

**ESBO IF REKORD**  
Uppdaterat 20.11.2023

**HERRAR - MIEHET**

|                       |             |   |     |            |                     |
|-----------------------|-------------|---|-----|------------|---------------------|
| 100m                  | 10.45 (1.2) | Tuukka Huuskola   | -98 | 22.6.2020  | livalg Sipoo        |
| 150m                  | 15.53 (0.5) | Tuukka Huuskola   | -98 | 11.6.2020  | Sprintti Espoo/L    |
| 200m                  | 20.90 (1.3) | Tuukka Huuskola   | -98 | 22.6.2020  | livalg Sipoo        |
| 300m                  | 33.63       | Oskari Mörö   | -93 | 29.1.2015  | Potchefstr. RSA     |
|                       | 33.6h       | Stig Lönnqvist  | -49 | 18.5.1972  | Kauniainen          |
| 400m                  | 46.7h       | Stig Lönnqvist  | -49 | 14.6.1972  | Berlin GDR          |
|                       | 47.40       | Oskari Mörö   | -94 | 30.8.2014  | mo Helsinki         |
| 600m                  | 1:18.32     | Oskari Mörö   | -94 | 19.5.2015  | kunniak Espoo/Le    |
| 800m                  | 1:48.23     | Robert Rotkirch   | -84 | 22.7.2007  | eliittik Lapinlahti |
| 1000m                 | 2:22.05     | Niklas Rehula   | -65 | 4.7.1985   | Helsinki            |
| 1500m                 | 3:43.71     | Mika Westerberg   | -66 | 27.8.1989  | Lohja               |
| Mäili                 | 4:17.43     | Olli Koivusalo  | -70 | 7.6.1990   | FJG Helsinki        |
| 2000m                 | 5:29.6h     | Aimo Mehtonen   | -45 | 12.6.1973  | Espoo/L             |
| 3000m                 | 8:08.11     | Olli Koivusalo  | -70 | 13.6.1992  | kv Tampere          |
| 5000m                 | 14:07.07    | Olli Koivusalo  | -70 | 3.7.1992   | SM Jyväskylä        |
| 10.000m               | 30:51.0h    | Ken Roberts   | -53 | 24.8.1980  | SFI Vantaa          |
| Puolimaraton          | 1:07:20     | Bjarne Jansson  | -50 | 23.10.1977 | korson m Vantaa     |
| Maraton               | 2:21:29     | Oscar Holmström   | -93 | 19.2.2023  | Sevilla, ESP        |
| 110m häck -aidat      | 14.54       | Joli Koivu  | -90 | 28.6.2015  | Pudasjärvi          |
| 200m häck - aidat     | 23.24 (0.3) | SE Oskari Mörö  | -94 | 7.6.2020   | Uusi Alku Lahti     |
| 400m häck - aidat     | 49.04       | SE Oskari Mörö  | -94 | 15.8.2016  | OK Rio de Janeiro   |
| 3000m hinder - esteet | 9:07.52     | Björn Stenvik   | -67 | 17.7.1990  | ka Porvoo           |
| Höjd - Korkeus        | 2.11        | Pertti Lantti   | -45 | 18.7.1968  | Stockholm SWE       |
| Stav -Seiväs          | 4.85        | Matti Vesterinen  | -80 | 19.7.2002  | SM Joensuu          |
| Längd -Pituus         | 8.02 (1.4)  | Mikko Kivinen   | -88 | 16.6.2012  | karn Jämsä          |
| Tresteg - Kolmiloikka | 15.64 (0.1) | Mikko Kivinen   | -88 | 15.8.2012  | pim Raasepori/K     |
| Kula - Kuula          | 21.69       | SE Reijo Ståhberg   | -52 | 5.5.1979   | Fresno, Calif. USA  |
| Diskus -Kiekko        | 61.20       | Tero Lehtiö   | -63 | 24.6.1994  | ka Ikaalinen        |
| Spjut - Keihäs        | 70.03       | Rami Hovinen  | -85 | 7.6.2012   | Raasepori/K         |
| Slägga - Moukari      | 71.67       | Joachim Koivu   | -88 | 12.4.2014  | El Paso Texas USA   |
| 10-kamp - 10-ottelu   | 7923        | Roger Kanerva   | -51 | 1.8.1978   | EM Praha            |
|                       |             | 11.18(0.0) 7.22(-0.6) 13.32 2.01 49.62                            |     |            |                     |
|                       |             | 15.28(0.0) 41.82 4.80 61.60 4:25.40                               |     |            |                     |
| 3000m gång -kävely    | 11:40.09    | Jonathan Ekberg   | -03 | 16.7.2023  | Ujala               |
| 5000m gång - kävely   | 19:49.58    | Jani Lehtinen   | -74 | 27.6.1993  | eliitti Lapinlahti  |
| 10.000m gång - kävely | 40:52.94    | Jani Lehtinen   | -74 | 1.6.1993   | kv Helsinki/E       |
| 20.000m gång -kävely  | 1:27.50.6   | Jani Lehtinen   | -74 | 10.9.1994  | Pm Stockholm SWE    |
| 10km gång -kävely     | 42:46       | Jonathan Ekberg   | -03 | 4.6.2023   | espookäv Espoo      |
| 20km gång - kävely    | 1:24:14     | Eemeli Kiiski   | -91 | 23.4.2016  | taabor Tuusula      |
| 30km gång - kävely    | 2:17:30     | Eemeli Kiiski   | -91 | 14.6.2015  | SM Espoo            |
| 50km gång - kävely    | 3:53:36     | Jani Lehtinen   | -74 | 24.3.1996  | Dudince SVK         |
| 4x100m                | 40.38       | Jonathan Brace, Tuukka Huuskola,<br>Oskari Mörö, Roope Saarinen   |     | 12.9.2020  | SM Kotka/K          |
| 4x400m                | 3:14.22     | Roope Saarinen, Tuukka Huuskola,<br>Jonathan Brace, Oskari Mörö   |     | 23.9.2020  | SM Kotka/K          |
| 4x800m                | 7:44.71     | Magnus Selenius, Keith Roberts, Björn<br>Stenvik, Niklas Rehula   |     | 1985       | pm                  |
| 4x1500m               | 15:30.60    | Mika Westerberg, Björn Stenvik,<br>Jarmo Malmberg, Olli Koivusalo |     | 12.7.1992  | SM Oulu             |
| 3x3000m gång -kävely  | 37:32.02    | Mikko Ruokolainen,Eemeli Kiiski,<br>Elmo Koivunen                 |     | 3.7.2016   | SM Helsinki/E       |

**HERRAR 22 - MIEHET 22**

|                   |             |                    |     |           |                  |
|-------------------|-------------|--------------------|-----|-----------|------------------|
| 100m              | 10.45 (1.2) | Tuukka Huuskola    | -98 | 22.6.2020 | livalg Sipoo     |
| 150m              | 15.53 (0.5) | SE Tuukka Huuskola | -98 | 11.6.2020 | Sprintti Espoo/L |
| 200m              | 20.90 (1.3) | Tuukka Huuskola    | -98 | 22.6.2020 | livalg Sipoo     |
|                   | 21.16 (1.6) | Tuukka Huuskola    | -98 | 1.9.2019  | SM Porvoo        |
| 300m              | 33.63       | SE Oskari Mörö     | -93 | 29.1.2015 | Potchefstr. RSA  |
| 400m              | 47.40       | Oskari Mörö        | -93 | 30.8.2014 | mo Helsinki      |
| 600m              | 1:18.32     | Oskari Mörö        | -93 | 19.5.2015 | kunniak Espoo/Le |
| 800m              | 1:49.33     | Robert Rotkirch    | -84 | 22.7.2006 | SM Jyväskylä     |
| 1000m             | 2:22.05     | Niklas Rehula      | -65 | 4.7.1985  | Helsinki         |
| 1500m             | 3:48.2h     | Olli Koivusalo     | -70 | 1.8.1991  | Espoo/K          |
| Mäili             | 4:17.43     | Olli Koivusalo     | -70 | 7.6.1990  | FJG Helsinki     |
| 2000m             | 5:33.92     | Björn Stenvik      | -67 | 10.6.1989 | kv Riihimäki     |
| 3000m             | 8:08.11     | Olli Koivusalo     | -70 | 13.6.1992 | kv Tampere       |
| 5000m             | 14:07.07    | Olli Koivusalo     | -70 | 3.7.1992  | SM Jyväskylä     |
| Puolimaraton      | 1:09.24     | Stig Böckerman     | -60 | 6.3.1982  | t-juoksu Oulu    |
| 110m häck -aidat  | 15.32 (0.8) | Jari Söderberg     | -63 | 17.8.1985 | Lahti            |
| 400m häck - aidat | 49.08       | SE Oskari Mörö     | -93 | 13.8.2014 | EM Zürich SUI    |

|                       |             |                                       |     |                              |
|-----------------------|-------------|---------------------------------------|-----|------------------------------|
| 3000m hinder - esteet | 9:20.31     | Stig Böckerman                        | -60 | 16.8.1981 SFI Vaasa          |
| Höjd - Korkeus        | 2.00        | Donatello Dallai                      | -96 | 17.5.2012 Pisa ITA           |
| Stav -Seiväs          | 4.85        | Matti Vesterinen                      | -80 | 19.7.2002 SM Joensuu         |
| Längd -Pituus         | 7.03 (1.1)  | Joli Koivu                            | -90 | 28.6.2011 Seinäjoki          |
| Tresteg - Kolmiloikka | 14.72 (0.9) | Krister Lönnqvist                     | -60 | 16.8.1981 SFI Vaasa          |
| Kula - Kuula          | 21.26       | SE Reijo Ståhlberg                    | -52 | 26.6.1974 huippuk Helsinki   |
| Diskus -Kiekko        | 46.54       | Reijo Ståhlberg                       | -52 | 22.6.1974 kv Saarijärvi      |
| Spjut - Keihäs        | 67.82       | Rami Hovinen                          | -85 | 22.8.2007 pk Nokia           |
| Slägga - Moukari      | 70.12       | Joachim Koivu                         | -88 | 30.5.2010 Helsinki/E         |
| 10-kamp - 10-ottelu   | 7045        | Matti Vesterinen                      | -80 | 19.7.2002 SM Joensuu         |
|                       |             | 11.32(0.0) 6.71(1.7) 12.99 1.90 52.63 |     |                              |
|                       |             | 16.22(1.8) 40.86 4.85 48.28 4:51.07   |     |                              |
| 3000m gång -kävely    | 11:40.09    | Jonathan Ekberg                       | -03 | 16.7.2023 Urjala             |
| 5000m gång - kävely   | 19:49.58    | Jani Lehtinen                         | -74 | 27.6.1993 eliitti Lapinlahti |
| 10.000m gång - kävely | 40:52.94    | Jani Lehtinen                         | -74 | 1.6.1993 kv Helsinki/E       |
| 20.000m gång -kävely  | 1:27.50.6   | SE Jani Lehtinen                      | -74 | 10.9.1994 Pm Stockholm SWE   |
| 10km gång -kävely     | 42.46       | Jonathan Ekberg                       | -03 | 4.6.2023 espookäiv Espoo     |
| 20km gång - kävely    | 1:27:15     | Elmo Koivunen                         | -94 | 17.9.2016 Fredrikstad NOR    |
| 50 km gång -kävely    | 3:53.36     | Jani Lehtinen                         | -74 | 24.3.1996 Dudince SVK        |

