

ESBO IF REKORD DAMER

Uppdaterat 4.12.2025

DAMER - NAISET

60m	7.70i Iida Kalliomäki	-98	28.2.2015
100m	12.05(1.2) Kira Kytölä	-93	1.7.2020
	11.8h Barbro Lindström	-53	21.8.1977
150m	18.82i Salla Parviainen	-97	19.1.2019
200m	24.08 (-1.5) Barbro Ahonen	-53	6.8.1980
200m kort bana	24.80i Ella Räsänen	-94	14.1.2023
300m	39.89 Jessica Rautelin	-97	24.8.2013
	38.5h Barbro Ahonen	-53	24.5.977
300m kort bana	38.6ih Barbro Ahonen	-53	6.2.1980
	40.85i Jessica Rautelin	-97	27.1.2013
400m	53.53 Barbro Lindström	-53	9.7.1977
	53.3h Barbro Ahonen	-53	12.8.1980
400m kort bana	54.19i Barbro Ahonen	-53	24.2.1979
600m	1:32.91 Meeri Salomaa	-01	7.6.2020
600m kort bana	1:38.88i Nea Seppälä	-99	19.1.2019
800m	2:09.48 Jemima Backman	-92	3.8.2014
800m kort bana	2:15.78i Jemima Backman	-92	27.2.2011
1000m kort bana	3:19.06i Lena Rehula	-94	24.01.2010
1500m	4:13.68 Camilla Richardsson	-93	5.7.2023
1500m kort bana	4:47.46 Marita Hovi	-69	23.4.1967
Maili	5:05.i6h Marita Stenvik	-69	6.2.1988
3000m	9:00.04 Camilla Richardsson	-93	18.6.2022
3000m kort bana	8:53.60i Camilla Richardsson	-93	2.3.2023
5000m	15:11.63 Camilla Richardsson	-93	8.7.2023
10.000m	31:12.78 Camilla Richardsson	-93	20.5.2023
Halvmaraton-puolimaraton	1:09:54 Camilla Richardsson	-93	11.2.2024
Maraton	2:24:38 Camilla Richardsson	-93	3.12.2023
60m häck -aidat (84cm)	8.36i Giia Lindström	-87	14.2.2010
100m häck - aidat	13.45 (1.4) Giia Lindström	-87	30.6.2011
200m häck -aidat	30.43i Charlotte Schönberg	-94	7.3.2009
300m häckl-aidat	42.70i Salla Parviainen	-97	71.2.2019
400m häck - aidat	59.62 Jessica Rautelin	-97	30.8.2014
3000m hinder - esteet	9:57.31 Camilla Richardsson	-93	4.9.2021
Höjd - Korkeus	1.72 Stella Punto	-57	10.7.1982
Stav -Seiväs	4.55 Saga Andersson	-00	13.8.2025
	4.52 Saga Andersson	-00	8.8.2025
	4.51 Saga Andersson	-00	2.2.2025
	4.50 Saga Andersson	-00	27.5.2023
Längd -Pituus	6.42 (0.4) Kira Kytölä	-93	20.7.2018
Tresteg - Kolmiloikka	13.61 (1.1) Kira Kytölä	-93	21.7.2018
Kula - Kuula (4kg)	17.49 Katarina Sederholm	-68	16.6.1996
Diskus -Kiekko (1kg)	45.04 Maria Närhi	-72	6.8.1999
	45.04 Susanna Törrönen	-98	28.5.2017
Spjut - Keihäs (600g)	56.19 Heli Rantanen	-70	5.7.2001
Spjut - Keihäs (600g gammal modell)	74.76 Tiina Lillak	-61	13.6.1983
Slägga - Moukari (4kg)	69.33 Sara Killinen	-01	21.3.2025

	68.48	Sara Killinen	-01	22.6.2024
7-kamp - 7-ottelu	5580	Jessica Rautelin	-97	28.8.2016
	14.11w (3.1)	1.66 12.64 24.99w (4.1)		
	5.65 (0.0)	37.07 2:17.08		
5-kamp - 5-ottelu hall	4086i	Jessica Rautelin	8.64 -97	20.2.2021
	1.66 12.40 5.75 2:19.42			
3000m gång - kävely	13:08.30	Mira Saastamoinen	-72	1994
5000m gång - kävely	22.10.51	Mira Saastamoinen	-72	4.7.1992
10.000 m gång -kävely	46.51.7h	Mira Saastamoinen	-72	15.7.1992
20.000m gång -kävely	1:53:08.7h	Monica Robertson	-51	29.9.1984
5km gång -kävely	23:41	Helena Åström	-64	1986
10km gång - kävely	47:14	Mira Saastamoinen	-72	16.5.1992
20km gång - kävely	1:45.58	Helena Åström	-64	1986
4x100m	47.02	Salla Parviainen, Iida Kalliomäki, Jessica Rautelin, Nadia Korkman		4.7.2016
4x400m	3:44.85	Eliisa Räsänen, Jessica Rautelin, Kira Kytölä, Ella Räsänen		12.9.2021
4x800m	9:17.41	Noomi Malmgren, Katariina Lüpo, Meeri Salomaa, Jessica Rautelin		7.9.2019
3x3000m gång -kävely	43:16.7	Sari Röman, Monica Robertson, Helena Åström		20.7.198

