	04.05.2025	Drammen	
Fri	A	25-29	Eirik Ravnan	Drammen SK	58,10	24.04.2016	Drammen	
	B	30-34	Håkon Skaarud Karlsen	IL Varg	55,53	01.08.2010	Gøteborg	
	C	35-39	Håkon Skaarud Karlsen	IL Varg	55,89	04.05.2014	Drammen	
	D	40-44	Jarl Inge Melberg	IL Varg	55,95	29.11.2014	Falkenberg	
	E	45-49	Jarl Inge Melberg	IL Varg	55,28	28.05.2016	London	
	F	50-54	Oddvar Sandvin	IL Varg	57,99	28.05.2016	London	
	G	55-59	Oddvar Sandvin	Oslo IL	58,67	08.05.2022	Eindhoven	
	<b>H</b>	<b>60-64</b>	<b>Oddvar Sandvin</b>	<b>Oslo IL</b>	<b>1.00,11</b>	<b>03.05.2026</b>	<b>Drachten</b>	
	I	65-69	Jan Erik Korsvold	BOM	1.09,01	11.06.2012	Riccione	
	J	70-74	Sverre Kile	BOM	1.14,57	10.08.2025	Singapore	
	K	75-79						
	L	80-84						
200		20-24						
Fri	A	25-29	Eirik Ravnan	Drammen SK	1.59,07	24.04.2016	Drammen	NR
	B	30-34	Håkon Skaarud Karlsen	IL Varg	2.04,35	02.08.2010	Gøteborg	
	C	35-39	Håkon Skaarud Karlsen	IL Varg	2.01,32	12.08.2015	Kazan	
	D	40-44	Håkon Skaarud Karlsen	IL Varg	2.03,74	14.08.2019	Gwangju	
	E	45-49	Jarl Inge Melberg	IL Varg	2.00,91	16.08.2017	Budapest	NR
	F	50-54	Erlend Alstad	IL Varg	2.12,23	10.06.2018	Hamar	
	<b>G</b>	<b>55-59</b>	<b>Jarl Inge Melberg</b>	<b>Oslo IL</b>	<b>2.12,21</b>	<b>01.05.2026</b>	<b>Drachten</b>	
	H	60-64	Rune Sjøblom	Kongstenvømmerne	2.23,91	16.08.2017	Budapest	NR
	I	65-69	Svein Erik Nymo	Oslo IL	2.42,76	27.01.2024	Kristiansand	
	J	70-74	Sverre Kile	BOM	2.30,91	27.06.2024	Beograd	NR
	K	75-79						
	L	80-84						
400		20-24						
Fri	A	25-29	Eirik Ravnan	Drammen SK	4.18,36	23.04.2016	Drammen	
	B	30-34	Håkon Skaarud Karlsen	IL Varg	4.29,45	04.10.2013	Reykjavik	
	C	35-39	Håkon Skaarud Karlsen	IL Varg	4.21,89	16.08.2015	Kazan	
	D	40-44	Håkon Skaarud Karlsen	Oslo IL	4.21,90	18.08.2019	Gwangju	
	E	45-49	Håkon Skaarud Karlsen	Oslo IL	4.28,12	13.08.2025	Singapore	NR
	F	50-54	Erlend Alstad	IL Varg	4.38,45	05.05.2017	Eindhoven	
	G	55-59	Erlend Alstad	Oslo IL	4.45,80	17.06.2022	Aberdeen	
	H	60-64	Rune Sjøblom	Kongstenvømmerne	5.10,31	20.08.2017	Budapest	NR
	I	65-69	Rolf Andreas Skeide	Kristiansund SLK	5.55,83	14.06.2025	Hamar	

Norske Mastersrekorder Kvinner og Menn Individuelt Langbane 04.05.2026

	J	70-74	Sverre Kile	BOM	5.15,56	26.06.2024	Beograd	NR
	K	75-79	Geir Ingolfsrud	Tønsberg SK	7.10,34	00.08.18	Orlando	
	L	80-84	Geir Ingolfsrud	Tønsberg SK	7.59,48	06.07.2024	Madeira	
800		20-24						
Fri	A	25-29						
	B	30-34						
	C	35-39	Håkon Skaarud Karlsen	IL Varg	9.06,94	10.08.2015	Kazan	
	D	40-44	Håkon Skaarud Karlsen	Oslo IL	9.06,86	12.08.2019	Gwangju	
