

ESBO IF REKORD HERRAR						
Uppdaterat 17.6.2024						
HERRAR - MIEHET						
60m	6.86i	Tuukka Huuskola	-98	26.2.2020	helsy Helsinki	
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	
200m kort bana	21.34i	Roope Saarinen	-94	4.2.2017	hipposk Jyväskylä	
300m	33.63	Oskari Mörö	-93	29.1.2015	Potchefstr. RSA	
	33.6h	Stig Lönnqvist	-49	18.5.1972	Kauniainen	
300m kort bana	34.32i	Roope Saarinen	-94	20.1.2018	200m Helsinki	
400m	46.7h	Stig Lönnqvist	-49	14.6.1972	Berlin GDR	
	47.40	Oskari Mörö	-94	30.8.2014	mo Helsinki	
400m kort bana	49.02i	Jan Bosas	-85	1.2.2009	helsyk Helsinki	
	48.8ih	Stig Lönnqvist	-49	2.3.1974	mo Turku	
600m	1:18.32	Oskari Mörö	-94	19.5.2015	kunniak Espoo/Le	
600m kort bana	1:39.16i	William Forstén	-06	28.11.2021	Helsinki	
800m	1:48.23	Robert Rotkirch	-84	22.7.2007	eliittik Lapinlahti	
800m kort bana	1:49.47i	Robert Rotkirch	-84	18.2.2009	globen g Stockholm SWE	
1000m	2:22.05	Niklas Rehula	-65	4.7.1985	Helsinki	
1500m	3:43.71	Mika Westerberg	-66	27.8.1989	Lohja	
1500m kort bana	3:49.88	Olli Koivusalo	-70	21.1.1992	kv Tampere	
Maili	4:17.43	Olli Koivusalo	-70	7.6.1990	FJG Helsinki	
	4:12.6ih	Niklas Rehula	-65	26.1.1985	vasala Vierumäki	
2000m	5:29.6h	Aimo Mehtonen	-45	12.6.1973	Espoo/L	
3000m	8:08.11	Olli Koivusalo	-70	13.6.1992	kv Tampere	
3000m kort bana	8:16.07i	Olli Koivusalo	-70	2.2.1991	Otaniemi	
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	

60m häck -aidat	8.23	Jari Söderberg	-63	20.1.1989	ka Otaniemi	
110m häck -aidat	14.54	Joli Koivu	-90	28.6.2015	Pudasjärvi	
200m häck - aidat	23.24 (0.3)	Oskari Mörö	-94	7.6.2020	Uusi Alku Lahti	
300m häck -aidat	36.59i	Oskari Mörö	-94	24.2.2013	SM Tampere	
400m häck - aidat	49.04	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	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 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	-51	1.8.1978	EM Praha	
7-kamp (hall)	5405	Antti Miihkinen 7.48 6.96 13.75 1.98 8.74 4.70 2:50.42	-81	17.2.2008	SM Helsinki	
3000m gång -kävely	11:40.09	Jonathan Ekberg	-03	16.7.2023	Urjala	
3000m gång - kävely kort bana	11:53.6h	Jani Lehtinen	-74	3.2.1996	pim Otaniemi	
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, Oskari Mörö, Roope Saarinen		12.9.2020	SM Kotka/K	
4x400m	3:14.22	Roope Saarinen, Tuukka Huuskola, Jonathan Brace, Oskari Mörö		23.9.2020	SM Kotka/K	

