

## Upplandsrekord - Kvinnor utomhus

### K35

100m	13.57 (+1.0)	Malin Forséll 1980 Enköpings AIF	Huddinge 2019-06-15
200m	28.95 (+1.9)	Kristina Josefsson 1956 Östhammar FI	Stockholm/K 1994-08-07
300m	52.81	Ewa Wahlberg 1955 Uppsala LK	Nyköping 1993-09-11
400m	61.97	Kristina Josefsson 1956 Östhammar FI	Huddinge 1993-07-04
600m	1.46.15	Sofia Gåvsten 1979 Uppsala LK	Enskede 2017-08-08
800m	2.17.22	Ulrika Flodin 1975 Rånäs 4H	Kil 2012-08-03
1000m	3.16.17+	Ulrika Flodin 1975 Rånäs 4H	Stockholm 2012-06-26
1500m	4.22.98	Ulrika Johansson 1975 Rånäs 4H	Uppsala 2010-07-11
1 mile			
2000m	6.51.40	Anna Lindh 1974 Rånäs 4H	Stockholm/S 2009-08-25
3000m	9.22.03	Ulrika Johansson 1975 Rånäs 4H	Oslo NOR 2010-05-19
2 mile			
5000m	17.06.99	Ulrika Flodin 1975 Rånäs 4H	Kil 2012-08-03
10000m	36.11.00	Inga Kazlauskaitė 1977 Rånäs 4H	Borås 2013-08-30
1 timme			
100mh 83.8cm (84.0cm)			
400mh 76.2cm	76.19	Anita Blom af Ekenstam 1957 Rånäs 4H	Enskede 1992-05-23
2000m hinder 76.2cm	8.20.07	Veronika Nordal 1980 Uppsala LK	Karlskrona 2017-08-19
Höjd	1.45	Gabriella Melin 1974 Valö IK	Valö 2010-05-29
Stav	3.22	Malin Forséll 1980 Enköpings AIF	Huddinge 2019-06-14
Längd	4.34 (-1.4)	Anneli Lennartsson 1954 Rånäs 4H	Norrtälje 1990-08-12
Tresteg	7.17 (+0.7)	Lillemor Johansson 1955 Valö IK	Norrtälje 1992-08-09
Kula 4.00kg	10.76	Sylvia Juhlin 1946 Rånäs 4H	Uppsala 1988-09-03
Diskus 1.0kg	33.17	Anette Nyström 1972 Rånäs 4H	Uppsala 2010-07-10
Slägga 4.00kg	29.13	Katarina Ström 1983 Tierps IF	Tierp 2018-10-13
Spjut 600g	32.59	Pernilla Hedin 1975 Östhammar FI	Östhammar 2012-08-09
Vikt 9.08kg	8.61	Christin Böhm 1977 Rånäs 4H	Bottnaryd 2012-09-15
Femkamp			
Sjukamp			
Kastfemkamp	1489p	Jeanette Suomela 1978 Rånäs 4H	Östhammar 2014-09-13

Slägga 4.00kg 20.26 Kula 4.00kg 6.58 Diskus 1.0kg 16.89 Spjut 600g 16.19 Vikt 9.08kg 7.28