	E	45-49	Håkon Skaarud Karlsen	Oslo IL	9.12,99	26.06.2024	Beograd	NR
	F	50-54	Erlend Alstad	IL Varg	9.39,02	14.08.2017	Budapest	NR
	G	55-59	Erlend Alstad	Oslo IL	9.53,46	08.05.2022	Eindhoven	NR
	H	60-64	Rolf Andreas Skeide	Kristiansund SLK	12.17,77	25.10.2019	Vantaa	
	I	65-69	Rolf Andreas Skeide	Kristiansund SLK	12.18,94	06.05.2022	Drammen	
	J	70-74	Sverre Kile	BOM	11.06,19	26.06.2024	Beograd	NR
	K	75-79	Geir Ingolfsrud	Tønsberg SK	14.47,19	00.08.18	Orlando	
	L	80-84	Geir Ingolfsrud	Tønsberg SK	16.17,04	04.07.2024	Madeira	
1500		20-24						
Fri	A	25-29						
	B	30-34	Lars-Einar Kristiansen	Kongstenvømmerne	22.16,69	31.05.2025	Fredrikstad	
	C	35-39	Håkon Skaarud Karlsen	IL Varg	17.49,12	22.04.2016	Drammen	NR
	D	40-44	Håkon Skaarud Karlsen	IL Varg	17.41,27	25.10.2019	Vantaa	NR
	E	45-49	Erlend Alstad	Oslo IL	18.31,81	24.04.2015	Drammen	NR
	F	50-54	Erlend Alstad	IL Varg	18.33,68	16.06.2017	Aberdeen	
	G	55-59	Erlend Alstad	Oslo IL	18.56,47	05.05.2022	Eindhoven	NR
	H	60-64	Rolf Andreas Skeide	Kristiansund SLK	23.18,17	25.10.2019	Vantaa	
	I	65-69	Rolf Andreas Skeide	Kristiansund SLK	23.11,79	06.05.2022	Drammen	
	J	70-74						
	K	75-79						
	L	80-84	Geir Ingolfsrud	Tønsberg SK	30.57,84	25.02.2024	Coimbra	
50		20-24						
Rygg	A	25-29	Eirik Ravnan	Drammen SK	31,86	24.04.2016	Drammen	
	B	30-34	Kristian Tennebø	Lambertseter SK	32,25	29.07.2009	København	
	C	35-39	<b>Mattis Saghaug</b>	<b>Oslo IL</b>	<b>29,80</b>	<b>01.05.2026</b>	<b>Drammen</b>	
	D	40-44	Knut Ivan Rasmussen	IL Varg	31,67	07.09.2018	Kranj	
	E	45-49	Knut Ivan Rasmussen	Oslo IL	31,73	01.03.2024	Doha	
	F	50-54	Thomas Wikberg	Oslo IL	33,48	20.08.2017	Budapest	
	G	55-59	Lars Grande	Oslo IL	34,04	29.04.2022	Hamar	
	H	60-64	Rune Larsen	TSLK	34,15	03.06.2023	Sheffield	
	I	65-69	Rolf Andreas Skeide	Kristiansund SLK	37,79	08.05.2022	Drammen	
	J	70-74	<b>Jan Monteverde Haakonsen</b>	<b>Oslo IL</b>	<b>40,77</b>	<b>01.05.2026</b>	<b>Drammen</b>	
	K	75-79	Sverre Bryne	Haldens SK	52,15	23.06.1996	Sheffield	
	L	80-84	Sverre Bryne	Oslo IL	54,84	29.07.2000	Munchen	
	M	85-89	Sverre Bryne	Oslo IL	1.03,75	01.06.2004	Riccione	
100		20-24						
Rygg	A	25-29	Eirik Ravnan	Drammen SK	1.04,97	24.04.2016	Drammen	
	B	30-34	Håkon Skaarud Karlsen	IL Varg	1.09,23	04.10.2013	Reykjavik	
	C	35-39	Knut Ivan Rasmussen	IL Varg	1.07,01	04.10.2013	Reykjavik	
	D	40-44	Kjell Ivar Lundemoen	Masør	1.07,34	15.06.2012	Riccione	
	E	45-49	Håkon Skaarud Karlsen	Oslo IL	1.10,29	01.07.2024	Beograd	