### HERRAR 19 - MIEHET 19

|                            |              |  |     |                                |
|----------------------------|--------------|--|-----|--------------------------------|
| 100m                       | 10.92 (2.0)  | Tuukka Huuskola  | -98 | 27.7.2016 am Raasepori/K       |
| 150m                       | 16.59 (-2.6) | Tuukka Huuskola  | -98 | 29.5.2016 Helsinki/E           |
| 200m                       | 21.56 (0.7)  | Roope Saarinen   | -94 | 28.7.2013 Vaasa                |
|                            | 21.5h        | Mikael Udd   | -56 | 27.7.1975 SM Keuruu            |
| 300m                       | 35.7h        | Kaj Widbom   | -50 | 12.8.1969 Espoo/K              |
|                            | 35.7h        | Mikael Udd   | -56 | 10.6.1975 Espoo/La             |
| 400m                       | 48.02        | Roope Saarinen   | -94 | 10.8.2013 SM Lappeenranta      |
| 600m                       | 1:28.40      | Niklas Björkenheim   | -02 | 2.6.2019 400m Helsinki/E       |
| 800m                       | 1:50.0h      | Niklas Rehula  | -65 | 15.10.1984 Aleksandria EGY     |
| 1000m                      | 2:23.26      | SE Niklas Rehula   | -65 | 5.6.1984 Espoo/K               |
| 1500m                      | 3:49.62      | Olli Koivusalo   | -70 | 23.7.1989 SFI Vaasa            |
| 3000m                      | 8:18.1h      | Olli Koivusalo   | -70 | 12.6.1988 ka Parkano           |
| 5000m                      | 14:30.7      | Olli Koivusalo   | -70 | 25.6.1988 kv Saarijärvi        |
| 110m häck -aidat (100cm)   | 14.43 (-0.6) | Peter Westerlund   | -79 | 15.8.1997 SM Uusikaarlepyy     |
| 110m häck -aidat (106,7cm) | 15.68 (-0.5) | Alexis Troberg   | -89 | 21.9.2008 maken ott Helsinki/E |
| 300m häck -aidat (84cm)    | 37.91        | Peter Westerlund   | -79 | 11.8.1996 SM Kajaani           |
| 400m häck - aidat          | 50.80        | Oskari Mörö  | -93 | 13.7.2012 MM Barcelona ESP     |
| 2000m hinder - esteet      | 6:22.75      | Björn Stenvik  | -67 | 1986                           |
| Höjd - Korkeus             | 2.00         | Donatello Dallai   | -96 | 17.5.2012 Pisa ITA             |
| Stav -Seiväs               | 4.22         | Risto Järvi  | -57 | 27.7.1976 Espoo/La             |
| Längd -Pituus              | 6.75 (0.0)   | Donatello Dallai   | -96 | 28.6.2014 Campi Bisenzio ITA   |
| Tresteg - Kolmiloikka      | 14.44 (0.0)  | Donatello Dallai   | -96 | 30.5.2015 Livorno ITA          |
| Kula - Kuula (6kg)         | 17.36        | Mikko Törrönen   | -93 | 20.8.2011 SM Valkeakoski       |
| Diskus -Kiekko (1.75kg)    | 52.95        | Mikko Törrönen   | -93 | 28.6.2011 Seinäjoki            |
| Spjut - Keihäs (800g)      | 62.58        | Juha-Pekka Pusa  | -71 | 3.6.1989 ka Taipalsaari        |
| Slägga - Moukari (6kg)     | 55.78        | Jari Jaatinen  | -65 | 27.5.1983 Sipoo                |
| 10-kamp - 10-ottelu        | 6238         | Tommi Silvennoinen   | -93 | 28.8.2011 SM Ii                |
|                            |              | 11.43(1.6) 6.33(-0.2) 11.97 1.84 54.21                               |     |                                |
|                            |              | 16.22(-1.0) 40.33 3.80 39.48 5:03.59                                 |     |                                |
| 3000m gång -kävely         | 11:41.8h     | SE Jani Lehtinen   | -74 | 27.6.1993 eliitti Lapinlahti   |
| 5000m gång - kävely        | 19:49.58     | SE Jani Lehtinen   | -74 | 27.6.1993 eliitti Lapinlahti   |
| 10.000m gång - kävely      | 40:52.94     | SE Jani Lehtinen   | -74 | 1.6.1993 kv Helsinki/E         |
| 20km gång -kävely          | 1:27.32      | Jani Lehtinen  | -74 | 13.6.1996 Kisa SWE             |
| 4x100m                     | 42.86        | Mikael Fabritius, Mika Tapanainen,<br>Mika Konsin, Klaus Ilmonen     |     | 11.7.1986 SM Espoo/Le          |
| 4x400m                     | 3:22.7h      | Krister Fallenius, Rolf Englund, Lauri<br>Lindström, Kaj Widbom      |     | 14.7.1968 SM Turku             |
| 3x800m                     | 6:21.84      | Andreas Nyman, Robert Rotkirch,<br>Robert Björklöf                   |     | 18.6.2002 pm Lohja             |
| 4x800m                     | 8:13.5       | Lauri Lindström, Christer Kanerva,<br>Harry Gustafsson, Rolf Englund |     | 16.7.1967 SM Kouvola           |
| 4x100m häck -aidat         | 59.32        | Robert Björklöf, Jan Bosas, Robert<br>Rotkirch, Pezhman Ahmadi       |     | 7.7.2002 SM Lohja              |

### HERRAR 17 - MIEHET 17

|      |              |                    |     |                            |
|------|--------------|--------------------|-----|----------------------------|
| 100m | 11.12 (0.7)  | Tuukka Huuskola    | -98 | 28.6.2015 karn Jämsä/J     |
|      | 11.1h        | Mikael Udd         | -56 | 23.9.1973 Espoo/La         |
| 200m | 22.26 (-0.5) | Tuukka Huuskola    | -98 | 23.8.2015 Kalajoki         |
| 300m | 36.39        | Peter Westerlund   | -79 | 1996                       |
|      | 36.0h        | Tommi Silvennoinen | -93 | 4.9.2010 SM Huittinen      |
| 400m | 49.07        | Niklas Rehula      | -65 | 29.8.1982 mo Espoo/O       |
| 600m | 1:28.40      | Niklas Björkenheim | -02 | 2.6.2019 400m Helsinki/E   |
| 800m | 1:53.62      | Niklas Rehula      | -65 | 18.9.1982 sfsi Pietarsaari |

|  |              |  |     |                                       |
|--|--------------|--|-----|---------------------------------------|
| 1000m                                    | 2:29.3h      | Niklas Rehula  | -65 | 6.7.1982 Espoo/K                      |
| 1500m                                    | 3:59.9h      | Olli Koivusalo   | -70 | 11.8.1987 Espoo/K                     |
| Maili                                    | 4:32.7h      | Olli Koivusalo   | -70 | 29.5.1986 ka Vantaa/H                 |
| 2000m                                    | 5:36.42      | Olli Koivusalo   | -70 | 20.7.1986 am Joutsa                   |
| 3000m                                    | 8:28.70      | Olli Koivusalo   | -70 | 19.6.1987 ka Ylöjärvi                 |
| 5000m                                    | 15:12.16     | Olli Koivusalo   | -70 | 7.6.1987 ka Kirkkonummi               |
| 110m häck -aidat (100cm)                 | 14.85 (-0.6) | Daniele Dallai   | -70 | 7.5.2011 Livorno ITA                  |
|  | 14.85 (1.9)  | Donatello Dallai   | -94 | 29.6.2013 Livorno ITA                 |
| 300m häck - aidat (84cm)                 | 37.91        | Peter Westerlund   | -79 | 11.8.1996 Kajaani                     |
| 400m häck - aidat (91.4cm)               | 59.42        | Jan Bosas  | -85 | 30.8.2002 pim Espoo /Le               |
| 1500m hinder - esteet                    | 4:27.35      | Olli Koivusalo   | -70 | 22.8.1987 pim Porvoo                  |
| 2000m hinder - esteet                    | 6:32.22      | Niklas Nyman   | -84 | 8.9.2001 Turku                        |
| Höjd - Korkeus                           | 2.00         | Donatello Dallai   | -96 | 17.5.2012 Pisa ITA                    |
| Stav - Seiväs                            | 4.05         | Andrei Kiviharju   | -02 | 20.8.2019 upv8 Helsinki/E             |
| Längd -Pituus                            | 6.51 (0.9)   | Peter Lönnqvist  | -62 | 29.7.1978 SM Heinola                  |
| Tresteg - Kolmiloikka                    | 14.41 (1.0)  | Donatello Dallai   | -96 | 6.10.2013 Jesolo ITA                  |
| Kula - Kuula (5kg)                       | 16.31        | Sami Kankaanoja  | -90 | 9.9.2007 pk Kangasala                 |
| Diskus -Kiekko (1,5kg)                   | 51.96        | Sami Kankaanoja  | -90 | 1.8.2007 vattenfall Porvoo            |
| Spjut - Keihäs (700g, 1996->)            | 59.18        | Rami Hovinen   | -85 | 10.7.2002 pim Kirkkonummi             |
| Spjut - Keihäs (800g, uusi malli 1986->) | 60.58        | Juha-Pekka Pusa  | -71 | 6.9.1988 pk Espoo/K                   |
| Slägga - Moukari (5kg)                   | 44.07        | Tom Streng   | -87 | 16.7.2003 pim Parainen                |
| 10-kamp - 10-ottelu (5kg)                | 6482         | Tommi Silvennoinen   | -93 | 5.9.2010 SM Huittinen                 |
|  |              | 44.65 (0.2) 6.45 (1.6) 12.63 1.78 36.00                              |     |                                       |
|  |              | 15.19 (0.8) 40.14 3.40 37.76 3:01.00                                 |     |                                       |
| 3000m gång -kävely                       | 13:03.49     | Jonathan Ekberg  | -03 | 11.7.2020 Aurinkokävelyt Naanatali    |
| 5.000m gång - kävely                     | 22:18.12     | Jonathan Ekberg  | -03 | 3.7.2020 Seiväskävelyt Kalanti        |
| 10000m gång - kävely                     | 49:51.9      | Jani Lehtinen  | -74 | 15.7.1989 Raisio                      |
| 10km gång - kävely                       | 50:17.9      | Jani Lehtinen  | -74 | 22.5.1989 pim Tuusula/H               |
| 4x100m                                   | 43.91        | Rasmus Vuonoranta, Paul Matthelie, Jonathan Österholm, Rado Lindberg |     | 10.9.2022 SM Jyväskylä                |
| 4x300m                                   | 2:31.21      | Paul Matthelie, Rasmus Vuonoranta, Jonathan Österholm, Rado Lindberg |     | 11.9.2022 SM Jyväskylä                |
| 3x800m                                   | 6:43.66      | Rado Lindberg, Willima Forstén, Paul Matthelie                       |     | 10.9.2022 SM Jyväskylä                |
| 4x800m                                   | 8:46.34      | Niklas Nyman, Henri Fredstadius, Robert Rotkirch, Gustaf Ahlroos     |     | 22.7.2000 SM Mikkeli                  |
| 4x100m häck -aidat                       | 59.02        | Robert Rotkirch, Pezhman Ahmadi, Jan Bosas, Robert Björklöf          |     | 1.7.2001 SM Jyväskylä                 |
| <b>DAMER - NAISET</b>                    |              |  |     |                                       |
| 100m                                     | 12.05(1.2)   | Kira Kytölä  | -93 | 1.7.2020 Sibbo Energi Sipoo           |
|  | 11.8h        | Barbro Lindström   | -53 | 21.8.1977 SFI Porvoo                  |
| 150m                                     | 18.86 (0.4)  | Kaisa Mikander   | -00 | 1.6.2017 Helsinki/E                   |
| 200m                                     | 24.08 (-1.5) | Barbro Ahonen  | -53 | 6.8.1980 kv Helsinki                  |
| 300m                                     | 39.89        | Jessica Rautelin   | -97 | 24.8.2013 SM Turku                    |
|  | 38.5h        | Barbro Ahonen  | -53 | 24.5.977 ka Espoo/La                  |
| 400m                                     | 53.53        | Barbro Lindström   | -53 | 9.7.1977 Oulu                         |
|  | 53.3h        | Barbro Ahonen  | -53 | 12.8.1980 ka Kauhajoki                |
| 600m                                     | 1:32.91      | Meeri Salomaa  | -01 | 7.6.2020 Uusi alku Lahti              |
| 800m                                     | 2:09.48      | Jemima Backman   | -92 | 3.8.2014 SM Kuopio                    |
| 1500m                                    | 4:13.68      | Camilla Richardsson  | -93 | 5.7.2023 motonet gp Joensuu           |
| 3000m                                    | 9:00.04      | Camilla Richardsson  | -93 | 18.6.2022 Motonet gp Kuortane         |
| 5000m                                    | 15:11.63     | Camilla Richardsson  | -93 | 8.7.2023 Motonet gp Oulu              |
| 10.000m                                  | 31:12.78 SE  | Camilla Richardsson  | -93 | 20.5.2023 Night of 10,000m London, UK |
| Halvmaraton-puolimaraton                 | 1:10.08      | Camilla Richardsson  | -93 | 18.2.2023 Rad Al Khaimi               |
| Maraton                                  | 2:30.45      | Camilla Richardsson  | -93 | 5.12.2021 Valencia                    |
| 400m häck - aidat                        | 59.62        | Jessica Rautelin   | -97 | 30.8.2014 mo Helsinki                 |
| 3000m hinder - esteet                    | 9:57.31      | Camilla Richardsson  | -93 | 4.9.2021 mo Stockholm                 |
| Höjd - Korkeus                           | 26299        | Stella Punto   | -57 | 10.7.1982 pim Porvoo                  |
| Stav -Seiväs                             | 18354        | Saga Andersson   | -00 | 27.5.2023 PM Köpenhamn                |
| Längd -Pituus                            | 6.42 (0.4)   | Kira Kytölä  | -93 | 20.7.2018 SM Jyväskylä                |
| Tresteg - Kolmiloikka                    | 13.61 (1.1)  | Kira Kytölä  | -93 | 21.7.2018 SM Jyväskylä                |
| Kula - Kuula (4kg)                       | 17.49        | Katarina Sederholm   | -68 | 16.6.1996 ka Raisio                   |
| Diskus -Kiekko (1kg)                     | 45.04        | Maria Närhi  | -72 | 6.8.1999 SM Seinäjoki                 |
|  | 45.04        | Susanna Törrönen   | -98 | 28.5.2017 tapiotg Espoo/Le            |
| Spjut - Keihäs (600g)                    | 56.19        | Heli Rantanen  | -70 | 5.7.2001 Vaasa                        |
| Spjut - Keihäs (600g gammal modell)      | 74.76 SE     | Tiina Lillak   | -61 | 13.6.1983 Tampere                     |
| Slägga - Moukari (4kg)                   | 67.93        | Sara Killinen  | -01 | 15.4.2023 Walnut, Calif. USA          |
| 7-kamp - 7-ottelu                        | 5580         | Jessica Rautelin   | -97 | 28.8.2016 SM Joensuu                  |
|  |              | 14.11w (3.1) 1.66 12.64 24.99w (4.1)                                 |     |                                       |
|  |              | 5.65 (0.0) 37.07 2:17.08   |     |                                       |