DAMER 22 - NAISET 22

60m	7.70i	Iida Kalliomäki	-98	28.2.2015
100m	12.28 (1.4)	Salla Parviainen	-97	18.7.2019
150m	18.82i	Salla Parviainen	-97	19.1.2019
200m	24.96 (2.0)	Martina Mickos	-96	21.4.2015
200m kort bana	25.42i	Salla Parviainen	-97	2.2.2019
300m	39.89	Jessica Rautelin	-97	24.8.2013
300m kort bana	40.85i	Jessica Rautelin	-97	27.1.2013
400m	55.97	Jessica Rautelin	-97	22.8.2014
400m kort bana	56.95i	Jessica Rautelin	-97	25.1.2015
600m	1:32.91	Meeri Salomaa	-01	7.7.2020
600m kort bana	1:38.88i	Nea Seppälä	-99	19.1.2019
800m	2:09.48	Jemima Backman	-92	3.8.2014
800m kort bana	2:15.78i	Jemima Backman	-92	27.2.2011
1000m kort bana	3:19.06i	Lena Rehula	-94	24.01.2010
1500m	4:28.40	Jemima Backman	-92	20.7.2014
1500m kort bana	4:49.76i	Jenny Widbom	-85	9.2.2003
Maili	5:05.6ih	Marita Stenvik	-69	6.2.1988
3000m	9:48.80i	Tiina Viitanen	-74	18.2.1996
3000m kort bana	9:44.72i	Tiina Viitanen	-74	22.2.1996
5000m	17:38.41	Tiina Viitanen	-74	11.8.1996
10.000m	40:02.1h	Gedi Winder	-67	19.9.1983
Halvmaraton-puolimaraton	1:27:50	Riitta Paasio	-84	31.7.2004
Maraton	3:18:45	Anu Soikkeli	-66	
60m häck -aidat (84cm)	8.52i	Giia Lindström	-87	10.2.2008
100m häck -aidat (84cm)	13.84 (0.8)	Giia Lindström	-87	17.8.2006
300m häckl-aidat	42.70i	Salla Parviainen	-97	71.2.2019
400m häck - aidat (76.2cm)	59.62	Jessica Rautelin	-97	30.8.2014
3000m hinder-esteet (76.2cm)	11:11.74	Riitta Paasio	-84	31.7.2004
Höjd - Korkeus	1.71	Stella Punto	-57	11.6.1978
Stav -Seiväs	4.45	Saga Andersson	-00	6.6.2022
Längd -Pituus	6.16 (1.1)	Iida Kalliomäki	-98	27.6.2015
Tresteg - Kolmiloikka	12.59 (0.0)	Kira Kytölä	-93	1.8.2015
Kula - Kuula (4kg)	14.34	Riitta Pelli	-78	26.8.2000

Diskus -Kiekko (1kg)	45.04 Susanna Törrönen	-98	28.5.2017
Spjut - Keihäs (600g)	42.79 Helga Himberg	-92	1.7.2010
Slägga - Moukari (4kg)	67.93 Sara Killinen	-01	15.4.2023
7-kamp - 7-ottelu	5580 Jessica Rautelin 14.84(-1.5) 1.62 11.88 26.12(-1.1) 5.82(1.7) 39.96 2:19.02	-97	28.8.2016
5-kamp - 5-ottelu hall	3905 Jessica Rautelin 8.87 1.60 12.54 5.61 2:21.49	-97	4.2.2018
3000m gång - kävely	13:08.30 Mira Saastamoinen	-72	1994
5000m gång - kävely	22.10.51 Mira Saastamoinen	-72	4.7.1992
10.000 m gång -kävely	46.51.7h Mira Saastamoinen	-72	15.7.1992
5km gång -kävely	23:41 Helena Åström	-64	1986
10km gång - kävely	47:14 Mira Saastamoinen	-72	16.5.1992
20km gång - kävely	1:45.58 Helena Åström	-64	1986