### K40

100m	14.09 (+0.8)	Lina Lunneborg 1975 Upsala IF	Söderhamn 2016-07-22
200m	29.02 (-0.8)	Anna Larsson 1968 Ununge IF	Norrtälje 2009-08-22
300m	50.80	Catarina Hillblom 1966 Uppsala LK	Täby 2009-08-29
400m	62.72	Kristina Terenius 1956 Östhammar FI	Karlstad 1996-08-10
600m			
800m	2.22.21	Lena Falck 1955 Hagunda IF	Uppsala 1996-06-26
1000m	3.32.33	Ewa Wahlberg 1955 Uppsala LK	Norrtälje 1997-09-24
1500m	5.03.82	Yvonne Brandberg 1959 Rånäs 4H	Norrtälje 1999-08-21
1 mile	5.56.4m	Ewa Wahlberg 1955 Uppsala LK	Norrtälje 1996-09-25
2000m	6.31.58	Lilian Magnusson 1968 Björklinge SOK	Stockholm 2008-08-26
3000m	11.06.29	Anna Lindh 1974 LK Roslagen	Norrtälje 2017-08-30
2 mile			
5000m	17.46.52	Anna Lindh 1974 Rånäs 4H	Uppsala 2014-07-06
10000m	35.30.0m	Ulrika Flodin 1975 Rånäs 4H	Stockholm/S 2015-06-16
1 timme			
80mh 76.2cm	18.22 (+1.5)	Sara Kiesbye 1977 Bålsta IK	Uppsala 2019-08-31

400mh 76.2cm	73.71	Monica Pettersson 1949 Alunda SK	Norrtälje 1992-08-09
2000m hinder 76.2cm			
Höjd	1.33	Lotta Skytt 1963 Upsala IF	Östhammar 2005-08-11
Stav	2.00	Kristina Glantz Nilsson 1975 Bålsta IK	Uppsala 2019-09-01
Längd	4.30 (-0.5)	Maud Löfberg 1943 Östhammar FI	Kvarnsveden 1984-08-04
Tresteg	8.42 (+0.9)	Sara Kiesbye 1977 Bålsta IK	Uppsala 2019-08-31
Kula 4.00kg	10.89	Lina Lunneborg 1975 Upsala IF	Söderhamn 2016-07-24
Diskus 1.0kg	34.14	Anna Forsberg 1963 Upsala IF	Västerås 2005-06-12
Slägga 4.00kg	30.69	Cecilia Strömmer 1971 Tierps IF	Tierp 2013-09-29
Spjut 600g	30.79	Lotta Skytt 1963 Upsala IF	Söderhamn 2006-08-18
Vikt 9.08kg	10.24	Kristina Glantz Nilsson 1975 Bålsta IK	Huddinge 2019-08-17
Femkamp			
Sjukamp			
Kastfemkamp	2085p	Lotta Skytt 1963 Upsala IF	Eskilstuna 2006-09-23

Slägga 4.00kg 24.18 Kula 4.00kg 8.49 Diskus 1.0kg 16.65 Spjut 600g 30.40 Vikt 9.08kg 5.93

## K45

100m	14.50 (-0.6)	Kristina Terenius 1956 Rånäs 4H	Sundsvall 2002-07-27
200m	30.07 (+1.5)	Kristina Terenius 1956 Rånäs 4H	Sundsvall 2002-07-28
300m			
400m	66.73	Kristina Terenius 1956 Rånäs 4H	Sundsvall 2002-07-27
600m			
800m	2.28.44	Annica Rinaldo 1954 Rånäs 4H	Norrtälje 1999-08-22
1000m	3.59.47	Jennie Sandberg 1970 LK Roslagen	Norrtälje 2017-08-16
1500m	5.08.45	Annica Rinaldo 1954 Rånäs 4H	Norrtälje 1999-08-21
1 mile	6.05.98	Ewa Wahlberg 1955 Uppsala LK	Östhammar 2004-07-13
2000m			
3000m	10.48.39	Yvonne Brandberg 1959 Rånäs 4H	Uppsala 1994-08-09
2 mile			
5000m	19.27.60	Yvonne Brandberg 1959 Rånäs 4H	Århus DEN 2004-07-28
10000m	41.25.7m	Gudrun Kvick 1943 Uppsala LK	Uppsala 1988-06-16
1 timme			
80mh 76.2cm			
400mh 76.2cm			
2000m hinder 76.2cm			
Höjd	1.30	Carina Andersson 1960 Alunda SK	Östhammar 2005-08-11
	1.30	Anna-Maria Carlberg 1963 Valö IK	Valö 2008-06-08
Stav			
Längd	4.33 (+0.0)	Carina Andersson 1960 Alunda SK	Östhammar 2005-06-02
Tresteg	8.61 (+0.8)	Carina Andersson 1960 Alunda SK	Visby 2005-08-06
Kula 4.00kg	9.64	Monica Pettersson 1949 Alunda SK	Stockholm/K 1995-06-03
Diskus 1.0kg	31.33	Anette Nyström 1972 Rånäs 4H	Uppsala 2020-08-22
Slägga 4.00kg	28.50	Rebecca Larsson 1968 Upsala IF	Uppsala 2014-05-08
Spjut 600g	27.50	Lotta Skytt 1963 Upsala IF	Uppsala 2009-09-26
Vikt 9.08kg	9.08	Marketta Korpi 1954 Rånäs 4H	Eskilstuna 2001-08-18
Femkamp			
Sjukamp			
Kastfemkamp			