|                       |            |   |     |                       |
|-----------------------|------------|---|-----|-----------------------|
| 3000m gång - kävely   | 13:08.30   | Mira Saastamoinen   | -72 | 1994                  |
| 5000m gång - kävely   | 22:10.51   | Mira Saastamoinen   | -72 | 4.7.1992 SM Jyväskylä |
| 10.000 m gång -kävely | 46:51.7h   | Mira Saastamoinen   | -72 | 15.7.1992 Espoo/La    |
| 20.000m gång -kävely  | 1:53:08.7h | Monica Robertson  | -51 | 29.9.1984 Raisio      |
| 5km gång -kävely      | 23:41      | Helena Åström   | -64 | 1986                  |
| 10km gång - kävely    | 47:14      | Mira Saastamoinen   | -72 | 16.5.1992 SM Vantaa   |
| 20km gång - kävely    | 1:45.58    | Helena Åström   | -64 | 1986                  |
| 4x100m                | 47.02      | Salla Parviainen, Iida Kalliomäki,<br>Jessica Rautelin, Nadia Korkman |     | 4.7.2016 SM Helsinki  |
| 4x400m                | 3:44.85    | Eliisa Räsänen, Jessica Rautelin, Kira<br>Kytölä, Ella Räsänen        |     | 12.9.2021 SM Oulu     |
| 4x800m                | 9:17.41    | Noomi Malmgren, Katariina Liipo,<br>Meeri Salomaa, Jessica Rautelin   |     | 7.9.2019 SM Ylivieska |
| 3x3000m gång -kävely  | 43:16.7    | Sari Röman, Monica Robertson,<br>Helena Åström                        |     | 20.7.198 SM Lahti     |

#### DAMER 22 - NAISET 22

|                              |             |                                    |     |                               |
|------------------------------|-------------|------------------------------------|-----|-------------------------------|
| 100m                         | 12.28 (1.4) | Salla Parviainen                   | -97 | 18.7.2019 häme g Riihimäki    |
| 150m                         | 18.86 (0.4) | Kaisa Mikander                     | -00 | 1.6.2017 Helsinki/E           |
| 200m                         | 24.96 (2.0) | Martina Mickos                     | -96 | 21.4.2015 Norwalk, Calif USA  |
| 300m                         | 39.89       | Jessica Rautelin                   | -97 | 24.8.2013 SM Turku            |
| 400m                         | 55.97       | Jessica Rautelin                   | -97 | 22.8.2014 SM Kotka/K          |
| 600m                         | 1:32.91     | Meeri Salomaa                      | -01 | 7.7.2020 Uusi alku Lahti      |
| 800m                         | 2:09.48     | Jemima Backman                     | -92 | 3.8.2014 SM Kuopio            |
| 1500m                        | 4:28.40     | Jemima Backman                     | -92 | 20.7.2014 eliitti lapinlahti  |
| 3000m                        | 10:00.66    | Carla Häkli                        | -68 | 2.8.1983 SM Ylivieska         |
| 5000m                        | 17:38.41    | Tiina Viitanen                     | -74 | 11.8.1996 Hämeenlinna         |
| 10.000m                      | 40:02.1h    | Gedi Winder                        | -67 | 19.9.1983 Helsinki/E          |
| Halvmaraton-puolimaraton     | 1:27:50     | Riitta Paasio                      | -84 | 31.7.2004 SM Vaasa            |
| Maraton                      | 3:18:45     | Anu Soikkeli                       | -66 | citym Helsinki                |
| 100m häck -aidat (84cm)      | 13.84 (0.8) | Giia Lindström                     | -87 | 17.8.2006 Beijing CHN         |
| 400m häck - aidat (76.2cm)   | 59.62       | Jessica Rautelin                   | -97 | 30.8.2014 mo Helsinki         |
| 3000m hinder-esteet (76.2cm) | 11:11.74    | Riitta Paasio                      | -84 | 31.7.2004 SM Vaasa            |
| Höjd - Korkeus               | 25934       | Stella Punto                       | -57 | 11.6.1978 Kuusankoski         |
| Stav -Seiväs                 | 16528       | Saga Andersson                     | -00 | 6.6.2022 Sipoon Energia Sipoo |
| Längd -Pituus                | 6.16 (1.1)  | Iida Kalliomäki                    | -98 | 27.6.2015 karn Jämsä          |
| Tresteg - Kolmiloikka        | 12.59 (0.0) | Kira Kytölä                        | -93 | 1.8.2015 SM Pori              |
| Kula - Kuula (4kg)           | 14.34       | Riitta Pelli                       | -78 | 26.8.2000 ka Porvoo/L         |
| Diskus -Kiekko (1kg)         | 45.04       | Susanna Törrönen                   | -98 | 28.5.2017 tapiotg Espoo/Le    |
| Spjut - Keihäs (600g)        | 42.79       | Helga Himberg                      | -92 | 1.7.2010 Pihlputaa            |
| Slägga - Moukari (4kg)       | 67.93       | Sara Killinen                      | -1  | 15.4.2023 Walnut, Calif. USA  |
| 7-kamp - 7-ottelu            | 5580        | Junia Koivu                        | -93 | 8.5.2010 pk Töysä             |
|                              |             | Jessica Rautelin                   | -97 | 28.8.2016 SM Joensuu          |
|                              |             | 14.84(-1.5) 1.62 11.88 26.12(-1.1) |     |                               |
|                              |             | 5.82(1.7) 39.96 2:19.02            |     |                               |

|                       |          |                   |     |                       |
|-----------------------|----------|-------------------|-----|-----------------------|
| 3000m gång - kävely   | 13:08.30 | Mira Saastamoinen | -72 | 1994                  |
| 5000m gång - kävely   | 22:10.51 | Mira Saastamoinen | -72 | 4.7.1992 SM Jyväskylä |
| 10.000 m gång -kävely | 46:51.7h | Mira Saastamoinen | -72 | 15.7.1992 Espoo/La    |
| 5km gång -kävely      | 23:41    | Helena Åström     | -64 | 1986                  |
| 10km gång - kävely    | 47:14    | Mira Saastamoinen | -72 | 16.5.1992 SM Vantaa   |
| 20km gång - kävely    | 1:45.58  | Helena Åström     | -64 | 1986                  |

#### DAMER 19 - NAISET 19

|                                |             |                  |     |                              |
|--------------------------------|-------------|------------------|-----|------------------------------|
| 100m                           | 12.30 (0.8) | Martina Mickos   | -96 | 23.5.2008 ccs fin Gilroy USA |
|                                | 12.30 (1.4) | Kaisa Mikander   | -00 | 25.8.2017 SM Iisalmi         |
| 150m                           | 18.86 (0.4) | Kaisa Mikander   | -00 | 1.6.2017 Helsinki/E          |
| 200m                           | 25.20 (0.8) | Tiia Tammisalo   | -99 | 9.6.2018 jysk.g/Jyväskylä    |
|                                | 24.9h       | Katja Hagman     | -67 | 1985                         |
| 300m                           | 39.89       | Jessica Rautelin | -97 | 24.8.2013 SM Turku           |
| 400m                           | 55.97       | Jessica Rautelin | -97 | 22.8.2014 SM Kotka/K         |
| 600m                           | 1:32.91     | Meeri Salomaa    | -01 | 7.7.2020 Uusi alku Lahti     |
| 800m                           | 2:12.18     | Jemima Backman   | -92 | 25.6.2011 Kuortane           |
| 1500m                          | 4:37.18     | Marita Stenvik   | -69 | 21.8.1988 Parainen           |
| 3000m                          | 10:00.66    | Carla Häkli      | -68 | 2.8.1983 SM Ylivieska        |
| 5000m                          | 17:55.51    | Marita Stenvik   | -69 | 13.8.1988 SM Pihlputaa       |
| 100m häck -aidat (84cm)        | 13.84 (0.8) | Giia Lindström   | -87 | 17.8.2006 Beijing CHN        |
| 400m häck - aidat (76.2cm)     | 59.62       | Jessica Rautelin | -97 | 30.8.2014 mo Helsinki        |
| 2000m hinder - esteet (76.2cm) | 7:07.87     | Riitta Paasio    | -84 | 15.8.2003 SM Tornio          |
| 3000m hinder - esteet (76.2cm) | 11:23.06    | Riitta Paasio    | -84 | 10.8.2003 Helsinki           |
| Höjd - Korkeus                 | 1.68        | Kira Kytölä      | -93 | 5.8.2011 SM Turku            |
| Stav -Seiväs                   | 4.42        | Saga Andersson   | -00 | 25.8.2017 tähtitk Tampere    |
| Längd -Pituus                  | 6.16 (1.1)  | Iida Kalliomäki  | -98 | 27.6.2015 karn Jämsä         |
| Tresteg - Kolmiloikka          | 12.05 (1.0) | Giia Lindström   | -87 | 21.8.2005 SM Kajaani         |
| Kula - Kuula (4kg)             | 13.59       | Julia Nystrand   | -05 | 9.7.2023 SFIM Turku          |