	F	50-54	Erlend Alstad	IL Varg	1.12,69	07.05.2017	Eindhoven	
	G	55-59	Erlend Alstad	Oslo IL	1.14,95	06.05.2022	Eindhoven	
	H	60-64	Rolf Andreas Skeide	Kristiansund SLK	1.21,51	25.10.2019	Vantaa	
	I	65-69	<b>Bjørn Werner Johansen</b>	<b>Oslo IL</b>	<b>1.19,82</b>	<b>02.05.2026</b>	<b>Drachten</b>	<b>NR</b>
	J	70-74						
	K	75-79	Sverre Bryne	Haldens SK	1.52,52	23.06.1996	Sheffield	

Norske Mastersrekorder Kvinner og Menn Individuelt Langbane 04.05.2026

	L	80-84	Sverre Bryne	Haldens SK	2.07,08	25.08.1999	Innsbruck	
200		20-24						
Rygg	A	25-29	Eirik Ravnan	Drammen SK	2.13,48	24.06.2016	Drammen	
	B	30-34	Håkon Skaarud Karlsen	IL Varg	2.27,40	05.10.2013	Reykjavik	
	C	35-39	Knut Ivan Rasmussen	IL Varg	2,29,08	05.10.2013	Reykjavik	
	D	40-44	Erlend Alstad	Oslo IL	2.40,22	23.10.2009	Helsinki	
	E	45-49	Erlend Alstad	IL Varg	2.31,37	28.05.2016	London	
	F	50-54	Erlend Alstad	IL Varg	2.31,77	06.05.2017	Eindhoven	NR
	G	55-59	Erlend Alstad	Oslo IL	2.36,37	18.06.2022	Aberdeen	NR
	H	60-64	Rolf Andreas Skeide	Kristiansund SLK	3.05,93	15.08.2017	Budapest	
	I	65-69	Rolf Andreas Skeide	Kristiansund SLK	3.16,76	08.05.2022	Drammen	
	J	70-74	<b>Jan Monteverde Haakonsen</b>	<b>Oslo IL</b>	<b>3.18,61</b>	<b>01.05.2026</b>	<b>Drammen</b>	
	K	75-79						
	L	80-84						
50		20-24	Markus Evjen	Skien SK	36,70	02.05.2025	Drammen	
Bryst	A	25-29	Mattis Saghaug	IL Varg	32,16	21.05.2017	Oslo	
	B	30-34	Morten Jarland	ROMA	31,99	03.08.2010	Gøteborg	
	C	35-39	Øyvind Nyhus	Molde SLK	30,78	01.06.2004	Riccione	
	D	40-44	Øyvind Nyhus	Molde SLK	31,18	03.08.2010	Gøteborg	
	E	45-49	Odd Roar Kaspersen	Lambertseter	32,31	26.05.2016	London	
	F	50-54	Tor Arne Pedersen	IL Varg	31,81	26.05.2016	London	
	G	55-59	Øyvind Nyhus	Molde SLK	34,06	14.06.2025	Hamar	
	H	60-64	Svein Erik Nymo	Oslo IL	37,05	15.06.2019	Hamar	
	I	65-69	Svein Erik Nymo	Oslo IL	37,75	02.06.2024	Doha	
	J	70-74	Jan Allers	BSC	42,04	03.08.2010	Gøteborg	
	K	75-79	Sverre Bryne	Haldens SK	48,99	23.06.1996	Sheffield	
	L	80-84	Sverre Bryne	Haldens SK	51,22	25.08.1999	Innsbruck	
	M	85-89	Sverre Bryne	Oslo IL	1.03,56	01.06.2004	Riccione	
	N	90-94	Sverre Bryne	Oslo IL	1.17,29	03.08.2010	Gøteborg	NR
100		20-24	Markus Evjen	Skien SK	1.20,66	04.05.2025	Drammen	
Bryst	A	25-29	Rune Myhrvold	Nedre Eiker SK	1.13,15	23.06.1996	Sheffield	
	B	30-34	Morten Jarland	ROMA	1.11,64	01.08.2010	Gøteborg	
	C	35-39	Øyvind Nyhus	Molde SLK	1.10,76	00.08.2007	Kranj	
	D	40-44	Øyvind Nyhus	Molde SLK	1.11,16	01.08.2010	Gøteborg	
	E	45-49	Odd Roar Kaspersen	Lambertseter	1.12,03	27.05.2016	London	