## K50

100m	14.95 (+1.4)	Carin Gustafsson 1963 Rånäs 4H	Gävle/GHS 2013-08-16
200m	31.04 (+0.0)	Carin Gustafsson 1963 Rånäs 4H	Huddinge 2014-07-26

300m	52.18	Ewa Wahlberg 1955 Uppsala LK	Uppsala 2007-07-08
400m	69.57	Ewa Wahlberg 1955 Uppsala LK	Uppsala 2005-07-03
600m	1.53.06	Ewa Wahlberg 1955 Uppsala LK	Uppsala 2006-07-01
800m	2.35.73	Ewa Wahlberg 1955 Uppsala LK	San Sebastian ESP 2005-08-28
1000m	3.43.21	Ewa Wahlberg 1955 Uppsala LK	Sätra 2008-06-24
1500m	5.11.77	Gudrun Kvick-Fleetwood 1943 Uppsala LK	Kuressaare EST 1995-08-20
1 mile	5.54.96	Ewa Wahlberg 1955 Uppsala LK	Enskede 2005-06-22
2000m	7.53.0m	Gudrun Fleetwood 1943 Uppsala LK	Norrtälje 1997-09-10
3000m	10.53.97	Gudrun Kvick-Fleetwood 1943 Uppsala LK	Norrtälje 1995-06-09
2 mile			
5000m	19.21.0m	Gudrun Kvick-Fleetwood 1943 Uppsala LK	Malmö/Hä 1995-06-16
10000m	39.42.85	Gudrun Kvick-Fleetwood 1943 Uppsala LK	Östhammar 1995-07-02
1 timme			
80mh 76.2cm	16.25 (+0.1)	Carin Thornander 1963 Upsala IF	Söderhamn 2016-07-24
300mh 76.2cm	66.72	Ann Wiborgh Haraldsson 1964 Upsala IF	Högby 2018-08-10
2000m hinder 76.2cm			
Höjd	1.28	Carin Thornander 1963 Upsala IF	Säter 2016-08-28
Stav			
Längd	4.19 (+1.9)	Carin Thornander 1963 Upsala IF	Uppsala 2015-06-13
Tresteg			
Kula 3.00kg	10.12	Sylvia Juhlin 1946 Rånäs 4H	Malmö/S 1996-07-20
Diskus 1.0kg	27.36	Monica Eriksson 1944 Tierps IF	Tierp 1994-09-18
Slägga 3.00kg	32.77	Carin Thornander 1963 Upsala IF	Märsta 2017-09-17
Spjut 500g	25.62	Elisabeth Ekborg 1952 Rånäs 4H	Eksjö 2003-08-09
Vikt 7.26kg	10.61	Marketta Korpi 1954 Rånäs 4H	Visby 2005-08-05
Femkamp	2212p	Carin Thornander 1963 Upsala IF	Säter 2016-08-28
		80mh 76.2cm 20.63 Höjd 1.28 Kula 3.00kg 8.47 Längd 3.92 800m 3.35.92	
Sjukamp	3336p	Carin Thornander 1963 Upsala IF	Perth AUS 2016-01-01
		80mh 76.2cm 18.06 Höjd 1.27 Kula 3.00kg 8.45 200m 35.44 Längd 4.07 Spjut 500g 16.42 800m 3.20.19	
Kastfemkamp	2358p	Marketta Korpi 1954 Rånäs 4H	Eksjö 2007-07-28
		Slägga 3.00kg 22.59 Kula 3.00kg 8.00 Diskus 1.0kg 21.22 Spjut 500g 18.47 Vikt 7.26kg 9.39	