4x800m	7:44.71	Magnus Selenius, Keith Roberts, Björn Stenvik, Niklas Rehula		1985	pm	
4x1500m	15:30.60	Mika Westerberg, Björn Stenvik, Jarmo Malmberg, Olli Koivusalo		12.7.1992	SM Oulu	
3x3000m gång -kävely	37:32.02	Mikko Ruokolainen, Eemeli Kiiski, Elmo Koivunen		3.7.2016	SM Helsinki/E	
HERRAR 22 - MIEHET 22						
60m	6.86	Tuukka Huuskola	-98	26.2.2020	helsy Helsinki	
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	
200m kort bana	21.42i	Roope Saarinen	-94	6.3.2019	SM Helsinki	
300m	33.63	Oskari Mörö	-93	29.1.2015	Potchefstr. RSA	
300m kort bana	35.03i	Oskari Mörö	-93	16.1.2013	urh.oppil Helsinki	
400m	47.40	Oskari Mörö	-93	30.8.2014	mo Helsinki	
400m kort bana	49.12i	Oskari Mörö	-93	27.1.2013	pim Helsinki	
600m	1:18.32	Oskari Mörö	-93	19.5.2015	kunniak Espoo/Le	
600m kort bana	1:39.16i	William Forstén	-06	28.11.2021	Helsinki	
800m	1:49:33	Robert Rotkirch	-84	22.7.2006	SM Jyväskylä	
800m kort bana	1:50.38	Niklas Rehula	-65	17.2.1985	SM Rovaniemi	
1000m	2:22.05	Niklas Rehula	-65	4.7.1985	Helsinki	
1500m	3:48.2h	Olli Koivusalo	-70	1.8.1991	Espoo/K	
1500m kort bana	3:53.65i	Niklas Rehula	-65	21.1.1987	pim Otaniemi	
Maili	4:17.43	Olli Koivusalo	-70	7.6.1990	FJG Helsinki	
	4:12.6ih	Niklas Rehula	-65	26.1.1985	vasala Vierumäki	
2000m	5:33.92	Björn Stenvik	-67	10.6.1989	kv Riihimäki	
3000m	8:08.11	Olli Koivusalo	-70	13.6.1992	kv Tampere	
3000m kort bana	8:16.07i	Olli Koivusalo	-70	2.2.1991	Otaniemi	
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	
60m häck -aidat	8.36	Jari Söderberg	-63	26.1.1985	TUL Turku	

110m häck -aidat	15.32 (0.8)	Jari Söderberg	-63	17.8.1985	Lahti	
300m häck - aidat	36.59i	Oskari Mörö	-93	24.2.2013	SM Tampere	
400m häck - aidat	49.08	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	7.06i	Joli Koivu	-90	4.2.2012	Mustasaari	
Tresteg - Kolmiloikka	14.72 (0.9)	Krister Lönnqvist	-60	16.8.1981	SFI Vaasa	
Kula - Kuula	21.26	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 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	-80	19.7.2002	SM Joensuu	
7-kamp - 7-ottelu hall	5284	Matti Vesterinen 7.32 6.80 13.35 1.94 8.86 4.70 2:55.32	-80	10.3.2002		
3000m gång -kävely	11:40.09	Jonathan Ekberg	-03	16.7.2023	Urdala	
3000m gång -kävely kort bana	11:53.6ih	Jani Lehtinen	-74	3.2.1996	pim Otaniemi	
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	1:27:15	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						
60m	7.08i	Fabiab Björk	-80	27.2.1999	Tampere	
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	
200m kort bana	22.14i	Tuukka Huuskola	-98	4.2.2017	helsy Helsinki	
300m	35.41i	Oskari Mörö	-93	28.1.2014	urh.oppil Pajulahti	
300m kort bana	35.54	Rado Lindberg	-05	3.2.2024	hipposh Jyväskylä	
400m	48.02	Roope Saarinen	-94	10.8.2013	SM Lappeeranta	
400m kort bana	49.44i	Oskari Mörö	-93	30.1.2011	helsy Helsinki	
600m	1:28.40	Niklas Björkenheim	-02	2.6.2019	400m Helsinki/E	
600m kort bana	1:39.16i	William Forstén	-06	28.11.2021	Helsinki	
800m	1:50.0h	Niklas Rehula	-65	15.10.1984	Aleksandria EGY	
800m kort bana	1:51.88i	Niklas Rehula	-65	1.2.1984	pim Otaniemi	SE
1000m	2:23.26	Niklas Rehula	-65	5.6.1984	Espoo/K	
1000m kort bana	2:54.14i	Konsta Jäppinen	-01	18.2.2017	tapsan t Helsinki	
1500m	3:49.62	Olli Koivusalo	-70	23.7.1989	SFI Vaasa	
1500m kort bana	4:11.25i	Andreas Lång	-78	21.1.1995	pim Otaniemi	
Maili	4:22.3ih	Björn Stenvik	-67	1.2.1986	vasala Vierumäki	
3000m	8:18.1h	Olli Koivusalo	-70	12.6.1988	ka Parkano	
3000m kort bana	8:53.99	Olli Koivusalo	-70	21.10.1987	op rooma Otaniemi	
5000m	14:30.7	Olli Koivusalo	-70	25.6.1988	kv Saarijärvi	
60m häck -aidat (100cm)	8.09	Peter Westerlund	-79	23.2.1997	SM Kuopio	
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	6.76i	Joli Koivu	-90	27.1.2009	Tampere	
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 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	-93	28.8.2011	SM Ii
3000m gång -kävely	11:41.8h	Jani Lehtinen	-74	27.6.1993	eliitti Lapinlahti
3000m gång -kävely kort bana	12:22.4hi	Jani Lehtinen	-74	23.1.1993	pim Otaniemi
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
20km gång -kävely	1:27.32	Jani Lehtinen	-74	13.6.1996	Kisa SWE
4x100m	42.86	Mikael Fabritius, Mika Tapanainen, Mika Konsin, Klaus Ilmonen		11.7.1986	SM Espoo/Le
4x400m	3:22.7h	Krister Fallenius, Rolf Englund, Lauri Lindström, Kaj Widbom		14.7.1968	SM Turku
3x800m	6:21.84	Andreas Nyman, Robert Rotkirch, Robert Björklöf		18.6.2002	pm Lohja
4x800m	8:13.5	Lauri Lindström, Christer Kanerva, Harry Gustafsson, Rolf Englund		16.7.1967	SM Kouvola
4x100m häck -aidat	59.32	Robert Björklöf, Jan Bosas, Robert Rotkirch, Pezhman Ahmadi		7.7.2002	SM Lohja
HERRAR 17 - MIEHET 17					
60m	7.20i	Rasmus Vuonoranta	-06	28.1.2023	Helsy hallit Helsinki
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
200m kort bana	23.45i	Toni Appelqvist	-02	2.2.2019	helsy Helsinki
300m	36.39	Peter Westerlund	-79	1996	
	36.0h	Tommi Silvennoinen	-93	4.9.2010	SM Huittinen
300m kort bana	36.81	Peter Westerlund	-79	25.2.1996	SM Kuortane
400m	49.07	Niklas Rehula	-65	29.8.1982	mo Espoo/O
400m kort bana	59.55i	Walter Törnwall	-03	27.1.2019	pim Helsinki
600m	1:28.40	Niklas Björkenheim	-02	2.6.2019	400m Helsinki/E
600m kort bana	1:39.16i	William Forstén	-06	28.11.2021	Helsinki