DAMER 19 - NAISET 19

60m	7.70i Iida Kalliomäki	-98	28.2.2015
100m	12.30 (0.8) Martina Mickos	-96	23.5.2008
	12.30 (1.4) Kaisa Mikander	-00	25.8.2017
150m	18.86 (0.4) Kaisa Mikander	-00	1.6.2017
200m	25.20 (0.8) Tiia Tammisalo	-99	9.6.2018
	24.9h Katja Hagman	-67	1985
200m kort bana	25.61i Tiia Tammisalo	-99	25.2.2018
300m	39.89 Jessica Rautelin	-97	24.8.2013
300m kort bana	40.85 Jessica Rautelin	-97	27.1.2013
400m	55.97 Jessica Rautelin	-97	22.8.2014
400m kort bana	56.95i Jessica Rautelin	-97	25.1.2015
600m	1:32.91 Meeri Salomaa	-01	7.7.2020
600m kort bana	1:41.00 Jessica Rautelin	-97	19.1.2013
800m	2:12.18 Jemima Backman	-92	25.6.2011
800m kort bana	2:15.78i Jemima Backman	-92	27.2.2011
1000m kort bana	3:19.06 Lena Rehula	-94	24.01.2010
1500m	4:37.18 Marita Stenvik	-69	21.8.1988
1500m kort bana	4:49.76i Jenny Widbom	-85	9.2.2003
Maili	5:05.6ih Marita Stenvik	-69	6.2.1988
3000m	10:00.66 Carla Häkli	-68	2.8.1983
3000m kort bana	12:03.19i Armi Turtola	-01	27.1.2019
5000m	17:55.51 Marita Stenvik	-69	13.8.1988
60m häck -aidat (84cm)	8.81i Jessica Rautelin	-97	1.3.2015
100m häck -aidat (84cm)	13.84 (0.8) Giia Lindström	-87	17.8.2006
300m häck - aidat (76.2cm)	42.93i Jessica Rautelin	-97	26.2.2006
400m häck - aidat (76.2cm)	59.62 Jessica Rautelin	-97	30.8.2014
2000m hinder - esteet (76.2cm)	7:07.87 Riitta Paasio	-84	15.8.2003
3000m hinder - esteet (76.2cm)	11:23.06 Riitta Paasio	-84	10.8.2003
Höjd - Korkeus	1.68 Kira Kytölä	-93	5.8.2011
Stav -Seiväs	4.42 Saga Andersson	-00	25.8.2017
Längd -Pituus	6.16 (1.1) Iida Kalliomäki	-98	27.6.2015
Tresteg - Kolmiloikka	12.05 (1.0) Giia Lindström	-87	21.8.2005
Kula - Kuula (4kg)	13.69i Julia Nystrand	-05	4.2.2024
Diskus -Kiekko (1kg)	45.04 Susanna Törrönen	-98	28.5.2017
Spjut - Keihäs (600g)	42.79 Helga Himberg	-92	1.7.2010
Slägga - Moukari (4kg)	59.72 Taru Killinen	-05	25.6.2023
7-kamp - 7-ottelu	5580 Jessica Rautelin 14.84(-1.5) 1.62 11.88 26.12(-1.1) 5.82(1.7) 39.96 2:19.02	-97	28.8.2016

5-kamp - 5-ottelu hall	3859i Jessica Rautelin 8.88 1.60 11.22 5.55 2:17.16	-97	8.3.2015
3000m gång - kävely	13:40.5h Mira Saastamoinen	-72	10.6.1991
3000m gång - kävely kort bana	13:53.08i Mira Saastamoinen	-72	24.2.1990
5000m gång - kävely	23:09.63 Mira Saastamoinen	-72	15.6.1991
10km gång - kävely	48:28.0 Mira Saastamoinen	-72	14.9.1991
4x100m	47.02 Salla Parviainen, Iida Kalliomäki, Jessica Rautelin, Nadia Korkman		4.7.2016
4x400m	3:52.85 Jenny Fagerstedt, Tinja Lindgren, Céline Fogde, Jemima Backman		10.7.2010
3x800m	6:56.06 Jasmin Koivunen, Nadia Korkman, Jessica Rautelin		5.7.2014
4x800m	9:46.71 Nadia Korkman, Josefina Paqvalén, Jasmin Koivunen, Jessica Rautelin		15.7.2012
4x100m häck -aidat	59.23 Jasmin Koivunen, Iida Kalliomäki, Salla Parviainen, Jessica Rautelin		3.7.2016