|                                |              |   |     |  |
|--------------------------------|--------------|---|-----|--|
| Diskus -Kiekko (1kg)           | 45.04        | Susanna Törrönen  | -98 | 28.5.2017 tapiotg Espoo/Le             |
| Spjut - Keihäs (600g)          | 42.79        | Helga Himberg   | -92 | 1.7.2010 Pihlputaa                     |
| Slägga - Moukari (4kg)         | 59.72        | Taru Killinen   | -05 | 25.6.2023 juhannusk Saarijärvi         |
| 7-kamp - 7-ottelu              | 5580         | Jessica Rautelin  | -97 | 28.8.2016 SM Joensuu                   |
|                                |              | 14.84(-1.5) 1.62 11.88 26.12(-1.1)                                      |     |  |
|                                |              | 5.82(1.7) 39.96 2:19.02   |     |  |
| 3000m gång - kävely            | 13:40.5h     | Mira Saastamoinen   | -72 | 10.6.1991 ko Vantaa/T                  |
| 5000m gång - kävely            | 23:09.63     | Mira Saastamoinen   | -72 | 15.6.1991 mo Espoo/Le                  |
| 10km gång - kävely             | 48:28.0      | Mira Saastamoinen   | -72 | 14.9.1991 Tranås SWE                   |
| 4x100m                         | 47.02        | Salla Parviainen, Iida Kalliomäki,<br>Jessica Rautelin, Nadia Korkman   |     | 4.7.2016 SM Helsinki                   |
| 4x400m                         | 3:52.85      | Jenny Fagerstedt, Tinja Lindgren,<br>Céline Fogde, Jemima Backman       |     | 10.7.2010 SM Pedersöre                 |
| 3x800m                         | 6:56.06      | Jasmin Koivunen, Nadia Korkman,<br>Jessica Rautelin                     |     | 5.7.2014 SM Lahti                      |
| 4x800m                         | 9:46.71      | Nadia Korkman, Josefina Paqvalén,<br>Jasmin Koivunen, Jesica Rautelin   |     | 15.7.2012 SM Pori                      |
| 4x100m häck -aidat             | 59.23        | Jasmin Koivunen, Iida Kalliomäki,<br>Salla Parviainen, Jessica Rautelin |     | 3.7.2016 SM Helsinki                   |
| <b>DAMER 17 - NAISET 17</b>    |              |   |     |  |
| 100m                           | 12.30 (1.4)  | Kaisa Mikander  | -00 | 25.8.2017 SM Iisalmi                   |
| 150m                           | 18.86 (0.4)  | Kaisa Mikander  | -00 | 1.6.2017 Helsinki/E                    |
| 200m                           | 25.44 (0.6)  | Martina Mickos  | -90 | 20.4.2007 ccs top Los Gatos Calif. USA |
| 300m                           | 39.89        | Jessica Rautelin  | -97 | 24.8.2013 SM Turku                     |
| 400m                           | 55.97        | Jessica Rautelin  | -97 | 22.8.2014 SM Kotka/K                   |
| 600m                           | 1:38.15      | Noomi Malmgren  | -04 | 29.6.2020 58-Cup Vantaa/H              |
| 800m                           | 2:13.43      | Jessica Rautelin  | -97 | 2.8.2014 SM Kuopio                     |
| 1500m                          | 4:45.12      | Marita Stenvik  | -69 | 7.7.1985 Närpiö                        |
| 3000m                          | 10:16.22     | Gedi Wiander  | -67 | 21.7.1984 mo Helsinki                  |
| 100m häck -aidat (76.2cm)      | 13.80        | Martta Leppänen   | -84 | 27.8.2000 Bialystok POL                |
| 300m häck - aidat (76.2cm)     | 42.62        | Jessica Rautelin  | -97 | 25.8.2013 SM Turku                     |
| 400m häck - aidat (76.2cm)     | 59.62        | Jessica Rautelin  | -97 | 30.8.2014 mo Helsinki                  |
| 1500m hinder - esteet (76.2cm) | 5:20.54      | Jasmin Koivunen   | -97 | 5.7.2011 ne Valkeakoski                |
| 2000m hinder - esteet          | 7:44.85      | Astrid Mountclard   | -95 | 8.7.2011 WCh Villeneuve d'Ascq FRA     |
| Höjd - Korkeus                 | 1.66         | Minna Korpijaakko   | -66 | 26.7.1981 Kajaani                      |
| Stav -Seiväs                   | 4.42         | Saga Andersson  | -00 | 25.8.2017 tärttik Tampere              |
| Längd -Pituus                  | 6.16 (1.1)   | Iida Kalliomäki   | -98 | 27.6.2015 karn Jämsä                   |
| Tresteg - Kolmiloikka          | 11.91 (0.3)  | Ida Ounaslehto  | -00 | 13.6.2015 yag Espoo/Le                 |
| Kula - Kuula (3kg)             | 15.56        | Susanna Törrönen  | -98 | 31.7.2014 Espoo/E                      |
| Diskus -Kiekko (1kg)           | 42.17        | Susanna Törrönen  | -98 | 9.7.2012 Loviisa                       |
| Spjut - Keihäs (500g)          | 43.32        | Ella Råstedt  | -06 | 29.7.2022 Lohja jg Lohja               |
| Spjut - Keihäs (600g)          | 38.28        | Patricia Lönngren   | -91 | 21.9.2013 Maarianhamina                |
| Slägga - Moukari (3kg)         | 57.92        | Julia Nystrand  | -05 | 21.7.2022 Raasepori/K                  |
| Slägga - Moukari (4kg)         | 56.12        | Junia Koivu   | -93 | 8.5.2010 pk Töysä                      |
| 7-kamp - 7-ottelu (3kg)        | 5428         | Jessica Rautelin 14.12(0.8) 1.60 12.49                                  | -97 | 7.9.2014 SM Uusikaarlepyy              |
|                                |              | 25.20w(2.4) 5.58(0.6) 36.33 2:18.21                                     |     |  |
| 3000m gång - kävely            | 13:51.70     | Mira Saastamoinen   | -72 | 12.8.1988 SM Kankaanpää                |
| 5000m gång - kävely            | 23:45.3h     | Mira Saastamoinen   | -72 | 1988 PM Randers DEN                    |
| 5km kävely                     | 25:25        | Mira Saastamoinen   | -72 | 12.7.1987 PM Glimo SWE                 |
| 4x100m                         | 48.55        | Patricia Lönngren, Celine Fogde,<br>Martina Mickos, Nelly Widbom        |     | 2007                                   |
| 4x300m                         | 2:44.52      | Ida Ounaslehto, Jessica Rautelin,<br>Jasmin Koivunen, Nadia Korkman     |     | 6.7.2014 SM Lahti                      |
| 3x800m                         | 6:56.06      | Jasmin Koivunen, Nadia Korkman,<br>Jessica Rautelin                     |     | 5.7.2014 SM Lahti                      |
| 4x800m                         | 9:46.71      | Nadia Korkman, Josefina Paqvalén,<br>Jasmin Koivunen, Jesica Rautelin   |     | 15.7.2012 SM Pori                      |
| 4x100m häck - aidat            | 60.29        | Ida Ounaslehto, Meeri Salomaa, Riina<br>Rautelin, Saga Andersson        |     | 3.7.2016 SM Helsinki                   |
| <b>POJKAR 15 - POJAT 15</b>    |              |   |     |  |
| 80m                            | 9.81 (0.0)   | Elias Lindahl   | -01 | 27.6.2015 laxasp Halmstad SWE          |
| 100m                           | 11.54 (0.7)  | Fabian Björk  | -80 | 19.6.1995 FJG Espoo/Le                 |
| 150m                           | 18.19 (1.3)  | Rasmus Vuonoranta   | -06 | 26.5.2021 Espoo /Le                    |
| 300m                           | 37.56        | Elias Lindahl   | -01 | 7.8.2016 Vellinge SWE                  |
| 400m                           | 54.09        | Juha Laurila  | -79 | 30.7.1994 SFI Parainen                 |
| 600m                           | 1:41.11      | Jonny Tinnis  | -88 | 23.8.2001 Espoo                        |
| 800m                           | 2:04.50      | Olli Koivusalo  | -70 | 1985                                   |
| 1000m                          | 2:44.8h      | Olli Koivusalo  | -70 | 1984                                   |
| 1500m                          | 4:28.97      | Kim Kytölä  | -99 | 13.9.2014 sfi-serie Maarianhamina      |
| 2000m                          | 5:51.5h      | Niklas Rehula   | -65 | 10.6.1980 Vantaa/M                     |
| 100m häck - aidat (84cm)       | 14.56 (-0.5) | Kaspian Lindholm  | -08 | 26.7.2023 AM Riihimäki                 |
| 100m häck -aidat (91.4cm)      | 14.7h        | Peter Lönnqvist   | -62 | 1977                                   |

|   |             |   |     |                               |
|---|-------------|---|-----|-------------------------------|
| 200m häck - aidar (76.2cm)                                  | 29.56       | Max Rejström  | -81 | 19.8.1995 Espoo/Le            |
| 300m häck - aidat (76.2cm)                                  | 41.30       | Peter Westerlund  | -79 | 31.7.1994 SFI Parainen        |
| 1500m hinder -esteet  | 4:38.95     | Kim Kytölä  | -99 | 22.8.2014 SM Raisio           |
| 1000m gång - kävely   | 4:26.72     | Elmo Koivunen   | -94 | 23.5.2009 kävelycup Tuusula/H |
| 3000m gång -kävely  | 13:29.0h    | Jani Lehtinen   | -74 | 5.8.1989 pohjoism Äppelbo SWE |
| 5000m gång -kävely  | 23:27.1h    | SE Jani Lehtinen  | -74 | 19.8.1989 Helsinki            |
| 10000m gång - kävely  | 49:51.9     | Jani Lehtinen   | -74 | 15.7.1989 Raisio              |
| 10km gång - kävely  | 50:17.9     | Jani Lehtinen   | -74 | 22.5.1989 pim Tuusula/H       |
| Höjd -Korkeus   | 1.84        | Donatello Dallai  | -96 | 25.4.2011 Siena ITA           |
| Stav -Seiväs  | 3.60        | Nils-Henrik Wilkman   | -61 | 8.8.1976 Hyvinkää             |
|   |             | Dan Forsberg  | -61 | 26.9.1976 Kauniainen          |
| Längd - Pituus  | 6.17        | Peter Lönnqvist   | -62 | 1977                          |
| Tresteg - Kolmiloikka                                       | 13.36 (0.7) | Donatello Dallai  | -91 | 19.8.2011 SM Varkaus          |
| Kula - Kuula (4kg, 1995->)                                  | 14.39       | Sami Kankaanoja   | -90 | 2.10.2005 syyshetit Tuusula/J |
| Kula -Kuula (5kg, ->1994)                                   | 14.39       | Kari Kalliola   | -63 | 30.7.1978 SM Heinola          |
| Diskus - Kiekko (1kg, 1995->)                               | 57.28       | Sami Kankaanoja   | -90 | 17.9.2005 pk Espoo/E          |
| Slägga -Moukari (4kg, 1995->)                               | 50.02       | Tom Streng  | -87 | 28.7.2002 Lohja               |
| Spjut -Keihäs (600g, uusi 1999-                             | 65.51       | Elmer Keinänen  | -08 | 4.8.2023 SM Imatra            |
| Spjut -Keihäs (600g, v. >1998)                              | 57.36       | Harri Eklund  | -63 | 1978                          |
| 5-kamp - 5-ottelu (100mh, längd, spjut, stav, 1000m) 2007-> | 3027        | Elmer Keinänen  | -08 | 20.8.2023 SM Saarijärvi       |
|   |             | 15.70 (-0.1) 5.75 (0.1) 62.48 3.00                                |     |                               |
|   |             | 3:16.86   |     |                               |
| 4x100m  | 46.57       | Pekka Peltola, Rasmus Vuonoranta, Jasper Vilén, Jonatan Österholm |     | 11.9.2021 SM Oulu             |
| 4x800m  | 9:24.1      | E Mehtonen, Harry Westerlund, T Miettinen, Niklas Rehula          |     |                               |
| 4x80m häck  | 48.27       | Elmer Keinänen, Romary Pavlikov, Torsti Visuri, Kaspian Lindholm  |     | 18.6.2023 yag Nurmijärvi      |