	F	50-54	Tor Arne Pedersen	IL Varg	1.13,64	24.04.2016	Drammen	
	G	55-59	Erlend Alstad	Oslo IL	1.17,85	07.05.2022	Eindhoven	
	H	60-64	Svein Erik Nymo	Oslo IL	1.24,58	13.08.2019	Gwangju	
	I	65-69	Svein Erik Nymo	Oslo IL	1.26,29	27.02.2024	Doha	
	J	70-74	Jan Allers	BSC	1.41,59	01.08.2010	Gøteborg	
	K	75-79	Fridtjov Stene	Haldens SK	2.25,04	29.07.2000	Munchen	
	L	80-84	Sverre Bryne	Oslo IL	2.04,37	02.08.1999	Innsbruck	
	M	85-89	Hans Christian Blom	Nedre Eiker SK	2.18,30	04.05.2025	Drammen	
200		20-24						
Bryst	A	25-29	Rune Myhrvold	Nedre Eiker SK	2.40,30	23.06.1996	Sheffield	
	B	30-34	Ronny Skaalien	Drammen SK	2.44,99	28.04.2013	Drammen	
	C	35-39	Øyvind Nyhus	Molde SLK	2.37,30	00.08.2007	Kranj	
	D	40-44	Øyvind Nyhus	Molde SLK	2.39,80	05.08.2010	Gøteborg	
	E	45-49	Erlend Alstad	Oslo IL	2.36,48	15.06.2012	Riccione	
	F	50-54	Erlend Alstad	IL Varg	2.41,24	19.08.2017	Budapest	NR
	G	55-59	Erlend Alstad	Oslo IL	2.50,43	17.06.2022	Aberdeen	
	H	60-64	Svein Erik Nymo	Oslo IL	3.08,05	01.06.2019	Fredrikstad	
	I	65-69	Svein Erik Nymo	Oslo IL	3.12,68	02.03.2024	Doha	
	J	70-74	Ragnar Jensen	Hamar IL	4.09,79	04.09.2018	Kranj	
	K	75-79						

Norske Mastersrekorder Kvinner og Menn Individuelt Langbane 04.05.2026

	L	80-84						
	M	85-89	Hans Christian Blom	Nedre Eiker SK	5.13,91	03.05.2025	Drammen	NR
50		20-24						
Butterfly	A	25-29	Christer Koch Kvam	IL Varg	26,59	14.10.2017	Tøyen	
	B	30-34	<b>Odin Spangen Normann</b>	<b>Oslo IL</b>	<b>27,24</b>	<b>02.05.2026</b>	<b>Drammen</b>	
	C	35-39	<b>Mattis Saghaug</b>	<b>Oslo IL</b>	<b>27,27</b>	<b>04.10.2013</b>	<b>Reykjavik</b>	
	D	40-44	Jarl Inge Melberg	IL Varg	27,53	29.11.2014	Falkenberg	
			Øivind Martin Hasle	IL Varg	27,53	12.05.2018	Tøyen	
	E	45-49	Øivind Martin Hasle	Oslo IL	26,80	29.05.2023	Gentofte	NR
	F	50-54	Øyvind Nyhus	Molde SLK	29,25	01.05.2022	Hamar	
	I	55-59	Øyvind Nyhus	Molde SLK	29,29	16.06.2024	Hamar	
	H	60-64	Rune Larsen	TSLK	29,71	04.06.2023	Sheffield	
	I	65-69	Svein Erik Nymo	Oslo IL	34,44	02.06.2024	Kristiansand	
	J	70-74	Tellef Jørgen Halvorsen	Hamar IL	49,01	04.10.2013	Reykjavik	
	K	75-79	Per Sturla Hofmo	Hamar IL	50,96	02.08.2010	Gøteborg	
	L	80-84	Per Sturla Hofmo	Hamar IL	49,69	08.09.2011	Yalta	
100		20-24						
Butterfly	A	25-29	Glenn Hansen	Lørenskog SK	1.01,39	23.06.1996	Sheffield	
	B	30-34	Knut Ivan Rasmussen	IL Varg	1.04,87	13.06.2012	Riccione	
	C	35-39	Dag Audun Andersen	Lambertseter SK	1.00,81	28.07.2009	København	
	D	40-44	Øyvind Nyhus	Molde SLK	1.01,82	03.08.2010	Gøteborg	