800m	1:53.62	Niklas Rehula	-65	18.9.1982	sfsi Pietarsaari	
800m kort bana	1:59.3ih	Niklas Rehula	-65	30.1.1982	pim Otaniemi	
1000m	2:29.3h	Niklas Rehula	-65	6.7.1982	Espoo/K	
1000m kort bana	2:54.14i	Konsta Jäppinen	-01	18.2.2017	tapsan t Helsinki	
1500m	3:59.9h	Olli Koivusalo	-70	11.8.1987	Espoo/K	
1500m kort bana	4:11.25i	Andreas Lång	-78	21.1.1995	pim Otaniemi	
Maili	4:23.8ih	Olli Koivusalo	-70	21.2.1987	vasala Vierumäki	
2000m	5:36.42	Olli Koivusalo	-70	20.7.1986	am Joutsa	
3000m	8:28.70	Olli Koivusalo	-70	19.6.1987	ka Ylöjärvi	
3000m kort bana	8:53.99	Olli Koivusalo	-70	21.10.1987	op rooma Otaniemi	
5000m	15:12.16	Olli Koivusalo	-70	7.6.1987	ka Kirkkonummi	
60m häck -aidat (91.4cm)	8.27i	Donatello Dallai	-96	23.2.2013	Ancona ITA	
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 Lönngqvist	-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->)	63.92	Elmer Keinänen	-08	13.6.2024	Raasepori/K	
	61.86	Elmer Keinänen	-08	2.6.2024	keihäskoulu Espoo/Le	
	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 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	-93	5.9.2010	SM Huittinen	

7-kamp - 7-ottelu hall	4524i	Tommi Silvennoinen	-93	7.3.2010	SM Jyväskylä	
3000m gång -kävely	13:03.49	Jonathan Ekberg	-03	11.7.2020	Aurinkokävelyt Naanatali	
3000m gång -kävely kort bana	14:15.1ih	Jani Lehtinen	-74	25.2.1989	SM Otaniemi	
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	