#### POJKAR 14 - POJAT 14

|   |             |                   |     |                               |
|---|-------------|-------------------|-----|-------------------------------|
| 80m   | 9.81 (0.0)  | Elias Lindahl     | -01 | 27.6.2015 laxasp Halmstad SWE |
| 100m  | 11.69 (0.8) | Fabian Björk      | -80 | 27.8.1994 SM Kuopio           |
| 300m  | 38.70       | Romary Pavlikov   | -09 | 6.8.2023 SM Imatra            |
| 600m  | 1:41.11     | Jonny Tinnis      | -88 | 23.8.2001 Espoo               |
| 800m  | 2:06.84     | Olli Koivusalo    | -70 | 1984                          |
| 1000m   | 2:44.8h     | Olli Koivusalo    | -70 | 1984                          |
| 2000m   | 6:05.35     | Olli Koivusalo    | -70 | 26.8.1984 SM Mikkeli          |
| 100m häck - aidat (84cm)                                    | 14.62 (0.2) | Rado Lindberg     | -05 | 10.8.2019 SM Lahti            |
| 200m häck - aidar (76.2cm)                                  | 29.56 (w?)  | Max Rejström      | -81 | 19.8.1995 Espoo/Le            |
|   |             |                   |     | 26.7.2019                     |
| 300m häck - aidat (76.2cm)                                  | 44.51       | Rado Lindberg     | -05 | lohja jg Lohja                |
| 1500m hinder - esteet (76,2cm, 2009->)                      | 5:38.2h     | William Forstén   | -06 | 24.7.2020 Lohja jg Lohja      |
| 1000m gång -kävely  | 4:56.60     | Pekka Peltola     | -06 | 5.9.2020 seuracup Lahti       |
| 3000m gång -kävely  | 13:59.5h    | Jani Lehtinen     | -74 | 20.8.1988 Randers DEN         |
| 5000m gång -kävely  | 23:39.95    | SE Jani Lehtinen  | -74 | 12.8.1988 Kankaanpää          |
| 10000m gång - kävely  | 51:51.8h    | SE Jani Lehtinen  | -74 | 1988                          |
| Höjd -Korkeus   | 1.79        | Kari Kalliola     | -63 | 1977                          |
| Stav -Seiväs  | 3.30        | Kai Tanskanen     |     | 9.9.1978 SM Tampere           |
| Längd - Pituus  | 5.99 (0.5)  | Jonatan Österholm | -06 | 12.8.2020 seuracup Espoo/L    |
| Tresteg -Kolmiloikka  | 13.06 (0.9) | Donatello Dallai  | -96 | 21.8.2010 SM Helsinki/E       |
| Kula - Kuula (4kg)  | 44.973      | Kari Kalliola     | -63 | 1977                          |
| Diskus - Kiekko (1kg)                                       | 47.68       | Sami Kankaanoja   | -90 | 18.9.2004 pk Esbo/E           |
| Slägga -Moukari (4kg)                                       | 41.21       | Tom Streng        | -87 | 17.8.2001 SM Raisio           |
| Spjut -Keihäs(600g, u. 1999->)                              | 53.25       | Otto Lindroos     | -99 | 16.6.2013 yag Espoo/Le        |
| Spjut -Keihäs (600g, v. ->1998)                             | 55.24       | Jan-Erik Ollberg  | -61 | 1975                          |
| 5-kamp - 5-ottelu (100mh, längd, spjut, stav, 1000m) 2007-> | 2429        | Elmer Keinänen    | -08 | 17.9.2022 SM Lahti            |
|   |             | 5.38(0.5) 2.70    |     |                               |

#### POJKAR 13 - POJAT 13

|                           |             |                   |     |                                   |
|---------------------------|-------------|-------------------|-----|-----------------------------------|
| 60m                       | 35.612      | Fabian Björk      | -80 | 1992                              |
| 100m                      | 12.29 (0.9) | Fabian Björk      | -80 | 28.8.1993 SM Hamina               |
| 200m                      | 25.26       | Fabian Björk      | -80 | 1993                              |
| 300m                      | 42.8h       | Tom Gustafsson    | -63 | 13.9.1975 Helsinki                |
| 600m                      | 1:41.11     | Jonny Tinnis      | -88 | 23.8.2001 Espoo                   |
| 800m                      | 2:16.51     | Kristoffer Donner | -91 | 6.8.1994 FJG Vantaa/M             |
| 1000m                     | 3:03.0h     | Olli Koivusalo    | -70 | 1982                              |
|                           | 3:03.39     | Joona Soininen    | -08 | 14.8.2021 Porvoo                  |
| 1500m                     | 5:01.43     | Niklas Nyman      | -84 | 1997                              |
| 2000m                     | 6:36.55     | Joona Soininen    | -08 | 2.9.2021 pitkät ratam Kaarina(Lh) |
| 60m häck - aidat (76,2cm) | 9.87 (0.4)  | Kaspian Lindholm  | -08 | 12.8.2020 seuracup Espoo/L        |
| 200m häck - aidat         | 32.99       | Kaspian Lindholm  | -08 | 22.8.2020 pim Raasepori/K         |
|                           | 5:16.16     | Pekka Peltola     | -06 | 31.8.2019 scup fin Seinäjoki      |
| 2000m gång -kävely        | 10:42.7h    | Jani Lehtinen     | -74 | 1986                              |

|   |             |   |     |  |
|---|-------------|---|-----|--|
| 3000m gång -kävely  | 14:06.80    | Jani Lehtinen   | -74 | 22.8.1987 SM Orimattila                |
| Höjd -Korkeus   | 1.75        | Kari Kalliola   | -63 | 1976                                   |
| Stav -Seiväs  | 2.80        | Harri Westerlund  | -65 | 1978                                   |
| Längd - Pituus  | 5.46        | Kari Kalliola   | -63 | 1976                                   |
| Tresteg - Kolmiloikka                                       | 11.83 (0.9) | Paulus Roiha  | -80 | 28.8.1993 Hamina                       |
| Kula - Kuula (2,5kg, ->1995)                                | 15.88       | Kari Kalliola   | -63 | 1975                                   |
| Kula - Kuula (3kg, 1995->)                                  | 14.85       | Kari Kalliola   | -63 | 1976                                   |
| Diskus - Kiekko (600g,->2013)                               | 52.44       | Sami Kankaanoja   | -90 | 20.9.2003 pk Espoo/E                   |
| Diskus -Kiekko (750g, 2014->)                               | 40.75       | Kevin Jansson   | -10 | 30.9.2023 Espoo/E                      |
| Slägga -Moukari (3kg)                                       | 36.69       | Tom Streng  | -87 | 16.9.2000 Espoo/E                      |
| Spjut -Keihäs (400g)  | 51.34       | Elmer Keinänen  | -08 | 6.9.2021 Keihäskoulun syyskisa Espoo/L |
| 4-kamp - 4-ottelu (60m h, höjd, kula, 800m) 2007->          | 1899        | Elmer Keinänen 10.33(1.8) 1.56 10.20 2:35.86                      | -08 | 19.6.2021 pim Parainen                 |
| 4-kamp - 3-ottelu (60 h, höjd, kula, 600m) ->2006           | 1752        | Tommi Silvennoinen 11.14 (2.3) 1.51 10.46 1:51.25                 | -93 | 1.7.2006 pim Porvoo                    |
| 5-kamp - 5-ottelu (60m h, längd, spjut, diskus 800m) 2014-> | 2368        | Elmer Keinänen 10.21 (-1.2) 4.69 (1.1) 33.90 44.58 2:39.04        | -08 | 18.9.2021 pim Vantaa/T                 |
| 4x100m  | 52.93       | Rasmus Vuonoranta, Max Wrede, Mikael Böckerman, Jonatan Österholm |     | 26.7.2019 Lohja junior games Lohja     |
| 4x600m  | 7:23.93     | Henrik Järvikare, Kim Kytölä, Otto Lindroos, Wiljam Antell        |     | 10.6.2012 pim Parainen                 |
| 4x60m häck  | 44.80       | Henrik Järvikare, Matias Kari, Otto Lindroos, Robin von Bonsdorff |     | 10.6.2012 pim Parainen                 |

## POJKAR 12

|  |             |  |     |                                  |
|--|-------------|--|-----|----------------------------------|
| 60m  | 7.97        | Fabian Björk   | -80 | 1992                             |
| 100m   | 13.36       | Andreas Nyman  | -89 | 5.8.2001 Helsinki /E             |
| 150m   | 21.33 (3.2) | Robert Nemlander   | -88 | 30.5.1999 ka Helsinki/E          |
| 200m   | 27.9h       | Andreas Nyman  | -89 | 31.5.2001 Kauniainen             |
| 300m   | 42.8h       | Tom Gustafsson   | -63 | 13.9.1975 Helsinki               |
| 600m   | 1:46.82     | Robert Nemlander   | -88 | 12.6.1999 FJG Espoo/Le           |
|  | 1:45.9h     | William Antell   | -00 | 11.9.2012 koulu Kauniainen       |
| 800m   | 2:40.32     | Anton Pennanen   | -09 | 23.9.2018 sem Helsinki/P         |
| 1000m  | 3:03.0h     | Olli Koivusalo   | -70 | 1982                             |
| 1500m  | 5:11.17     | Niklas Nyman   | -84 | 31.8.1996 am Lappeenranta        |
| 60m häck - aidat (76,2cm)                                | 9.87 (0.4)  | Kaspian Lindholm   | -08 | 12.8.2020 seuracup Espoo/L       |
|  | 10.2h       | Teemu Kanerva  | -78 | 1990                             |
| 200m häck - aidat  | 32.99       | Kaspian Lindholm   | -08 | 22.8.2020 pim Raasepori/K        |
| 1000m gång -kävely                                       | 5:34.78     | William Forstén  | -09 | 10.6.2017 YAG Lahti/R            |
| 2000m gång -kävely                                       | 10:42.7h    | Jani Lehtinen  | -74 | 1986                             |
| Höjd -Korkeus  | 1.54        | Kari Kalliola  | -63 | 1975                             |
| Stav -Seiväs   | 2.61        | Harri Westerlund   | -65 | 1977                             |
| Längd - Pituus   | 5.33        | Paulus Roiha   | -80 | 1992                             |
| Tresteg - Kolmiloikka                                    | 11.12       | Paulus Roiha   | -80 | 1992                             |
| Kula - Kuula (2,5kg, ->1995)                             | 15.88       | Kari Kalliola  | -63 | 1975                             |
| Kula - Kuula (3kg, 1995->)                               | 11.85       | Sami Kankaanoja  | -63 | 21.9.2002 pk Espoo/E             |
| Diskus - Kiekko (600g,-2014)                             | 47.45       | Sami Kankaanoja  | -90 | 21.9.2002 pk Espoo/E             |
| Diskus -Kiekko (750g 2014->)                             | 33.65       | Kevin Jansson  | -10 | 16.7.2022 Kouvola g. Kuusankoski |
| Slägga -Moukari (2,5kg)                                  | 29.40       | Kim Juslin   | -88 | 7.10.2000 Espoo/E                |
| Spjut -Keihäs (400g)                                     | 44.15       | Elmer Keinänen   | -08 | 4.8.2020 tilastopaja Turku       |
| 4-kamp - 4-ottelu (60m h, höjd, kula, 800m) 2007->       | 1383        | Kasper Kanerva 10.92 (-1.6) 6.89 1.35 2:42.42              | -07 | 19.6..2019 pim Sipoo             |
| 4-kamp (60m h, höjd, kula, 600m) ->2006                  | 1539        | Alexis Troberg 10.60 1.33 7.61 1:49.53                     | -89 | 7.7.2001 Kauniainen              |
| 5-kamp - 5-ottelu (60m h, längd, höjd, spjut 800m)2014-> | 1855        | Elmer Keinänen 11.25 (-2.2) 4.40 (0.7) 25.85 43.24 3:01.44 | -08 | 9.8.2020 pim Parainen            |