DAMER 17 - NAISET 17

60m	7.70i Iida Kalliomäki	-98	28.2.2015
100m	12.30 (1.4) Kaisa Mikander	-00	25.8.2017
150m	18.86 (0.4) Kaisa Mikander	-00	1.6.2017
200m	25.44 (0.6) Martina Mickos	-90	20.4.2007
200m kort bana	26.24i Jessica Rautelin	-97	3.2.2013
300m	39.89 Jessica Rautelin	-97	24.8.2013
300m kort bana	40.85i Jessica Rautelin	-97	27.1.2013
400m	55.97 Jessica Rautelin	-97	22.8.2014
400m kort bana	59.45i Marita Stenvik	-69	25.1.1984
600m	1:38.15 Noomi Malmgren	-04	29.6.2020
600m kort bana	1:41.00i Jessica Rautelin	-97	19.1.2013
800m	2:13.43 Jessica Rautelin	-97	2.8.2014
800m kort bana	2:18.01i Jemima Backman	-92	19.2.2009
1000m kort bana	3:19.06i Lena Rehula	-94	24.01.2010
1500m	4:45.12 Marita Stenvik	-69	7.7.1985
1500m kort bana	5:00.33i Riitta Paasio	-84	7.2.2001
3000m	10:16.22 Gedi Wiander	-67	21.7.1984
60m häck -aidat (76,2cm)	8.71i Martta Leppänen	-84	27.2.2000
	8.71i Iida Kalliomäki	-98	8.3.2015
	8.71i Ida Ounaslehto	0	7.2.2016
100m häck -aidat (76.2cm)	13.80 Martta Leppänen	-84	27.8.2000
200m häck -aidat	30.43i Charlotte Schönberg	-94	7.3.2009
300m häck - aidat (76.2cm)	42.62 Jessica Rautelin	-97	25.8.2013
400m häck - aidat (76.2cm)	59.62 Jessica Rautelin	-97	30.8.2014
1500m hinder - esteet (76.2cm)	5:20.54 Jasmin Koivunen	-97	5.7.2011
2000m hinder - esteet	7:44.85 Astrid Mountclard	-95	8.7.2011
Höjd - Korkeus	1.66 Minna Korpijaakko	-66	26.7.1981
	1.66i Iida Kalliomäki	-98	15.1.2015
Stav -Seiväs	4.42 Saga Andersson	-00	25.8.2017
Längd -Pituus	6.16 (1.1) Iida Kalliomäki	-98	27.6.2015
Tresteg - Kolmiloikka	11.91 (0.3) Ida Ounaslehto	-00	13.6.2015
Kula - Kuula (3kg)	15.56 Susanna Törrönen	-98	31.7.2014
Diskus -Kiekko (1kg)	42.17 Susanna Törrönen	-98	9.7.2012
Spjut - Keihäs (500g)	43.32 Ella Råstedt	-06	29.7.2022
Spjut - Keihäs (600g)	38.28 Patricia Lönngren	-91	21.9.2013
Slägga - Moukari (3kg)	57.92 Julia Nystrand	-05	21.7.2022
Slägga - Moukari (4kg)	56.12 Junia Koivu	-93	8.5.2010

7-kamp - 7-ottelu (3kg)	5428 Jessica Rautelin 14.12(0.8) 1.60 12.49 25.20w(2.4) 5.58(0.6) 36.33 2:18.21	-97	7.9.2014
5-kmap - 5-ottelu hall	3945 Jessica Rautelin 8.77 1.59 12.24 5.65 2:18.72	-97	2.3.2014
3000m gång - kävely	13:51.70 Mira Saastamoinen	-72	12.8.1988
3000m gång - kävely kort bana	13:57.2ih Mira Saastamoinen	-72	14.2.1988
5000m gång - kävely	23:45.3h Mira Saastamoinen	-72	1988
5km kävely	25:25 Mira Saastamoinen	-72	12.7.1987
4x100m	48.55 Patricia Lönngren, Celine Fogde, Martina Mickos, Nelly Widbom		2007
4x300m	2:44.52 Ida Ounaslehto, Jessica Rautelin, Jasmin Koivunen, Nadia Korkman		6.7.2014
3x800m	6:56.06 Jasmin Koivunen, Nadia Korkman, Jessica Rautelin		5.7.2014
4x800m	9:46.71 Nadia Korkman, Josefina Paqvalén, Jasmin Koivunen, Jesica Rautelin		15.7.2012
4x100m häck - aidat	60.29 Ida Ounaslehto, Meeri Salomaa, Riina Rautelin, Saga Andersson		3.7.2016