	E	45-49	Øivind Martin Hasle	Oslo IL	1.01,60	29.05.2023	Gentofte	
			Øivind Martin Hasle	Oslo IL	1.01,60	29.02.2024	Doha	
	F	50-54	Oddvar Sandvin	IL Varg	1.05,32	26.05.2016	London	
	G	55-59	Oddvar Sandvin	Oslo IL	1.06,88	29.08.2022	Roma	
	H	60-64	Svein Erik Nymo	Oslo IL	1.21,92	26.10.2019	Vantaa	
	I	65-69	Svein Erik Nymo	Oslo IL	1.21,76	01.06.2024	Fredrikstad	
	J	70-74	Tellef Jørgen Halvorsen	Hamar IL	2.23,39	05.10.2013	Reykjavik	
	K	75-79						
	L	80-84						
200		20-24						
Butterfly	A	25-29	Glenn Hansen	Lørenskog SK	2.25,00	23.06.1996	Sheffield	
	B	30-34	Knut Ivan Rasmussen	IL Varg	2.31,43	15.06.2012	Riccione	
	C	35-39	Knut Ivan Rasmussen	IL Varg	2.18,78	19.08.2017	Budapest	
	D	40-44	Knut Ivan Rasmussen	IL Varg	2.25,59	07.09.2018	Kranj	
	E	45-49	Øivind Martin Hasle	Oslo IL	2.28,79	12.08.2025	Singapore	
	F	50-54	Oddvar Sandvin	IL Varg	2.31,38	27.05.2016	London	
	G	55-59	Svein Erik Nymo	Oslo IL	3.00,12	19.10.2014	Lux Open	
	H	60-64	Svein Erik Nymo	Oslo IL	3.10,11	16.06.2019	Hamar	
	I	65-69	Rolf Andreas Skeide	Kristiansund SLK	3.23,51	02.09.2022	Roma	
	J	70-74						
	K	75-79						
	L	80-84						
200		20-24						
Medley	A	25-29	Eirik Ravnan	Drammen SK	2.15,09	23.04.2016	Drammen	
	B	30-34	Håkon Skaarud Karlsen	IL Varg	2.22,28	05.10.2013	Reykjavik	
	C	35-39	Håkon Skaarud Karlsen	IL Varg	2.18,46	12.08.2015	Kazan	
	D	40-44	Håkon Skaarud Karlsen	Oslo IL	2.22,06	15.08.2019	Gwangju	
	E	45-49	Håkon Skaarud Karlsen	Oslo IL	2.23,00	11.08.2025	Singapore	
	F	50-54	Erlend Alstad	IL Varg	2.24,54	17.08.2017	Budapest	NR
	G	55-59	Erlend Alstad	Oslo IL	2.30,51	18.06.2022	Aberdeen	NR
	H	60-64	Svein Erik Nymo	Oslo IL	2.53,73	04.05.2019	Drammen	
	I	65-69	Svein Erik Nymo	Oslo IL	3.00,07	29.02.2024	Doha	
	J	70-74	Ragnar Jensen	Hamar IL	4.00,03	05.09.2018	Kranj	
	K	75-79	Tellef Halvorsen	Hamar IL	4.42,52	25.05.2016	London	

Norske Mastersrekorder Kvinner og Menn Individuelt Langbane 04.05.2026

	L	80-84						
400		20-24						
Medley	A	25-29						
	B	30-34						
	C	35-39	Håkon Skaarud Karlsen	IL Varg	5.05,71	10.10.2015	Tøyenbadet	
	D	40-44	Håkon Skaarud Karlsen	Oslo IL	5.04,83	14.08.2019	Gwangju	
	E	45-49	Håkon Skaarud Karlsen	Oslo IL	5.05,77	10.08.2025	Singapore	
	F	50-54	Erlend Alstad	IL Varg	5.08,23	16.08.2017	Budapest	NR
	G	55-59	Erlend Alstad	Oslo IL	5.17,57	07.05.2022	Eindhoven	ER
	H	60-64	Svein Erik Nymo	Oslo IL	6.24,66	25.10.2019	Vantaa	
	I	65-69	Svein Erik Nymo	Oslo IL	6.33,38	03.03.2024	Doha	NR
	J	70-74						
	K	75-79						
	L	80-84						