## POJKAR 11 - POJAT 11

|                             |              |                  |     |                                   |
|-----------------------------|--------------|------------------|-----|-----------------------------------|
| 60m                         | 8.35         | Paulus Roiha     | -80 | 1991                              |
| 100m                        | 14.47 (-0.8) | Adrian Jakobsson | -09 | 20.8.2020 Hyvän tuulen Helsinki/E |
| 150m                        | 21.33 (3.2)  | Robert Nemlander | -88 | 30.5.1999 ka Helsinki/E           |
| 400m                        | 70.97        | Anton Pennanen   | -09 | 23.9.2018 sem Helsinki/P          |
| 600m                        | 1:46.82      | Robert Nemlander | -88 | 12.6.1999 FJG Espoo/Le            |
| 800m                        | 2:40.32      | Anton Pennanen   | -09 | 23.9.2018 sem Helsinki/P          |
| 1000m                       | 3:13.68      | Joona Soininen   | -08 | 16.6.2019 YAG Lahti               |
| 60m häck - aidat (60cm)     | 10.09 (1.1)  | Adrian Jakobsson | -09 | 5.9.2020 seuracup Lahti           |
| 1000m gång -kävely          | 5:34.78      | William Forstén  | -06 | 10.6.2017 YAG Lahti/R             |
| Höjd -Korkeus               | 1.51         | Paulus Roiha     | -80 | 1991                              |
| Stav -Seiväs                | 2.30         | Teemu Kanerva    | -78 | 1989                              |
|                             | 2.30         | Harri Westerlund | -65 | 1976                              |
| Längd - Pituus (zon)        | 4.64         | Paulus Roiha     | -80 | 1991                              |
| Tresteg - Kolmiloikka (zon) | 10.09        | Paulus Roiha     | -80 | 1991                              |
| Kula - Kuula (2,5kg)        | 12.95        | Kari Kalliola    | -65 | 15.7.1974 SM Helsinki             |

|  |         |   |     |           |                 |
|--|---------|---|-----|-----------|-----------------|
| Diskus - Kiekko (600g)                             | 35.05   | Sami Kankaanoja   | -90 | 11.8.2001 | pim Sipoo       |
| Slägga -Moukari (2,5kg)                            | 24.81   | Kim Juslin  | -88 | 11.9.1999 | Espoo/E         |
| Spjut -Keihäs (400g)                               | 43.22   | Juha-Pekka Pusa   | -71 | 1982      |                 |
| 3-kamp - 3-ottelu (60m, längd, kula)               | 1012    | Alexis Troberg 8.95 (1.5) 4.13 7.39                               | -89 | 10.9.2000 | Turku           |
| 4-kamp - 4-ottelu (60m h, höjd, spjut 800m) 2007-> | 1308    | Elmer Keinänen 11.51 136 31.30 2:56.62                            | -08 | 10.8.2019 | pm Kirkkonummi  |
| 4x50m  | 28.61   | Torsti Visuri, Adrian jakobsson, Elmer Keinänen, Kaspian Lindholm |     | 24.8.2019 | pim Raasepori/K |
| 4x600m   | 7:51.83 | Max Sundholm, Tommy Carlsson, Anton Pennanen, Joona Soininen      |     | 14.6.2019 | yag Lahti       |
| 4x60m häck   | 43.88   | Tommy Carlsson, Adrian Jakobsson, Max Sundholm, Kaspian Lindholm  |     | 14.6.2019 | yag Lahti       |

#### POJKAR 10 -POJAT 10

|  |              |   |     |           |                    |
|--|--------------|---|-----|-----------|--------------------|
| 60m  | 8.68         | Paulus Roiha                              | -80 | 1990      |                    |
|  | 8.68 (3.4)   | Adrian Jakobsson                          | -09 | 15.6.2019 | YAG Lahti          |
| 150m   | 22.21        | Adrian Jakobsson                          | -09 | 12.9.2019 | sem Raasepori/K    |
| 200m   | 30.81        | Paulus Roiha                              | -80 | 1990      |                    |
| 400m   | 70.97        | Anton Pennanen                            | -09 | 23.9.2018 | sem Helsinki/P     |
| 600m   | 1:50.06      | Anton Pennanen                            | -09 | 5.6.2019  | pk Espoo/Le        |
| 800m   | 2:40.32      | Anton Pennanen                            | -09 | 23.9.2018 | sem Helsinki/P     |
| 1000m  | 3:16.78      | Anton Pennanen                            | -09 | 31.8.2019 | scup fin Seinäjoki |
| 60m häck - aidar (60cm)                            | 10.95 (-1.9) | Adrian Jakobsson                          | -09 | 8.9.2019  | pim Parainen       |
| 60m häck - aidat (50cm)                            | 10.92 (1.3)  | Niklas Ahlfors                            | -93 | 6.8.2003  | vattenfall Porvoo  |
| 1000m gång -kävely                                 | 5:57.3h      | William Forstén                           | -06 | 5.7.2016  | pk Alavus/T        |
| Höjd -Korkeus                                      | 1.40         | Marcus Grönholm                           | -68 | 1978      |                    |
| Stav -Seiväs                                       | 2.20         | Kaj Lindstedt                             | -53 | 1963      |                    |
| Längd - Pituus (zon)                               | 4.56         | Paulus Roiha                              | -80 | 1990      |                    |
| Tresteg - Kolmiloikka (zon)                        | 9.40         | Marcus Grönholm                           | -68 | 1978      |                    |
| Kula - Kuula (2,5kg)                               | 10.08        | Jan-Erik Ollberg                          | -61 | 1971      |                    |
| Diskus - Kiekko (600g)                             | 30.58        | Sami Kankaanoja                           | -90 | 19.8.2000 | pim Hanko          |
| Slägga -Moukari (2,5kg)                            | 22.35        | Kim Juslin                                | -88 | 26.8.1998 | Espoo/E            |
| Spjut -Keihäs (400g)                               | 41.40        | Juha-Pekka Pusa                           | -71 | 1981      |                    |
| 3-kamp - 3-Ottelu (60m, längd, kula) 1996->        | 948          | Otto Lindroos 9.23 (2.9) 4.09 7.40        | -99 | 27.6.2009 | pim Lohja          |
| 3-kamp - 3-Ottelu (gamla poängtabeller) ->1996     | 1466         | Niklas Roiha                              | -84 | 1994      |                    |
| 4-kamp - 4-ottelu (60m h, höjd, spjut 800m) 2007-> | 978          | Mikael Böckerman 12.51 1.04 26.98 2:53.52 | -06 | 13.8.2016 | Raasepori/K        |

#### POJKAR 9 - POJAT 9

|   |             |   |     |           |                         |
|---|-------------|---|-----|-----------|-------------------------|
| 40m   | 6.59 (-2.4) | Juuso Fredriksson   | -09 | 16.6.2018 | yag Espoo/L             |
| 60m   | 9.07        | Paulus Roiha  | -80 | 1989      |                         |
| 150m  | 23.28       | Adrian Jakobsson  | -09 | 8.8.2018  | seuracup Espoo/O        |
| 400m  | 70.97       | Anton Pennanen  | -09 | 23.9.2018 | sem Helsinki/P          |
| 600m  | 1:54.50     | Anton Pennanen  | -09 | 4.9.2018  | koulu Espoo/Le          |
| 800m  | 2:40.32     | Anton Pennanen  | -09 | 23.9.2018 | sem Helsinki/P          |
| 1000m   | 3:23.43     | Anton Pennanen  | -09 | 18.8.2018 | pim Raasepori/K         |
| 40m häck - aidat (50cm)                             | 45505       | Tommy Carlsson  | -09 | 8.7.2018  | lohja jg Lohja          |
| 600m gång -kävely                                   | 3:36.3      | Eddi Hagman   | -04 | 3.9.2013  | sem Espoo/K             |
| Höjd -Korkeus                                       | 1.28        | Paulus Roiha  | -80 | 1989      |                         |
| Stav -Seiväs  | 1.80        | Janne Kämärinen   | -14 | 15.8.2023 | Aktia Games Raasepori/K |
| Längd - Pituus (zon)                                | 4.05        | Paulus Roiha  | -80 | 1989      |                         |
| Kula - Kuula (2kg)                                  | 9.16        | Jan-Erik Ollberg  | -61 | 1970      |                         |
| Diskus - Kiekko (600g)                              | 25.65       | Sami Kankaanoja   | -90 | 22.8.1999 | pim Turku               |
| Slägga - Moukari (2,5kg)                            | 18.08       | Otso Uusitalo   | -03 | 9.7.2012  | pk Helsinki/E           |
| Spjut -Keihäs (400g)                                | 23.61       | Adrian Jakobsson  | -09 | 12.9.2018 | 58-cup Vantaa/T         |
| Bollkast -Pallonheitto                              | 41.74       | Theo Lindroos   | -01 | 25.8.2010 | sem Espoo/Le            |
| 3-kamp- - 3-otelu (40/60m, pituus, kuula) v. 2007-> | 845         | Juuso Fredriksson 6.63 3.87 6.54                              | -09 | 20.6.2018 | pim Sipoo               |
| 3-kamp - 3-ottelu (40m, pituus, pallo) ->2006       | 1227p       | Dan Tauriola  | -85 | 1994      |                         |
| 4-kamp - 4-ottelu (40m, höjd, spjut, 800m) 2014->   | 713p        | Mikael Böckerman 7.31, 1.00, 22.30, 3:12.49                   | -06 | 4.7.2015  | pim Raasepori/K         |
| 4x50m   | 31.70       | Tommy Carlsson, Patrik Hillberg, Eino Maura, Adrian Jakobsson |     | 14.6.2018 | yag Espoo/L             |
| 4x400m  | 5:12.59     | Tommy Carlsson, Adrian Jakobsson, Eino Maura, Anton Pennanen  |     | 14.6.2018 | yag Espoo/L             |

#### FLICKOR 15 - TYTÖT 15



|  |              |  |     |                               |
|--|--------------|--|-----|-------------------------------|
| 80m  | 10.41 (1.3)  | Anette Forss   | -93 | 8.9.2001 SFSI Loviisa         |
| 100m   | 12.44 (1.7)  | Ida Ounaslehto   | -00 | 12.7.2015 SFI Kruunupyö/A     |
| 150m   | 19.89 (0.3)  | Ida Ounaslehto   | -00 | 2.6.2013 kultake/Hämeenlinna  |
| 200m   | 25.73 (1.1)  | Ida Ounaslehto   | -00 | 28.7.2015 ne Valkeakoski      |
| 300m   | 40.70        | Jessica Rautelin   | -97 | 13.6.2012 vattenfall Espoo/Le |
| 400m   | 58.06        | Jessica Rautelin   | -97 | 6.6.2012 ne Valkeakoski       |
| 600m   | 1:40.98      | Jemima Backman   | -92 | 20.8.2006 koulu Kauniainen    |
| 800m   | 2:14.47      | Marita Stenvik   | -69 | 15.6.1984 pim Siuntio         |
| 1500m  | 4:49.68      | Marjaana Rautelin  | -69 | 16.6.1984 pim Siuntio         |
| 2000m  | 6:45.17      | Noomi Malmgren   | -04 | 31.8.2019 scup fin Seinäjoki  |
| 3000m  | 10:42.9h     | Marjaana Rautelin  | -69 | 12.9.1983 Helsinki/E          |
| 1500m hinder -esteet                                       | 5:20.54      | Jasmin Koivunen  | -97 | 5.7.2011 ne Valkeakoski       |
| 80m häck - aidat (76.2cm)                                  | 11.71 (1.3)  | Ida Ounaslehto   | -00 | 13.6.2015 yag Espoo/Le        |
| 100m häck - aidat (76.2cm)                                 | 14.91 (-0.5) | Jessica Rautelin   | -97 | 21.7.2012 ne Kuopio           |
| 100m häck - aidat (84cm)                                   | 15.71        | Céline Fogde   | -92 | 12.7.2007 pim Porvoo          |
| 200m häck - aidar (76.2cm)                                 | 29.27        | Jessica Rautelin   | -97 | 8.9.2012 SFI Mariehamn        |
| 300m häck - aidat (76.2cm)                                 | 45.88        | Ida Ounaslehto   | -00 | 8.8.2015 ka Tuusula/H         |
| 400m häck - aidat  | 64.21        | Jessica Rautelin   | -97 | 25.8.2012 SM Lahti            |
| 3000m gång -kävely   | 14:14.54     | Mira Saastamoinen  | -72 | 17.7.1987 SM Kuusankoski      |
| 5000m gång -kävely   | 25:17.0h     | Mira Saastamoinen  | -72 | 1.8.1987 kv Kyrksäteröra SWE  |
| 5km gång -kävely   | 26:25        | Mira Saastamoinen  | -72 | 12.7.1987 PM Gimo SWE         |
| 10km gång -kävely  | 54:55        | Mira Saastamoinen  | -72 | 13.9.1987                     |
| Höjd - Korkeus   | 1.66         | Minna Korpjaakko   | -66 | 26.7.1981 SM Kajaani          |
| Stav -Seiväs   | 3.95         | Saga Andersson   | -00 | 19.7.2015 eyof Utrecht NED    |
| Längd - Pituus   | 5.61 (1.1)   | Ida Ounaslehto   | -00 | 8.8.2015 ka Tuusula/H         |
| Tresteg - Kolmiloikka                                      | 11.91 (0.3)  | Ida Ounaslehto   | -00 | 13.6.2015 yag Espoo/Le        |
| Kula - Kuula (3kg)   | 15.09        | Susanna Törrönen   | -98 | 21.6.2013 juhannusk Ikaalinen |
| Diskus - Kiekko (750g)                                     | 49.00        | Susanna Törrönen   | -98 | 5.6.2012 pk Kirkkonummi/V     |
| Slägga -Moukari (3kg)                                      | 50.52        | Julia Nystrand   | -05 | 24.7.2020 Lohja jg Lohja      |
| Spjut -Keihäs (400g)                                       | 45.52        | Katja Nyberg   | -79 |                               |
| 5-kamp - 5-ottelu (80m h, längd, spjut, höjd, 800m) 1999-> | 2813         | Ida Ounaslehto (11.73/-0.4 5.58/0.6 36.95 2:36.59)                 | -00 | 6.9.2015 Huittinen            |
| 4x100m   | 49.88        | Kaisla Torppa, Marielle Gustafsson, Saga Andersson, Ida Ounaslehto |     | 4.7.2015 SM Seinäjoki         |
| 4x300m   | 2:56.76      | Sofia Fernholm, Jessica Rautelin, Jasmin Koivunen, Aurora Troberg  |     | 7.6.2011 pim Tuusula/H        |
| 4x800m   | 9:46.71      | Nadia Korkman, Josefina Paqvalén, Jasmin Koivunen, Jesica Rautelin |     | 15.7.2012 SM Pori             |
| 4x80m häck   | 48.91        | Jessica Rautelin, Sofia Fernholm Nadia Korkman, Jasmin Koivunen    |     | 14.7.2012 SM Pori             |

#### FLICKOR 14 - TYTÖT 14

|  |              |   |     |                                |
|--|--------------|---|-----|--------------------------------|
| 80m  | 10.41 (1.3)  | Anette Forss  | -93 | 8.9.2001 SFSI Loviisa          |
| 100m   | 12.48 (1.0)  | Nina Pursiainen   | -83 | 9.7.1997 pim Espoo/Le          |
| 150m   | 19.89 (0.3)  | Ida Ounaslehto  | -00 | 2.6.2013 kultake/Hämeenlinna   |
| 200m   | 26.05 (-0.7) | Ida Ounaslehto  | -00 | 27.7.2014 pim Espoo/Le         |
| 300m   | 42.46        | Noomi Malmgren  | -04 | 12.8.2018 SM Saarijärvi        |
| 400m   | 60.30        | Jessica Rautelin  | -97 | 5.7.2011 ne Valkeakoski        |
| 600m   | 1:40.98      | Jemima Backman  | -92 | 20.8.2006 koulu Kauniainen     |
| 800m   | 2:18.65      | Noomi Malmgren  | -04 | 3.7.2018 tilastopaja Turku     |
| 1500m  | 4:54.77      | Noomi Malmgren  | -04 | 20.6.2018 ne Vantaa/T          |
| 2000m  | 6:53.21      | Jemima Backman  | -90 | 26.8.2006 vattenfall Kerava    |
| 3000m  | 10:42.9h     | Marjaana Rautelin   | -69 | 12.9.1983 Helsinki/E           |
| 1500, hinder -esteet                                       | 5:20.54      | Jasmin Koivunen   | -97 | 5.7.2011 ne Valkeakoski        |
| 80m häck - aidat (76.2cm)                                  | 11.85 (-1.5) | Ida Ounaslehto  | -00 | 10.8.2014 Helsinki/E           |
| 100m häck - aidat (76.2cm)                                 | 15.64 (0.7)  | Jessica Rautelin  | -97 | 31.8.2011 sfiserien Espoo/Le   |
| 200m häck - aidar (76.2cm)                                 | 29.96 (0.2)  | Jessica Rautelin  | -97 | 12.8.2011 Varkaus              |
| 300m häck - aidat (76.2cm)                                 | 47.07        | Ida Ounaslehto  | -00 | 27.8.2014 tilastopaja Turku    |
| 3000m gång -kävely   | 15:09.2h     | Mira Saastamoinen   | -72 | 15.9.1986 Vantaa               |
| 5000m gång -kävely   | 26:23.3h     | Mira Saastamoinen   | -72 | 1986                           |
| Höjd - Korkeus   | 1.62         | Minna Korpjaakko  | -66 | 2.8.1980 Sipoo                 |
| Stav -Seiväs   | 3.80         | SE Meeri Salomaa  | -01 | 11.7.2015 Kruunupyö            |
| Längd - Pituus   | 5.40 (-2.0)  | Saga Andersson  | -00 | 19.7.2014 SFI Pedersöre        |
| Tresteg - Kolmiloikka                                      | 11.64 (0.6)  | Ida Ounaslehto  | -00 | 13.7.2014 janakkalag Janakkala |
| Kula - Kuula (3kg)   | 13.97        | Ida Ounaslehto  | -00 | 24.8.2014 SM Raisio            |
| Diskus - Kiekko (750g)                                     | 49.00        | Susanna Törrönen  | -98 | 13.9.2012 koulu Sipoo          |
| Slägga -Moukari (3kg)                                      | 43.57        | Susanna Törrönen  | -98 | 5.6.2012 pk Kirkkonummi/V      |
| Spjut -Keihäs (400g)                                       | 45.52        | Julia Nystrand  | -05 | 7.7.2019 SFIM Raseborg/K       |
| 5-kamp - 5-ottelu (80m h, längd, spjut, höjd, 800m) 1999-> | 2615         | Katja Nyberg  | -79 | 1993                           |
|  |              | Ida Ounaslehto (11.94 (0.3) 5.19(0.8) 37.89 1.60 2.44.39) | -00 | 6.9.2014 SM Uusikaarlepyy      |

#### FLICKOR 13 - TYTÖT 13

|   |              |  |     |           |                      |
|---|--------------|--|-----|-----------|----------------------|
| 60m   | 8.04 (-0.2)  | Ida Ounaslehto   | -00 | 15.6.2013 | yag Espoo/Le         |
| 100m  | 13.19 (0.5)  | Nelly Widbom   | -90 | 17.7.2003 | pim Parainen         |
| 150m  | 19.89 (0.3)  | Ida Ounaslehto   | -00 | 2.6.2013  | kultake Hämeenlinna  |
| 200m  | 26.78 (1.1)  | Ida Ounaslehto   | -00 | 30.6.2013 | vus Göteborg SWE     |
| 300m  | 43.84        | Marita Stenvik   | -69 | 5.9.1982  | SM Jyväskylä         |
| 600m  | 1:42.65      | Jemima Backman   | -92 | 1.6.2004  | vattenfall Karjaa    |
| 800m  | 2:25.76      | Jemima Backman   | -92 | 10.6.2004 | pk Kauniainen        |
| 1000m   | 3:16.10      | Jasmin Koivunen  | -97 | 28.8.2010 | vattenfall Tuusula   |
| 1500m   | 5:00.23      | Jemima Backman   | -92 | 17.7.2004 | Turku                |
| 1500m hinder -esteet                                      | 5:30.77      | Jasmin Koivunen  | -97 | 8.9.2010  | pim Helsinki         |
| 60m häck - aidat (76,2cm)                                 | 9.46 (-2.6)  | Ida Ounaslehto   | -00 | 16.6.2013 | yag Espoo/Le         |
| 200m häck -aidat  | 31.74 (1.1)  | Wilma Jungar   | -02 | 25.7.2015 | pim Vaasa            |
| 400m häck -aidat  | 80.15        | Ella Paukku  | -04 | 14.9.2016 | omöro Espoo/Le       |
| 1000m gång -kävely  | 4:57.42      | Karita Hukkanen  | -86 | 29.6.1997 | Kokemäki             |
| 2000m gång -kävely  | 10:27.55     | Matilda Pennanen   | -07 | 3.9.2019  | pim Naantali         |
| 3000m gång -kävely  | 15:17.0h     | Mira Saastamoinen  | -72 | 26.7.1985 | SM Oulu              |
| Höjd - Korkeus  | 1.55         | Minna Korpijaakko  | -66 | 12.8.1979 | Sipoo                |
| Stav -Seiväs  | 3.56         | Saga Andersson   | -00 | 4.9.2013  | stavcup Porvoo       |
| Längd - Pituus  | 5.22 (-0.7)  | Ida Ounaslehto   | -00 | 13.7.2013 | janakkalag Janakkala |
| Tresteg - Kolmiloikka                                     | 10.93 (-1.0) | Ida Ounaslehto   | -00 | 2.6.2013  | kultake Hämeenlinna  |
| Kula - Kuula (2,5kg)                                      | 13.50        | Susanna Törrönen   | -98 | 9.10.2011 | Espoo/E              |
| Diskus - Kiekko (600g)                                    | 49.52        | Susanna Törrönen   | -98 | 27.8.2011 | syssh Porvoo         |
| Slägga -Moukari (2,5kg)                                   | 40.62        | Marielle Gustafsson  | -00 | 29.9.2013 | 30juhla Espoo/E      |
| Spjut -Keihäs (400g)                                      | 39.70        | Liisa Alonen   | -74 | 1987      |                      |
| 4-kamp - 4-ottelu (60m h, längd, kula, 800m) 2007->       | 1614         | Jessica Rautelin   | -97 | 27.6.2009 | pim Lohja            |
| 4-kamp - 4-ottelu (60m h, längd, kula, 600m)->2006        | 1782         | Annika Tauriola  | -82 | 1994      |                      |
| 5-kamp - 5-ottelu (60m h, längd, spjut, höjd, 800m)2014-> | 1638         | Elsa Keinänen  | -06 | 10.8.2019 | pm Kirkkonummi       |
| 4x100m  | 52.47        | 11.35 4.29 137 35.35 3:16.39<br>Nicole Gustafsson, Marielle Gustafsson, Saga Andersson, Ida Ounaslehto |     | 14.6.2013 | yag Espoo/Le         |
| 4x600m  | 7:36.6h      | Nadia Korkman, Josefina Paqvalén, Jessica Rautelin, Jasmin Koivunen                                    |     | 13.6.2010 | pim hanko            |
| 4x60m häck  | 42.59        | Ida Ounaslehto, Molly Pastewka, Marielle Gustafsson, Saga Andersson                                    |     | 16.6.2013 | yag Espoo/Le         |

#### FLICKOR 12 - TYTÖT 12

|  |              |   |     |            |                      |
|--|--------------|---|-----|------------|----------------------|
| 60m  | 8.43 (2.6)   | Céline Fogde  | -92 | 31.7.2004  | junior g Lohja       |
| 100m   | 13.81 (-0.5) | Nelly Widbom  | -90 | 8.7.2002   | pk Kauniainen        |
| 200m   | 27.69 (3.8)  | Saga Andersson                                      | -00 | 5.8.2012   | pim Porvoo           |
| 300m   | 47.28        | Unni Björkskog                                      | -77 | 1988       |                      |
| 400m   | 69.16        | Frida Blomfelt                                      | -08 | 1.6.2020   | 400m Helsinki E      |
| 600m   | 1:42.65      | Jemima Backman                                      | -92 | 1.6.2004   | vattenfall Karjaa    |
| 800m   | 2:25.76      | Jemima Backman                                      | -92 | 10.6.2004  | pk Kauniainen        |
| 1000m  | 3:23.27      | Jasmin Koivunen                                     | -97 | 29.8.2009  | vattenfall Kerava    |
| 1500m  | 5:00.23      | Jemima Backman                                      | -92 | 17.7.2004  | esterkarn Turku      |
| 1500m hinder - esteet                                    | 7:01.61      | Ella Rästedt  | -06 | 16.8.2018  | kunta Lempäälä       |
| 60m häck - aidat (76,2cm)                                | 10.03 (0.8)  | Saga Andersson                                      | -92 | 13.6.2012  | vattenfall Espoo/Le  |
| 200m häck - aidat  | 35.49 (2.3)  | Frida Blomfelt                                      | -08 | 8.9.2020   | Aktia ig Raasepori/K |
| 1000m gång -kävely                                       | 4:57.42      | Karita Hukkanen                                     | -86 | 29.6.1997  | Kokemäki             |
| 2000m gång -kävely                                       | 10:27.55     | Matilda Pennanen                                    | -07 | 3.9.2019   | pim Naantali         |
| Höjd - Korkeus   | 1.46         | Minna Korpijaakko                                   | -66 | 1978       |                      |
| Stav -Seiväs   | 3.22         | SE Saga Andersson                                   | -00 | 14.8.2012  | pim Raasepori/K      |
| Längd - Pituus   | 4.75         | Saga Andersson                                      | -00 | 26.6.2012  | Espoo/Le             |
| Tresteg - Kolmiloikka                                    | 9.93         | Saara Kari  | -94 | 28.9.2006  | koulu Espoo/Le       |
| Kula - Kuula (2,5kg)                                     | 9.73         | Annika Pynnä  | -90 | 21.7.2002  | Janakkala            |
| Diskus - Kiekko (600g)                                   | 26.46        | Ella Rästedt  | -06 | 8.7.2018   | lohja ig Lohja       |
| Slägga -Moukari (2,5kg)                                  | 29.28        | Julia Nystrand                                      | -05 | 15.10.2017 | heittok Espoo/E      |
| Spjut -Keihäs (400g)                                     | 36.94        | Katja Nyberg  | -79 | 1991       |                      |
| 4-kamp - 4-ottelu (60m h, längd, kula, 800m) 2007->      | 1614         | Jessica Rautelin                                    | -97 | 27.6.2009  | pim Lohja            |
| 4-kamp - 4-ottelu (60m h, längd, kula, 600m)->2006       | 1782         | 10.18 (0.4), 4.47, 8.40, 2:41.40<br>Annika Tauriola | -82 | 1994       |                      |
| 5-kamp - 5-ottelu (60m h, längd, höjd, spjut 800m)2014-> | 1363         | Frida Blomfelt                                      | -08 | 9.8.2020   | pim Parainen         |
|  |              | 11.83(-3.9) 4.35(1.8) 17.14 123 2:49.42             |     |            |                      |

#### FLICKOR 11 - TYTÖT 11

|      |             |                |     |           |                   |
|------|-------------|----------------|-----|-----------|-------------------|
| 60m  | 20668       | Saga Andersson | -00 | 20.8.2011 | pim Kirkkonummi   |
| 150m | 21.24       | Saga Andersson | -00 | 21.8.2011 | pim Kirkkonummi   |
| 200m | 32.03 (1.0) | Frida Blomfelt | -08 | 9.7.2019  | tilastopaja Turku |
| 300m | 47.28       | Unni Björkskog | -77 | 1988      |                   |

|   |             |   |     |                                      |
|---|-------------|---|-----|--------------------------------------|
| 400m  | 72.97       | Anna Ristimäki  | -10 | 10.7.2021 Klaukkala Games Nurmijärvi |
| 600m  | 1:46.38     | Jemima Backman  | -92 | 31.8.2003 Helsinki/E                 |
| 800m  | 2:33.63     | Jemima Backman  | -92 | 13.9.2003 Karjaa                     |
| 1000m   | 3:24.59     | Anna Ristimäki  | -10 | 4.9.2021 Seuracup Pori               |
| 1500m   | 5:47.76     | Kesia Backman   | -93 | 17.7.2004 estekarn Turku             |
| 60m häck - aidat (50cm)                             | 41548       | Jemima Backman  | -90 | 17.8.2003 Helsinki/V                 |
| 60m häck - aidat (60cm)                             | 10:58 (2.2) | Frida Blomfelt  | -08 | 28.7.2019 Kouvola jg Kouvola         |
| 1000m gång -kävely                                  | 4:57.42     | Karita Hukkanen   | -86 | 29.6.1997 Kokemäki                   |
| 2000m gång -kävely                                  | 10:39.37    | Karita Hukkanen   | -86 | 15.6.1997 FJG Espoo/Le               |
| Höjd - Korkeus                                      | 1.38        | Jessica Rautelin  | -97 | 8.6.2008 Helsinki/E                  |
| Stav -Seiväs  | 2.56        | Saga Andersson  | -00 | 7.9.2011 pim Lahti                   |
| Längd - Pituus (zon)                                | 4.61        | Saga Andersson  | -00 | 24.8.2011 sem Espoo/Le               |
| Tresteg - Kolmiloikka (zon)                         | 9.36        | Annika Pynnä  | -90 | 11.8.2001 pim Sipoo                  |
| Kula - Kuula (2kg)                                  | 9.13        | Annika Pynnä  | -90 | 16.9.2001 Tammisaari                 |
| Diskus - Kiekko (600g)                              | 24.91       | Oona Räisänen   | -04 | 9.8.2014 Helsinki/E                  |
| Slägga -Moukari (2,5kg)                             | 21.17       | Oona Räisänen   | -04 | 12.10.2014 Espoo/E                   |
| Spjut -Keihäs (400g)                                | 29.62       | Katja Nyberg  | -79 | 1990                                 |
| 3-kamp - 3-ottelu (40m, längd, kula) 1996->         | 1093        | Annika Pynnä  | -90 | 16.9.2001 Tammisaari                 |
| 4-kamp - 4-ottelu (60m h, höjd, spjut, 800m) 2007-> | 1035        | Frida Blomfelt  | -08 | 10.8.2019 pm Kirkkonummi             |
| 4x50m   | 29.86       | Ella Auvinen, Nadja Bucher, Saga Andersson, Matilda Ohvo                |     | 13.6.2010 pim hanko                  |
| 4x600m  | 8:21.25     | Jasmin Koivunen, Linda Björkenheim, Josefina Paqvalen, Jessica Rautelin |     | 1.6.2008 pim Parainen                |
| 4x60m häck  | 45.37       | Jasmin Koivunen, Josefina Paqvalen, Rebecca Wahlstedt, Jessica Rautelin |     | 1.6.2008 pim Parainen                |

#### FLICKOR 10 - TYTÖT 10

|   |             |                                      |     |                             |
|---|-------------|--------------------------------------|-----|-----------------------------|
| 60m   | 8.90 (2.6)  | Saga Andersson                       | -00 | 20.6.2010 SFI Sipoo         |
| 150m  | 21.72 (1.0) | Saga Andersson                       | -00 | 28.6.2010 vattenfall Porvoo |
| 400m  | 75.96       | Frida Blomfelt                       | -08 | 3.6.2018 Helsinki/E         |
| 600m  | 1:50.90     | Jemima Backman                       | -92 | 11.9.2002 po Helsinki/E     |
| 800m  | 2:55.62     | Bianca Kanerva                       | -05 | 4.7.2015 pim Raasepori/K    |
| 1000m   | 3:42.51     | Bianca Kanerva                       | -05 | 4.7.2015 Raasepori/K        |
| 60m häck - aidat (50cm)                             | 10.60 (1.2) | Annika Pynnä                         | -90 | 9.8.2000 Turku              |
| 60m häck - aidat (60cm)                             | 10.98 (5.5) | Wilma Jungar                         | -02 | 22.7.2012 pim Kalajoki      |
| 1000m gång -kävely                                  | 5:02.9h     | Karita Hukkanen                      | -86 | 28.6.1996 ka Lapinlahti     |
| 2000m gång -kävely                                  | 10:56.9h    | Karita Hukkanen                      | -86 | 11.7.1996 Espoo/K           |
| Höjd - Korkeus                                      | 1.25        | Minna Korpijaakko                    | -66 | 1976                        |
| Stav -Seiväs  | 1.98        | Sohvi Nenonen                        | -99 | 28.5.2009 seura Kauniainen  |
| Längd - Pituus (zon)                                | 4.30 (2.2)  | Saga Andersson                       | -00 | 12.7.2010 stavcup Porvoo    |
| Tresteg - Kolmiloikka (zon)                         | 9.34        | Saga Andersson                       | -00 | 1.8.2010 pim Parainen       |
| Kula - Kuula (2kg)                                  | 8.70        | Oona Räisänen                        | -04 | 10.8.2014 pim Helsinki/E    |
| Diskus - Kiekko (600g)                              | 24.91       | Oona Räisänen                        | -04 | 11.10.2014 Espoo/E          |
| Slägga -Moukari (2,5kg)                             | 21.17       | Oona Räisänen                        | -04 | 9.8.2014 pim Helsinki/E     |
| Spjut -Keihäs (400g)                                | 22.95       | Oona Räisänen                        | -04 | 12.10.2014 Espoo/E          |
| 3-kamp - 3-ottelu (60m, längd, kula) 1996->         | 994         | Saga Andersson                       | -00 | 30.8.2014 Vantaa/M          |
| 4-kamp - 4-ottelu (60m h, höjd, spjut, 800m) 2007-> | 947         | 8.90(2.6) 4.14 6.88<br>Oona Räisänen | -00 | 20.6.2010 SFI Sipoo         |
|   |             | 11.87 1.23 16.47 3:02.84)            |     | 28.6.2014 Kirkkonummi       |

#### FLICKOR 9 - TYTÖT 9

|                             |            |                  |     |                             |
|-----------------------------|------------|------------------|-----|-----------------------------|
| 40m                         | 6.45       | Saga Andersson   | -00 | 12.9.2009 pk Somero         |
| 60m                         | 9.39 (0.3) | Saga Andersson   | -00 | 19.8.2009 vattenfall Kerava |
| 150m                        | 23.50      | Saga Andersson   | -00 | 26.7.2009 pim Porvoo        |
| 400m                        | 77.63      | Frida Blomfelt   | -08 | 24.9.2017 sem Helsinki /pu  |
| 600m                        | 2:05.79    | Keren Backman    | -97 | 6.8.2006 pim Porvoo         |
| 800m                        | 2:05.3h    | Sonja Nyberg     | -01 | 14.9.2010 koulu Kauniainen  |
| 1000m                       | 3:55.51    | Matilda Pennanen | -07 | 27.8.2016 pim Parainen      |
| 40m häck - aidat (50cm)     | 45870      | Frida Blomfelt   | -08 | 30.7.2017 lohja jg Lohja    |
| 600m gång -kävely           | 3:23.50    | Emelie Åström    | -00 | 12.8.2010 ka Tuusula/H      |
| 1000m gång -kävely          | 5:07.35    | Karita Hukkanen  | -86 | 1.7.1995 karn Kokemäki      |
| Höjd - Korkeus              | 1.14       | Aurora Troberg   | -96 | 27.8.2005 pk Helsinki/O     |
| Längd - Pituus (zon)        | 1.14       | Oona Räisänen    | -04 | 28.7.2013 Lohja             |
| Tresteg - Kolmiloikka (zon) | 3.81       | Annika Pynnä     | -90 | 3.6.1999 Kauniainen         |
| Kula - Kuula (2kg)          | 8.32 (0.5) | Oona Räisänen    | -04 | 27.8.2013 Kirkkonummi       |
| Diskus - Kiekko (600g)      | 7.35       | Oona Räisänen    | -04 | 22.9.2013 Helsinki/Pu       |
| Slägga -Moukari (2,5kg)     | 20.74      | Oona Räisänen    | -04 | 21.9.2013 Kirkkonummi/V     |
| Spjut -Keihäs (400g)        | 17.09      | Oona Räisänen    | -04 | 29.9.2013 Espoo/E           |
|                             | 15.10      | Oona Räisänen    | -04 | 23.7.2013 Kirkkonummi/V     |

|   |         |   |     |                        |
|---|---------|---|-----|------------------------|
| Bollkast -Pallonheitto                                | 28.20   | Emilia Siggberg   | -07 | 30.6.2016 Espoo/K      |
| 3-kamp - 3-ottelu (40m, längd,<br>kula, 2006->)       | 755     | Oona Räisänen<br>6.87 3.33 7.35                                   | -04 | 22.9.2013 Helsinki/Pu  |
| 4-kamp - 4-ottelu (40m, höjd,<br>spjut, 800m), 2014-> | 532     | Matilda Pennanen<br>7.20 0.93 7.97 3:09.28                        | -07 | 18.8.2016 Raasepori/K  |
| 4x50m   | 37.89   | Jenni Hirvonen, Frida Blomfelt, Eeva<br>Lamppu, Nadja Ekberg      |     | 10.6.2016 yag Espoo/Le |
| 4x400m  | 5:51.63 | Jenni Hirvonen, Matilda Pennanen,<br>Minnea Karvo, Frida Blomflet |     | 10.6.2016 yag Espoo/Le |