## K55

100m	15.54 (+1.9)	Ann Wiborgh Haraldsson 1964 Upsala IF	Huddinge 2019-08-16
200m	32.68 (+1.5)	Ann Wiborgh Haraldsson 1964 Upsala IF	Huddinge 2019-08-17
300m	62.99	Dolores Johansson 1938 Rånäs 4H	Nyköping 1994-08-14
400m	77.94	Ann Wiborgh Haraldsson 1964 Upsala IF	Huddinge 2019-08-18
600m	2.11.37	Ewa Wahlberg 1955 Uppsala LK	Uppsala 2010-07-10
800m	2.50.49	Gudrun Fleetwood 1943 Uppsala LK	Löttorp 1998-08-09
1000m	3.59.20	Ewa Wahlberg 1955 Uppsala LK	Stockholm/S 2011-07-14
1500m	5.39.06	Gudrun Fleetwood 1943 Uppsala LK	Cesenatico ITA 1998-09-14
1 mile	7.22.28	Ewa Wahlberg 1955 Uppsala LK	Huddinge 2012-06-16
2000m	8.50.6m	Ewa Wahlberg 1955 Uppsala LK	Stockholm 2011-08-23
3000m	11.38.00	Gudrun Fleetwood 1943 Uppsala LK	Ventspils LAT 1998-08-23
2 mile			
5000m	20.22.30	Gudrun Fleetwood 1943 Uppsala LK	Cesenatico ITA 1998-09-17
10000m	43.35.31	Charlotta Frenander 1961 Uppsala LK	Söderhamn 2016-07-24
1 timme			
80mh 76.2cm			
300mh 76.2cm	64.99	Ann Wiborgh Haraldsson 1964 Upsala IF	Huddinge 2019-08-16
2000m hinder 76.2cm			
Höjd	1.26	Carin Thornander 1963 Upsala IF	Högby 2018-08-12

Stav	2.50	Carin Thornander 1963 Upsala IF	Sollentuna 2019-08-04
Längd			
Tresteg			
Kula 3.00kg	9.74	Sylvia Juhlin 1946 Rånäs 4H	Eskilstuna 2001-08-19
Diskus 1.0kg	23.72	Inger Karlsson 1954 Rånäs 4H	Norrtälje 2009-08-21
Slägga 3.00kg	37.52	Carin Thornander 1963 Upsala IF	Uppsala 2018-08-19
Spjut 500g	24.77	Elisabeth Ekborg 1952 Rånäs 4H	Nyiregyhaza HUN 2010-07-16
Vikt 7.26kg	9.44	Marketta Korpi 1954 Rånäs 4H	Norrtälje 2009-08-23
Femkamp			
Sjukamp			
Kastfemkamp	2679p	Marketta Korpi 1954 Rånäs 4H	Bottnaryd 2011-08-27
Slägga 3.00kg 26.10 Kula 3.00kg 8.10 Diskus 1.0kg 20.81 Spjut 500g 18.49 Vikt 7.26kg 8.67			

## K60

100m	17.92 (+1.9)	Kerstin Sjöqvist 1956 Uppsala LK	Huddinge 2019-08-16
200m	36.77 (-2.1)	Kerstin Sjöqvist 1956 Uppsala LK	Sätra 2019-05-19
300m			
400m	81.03	Kerstin Sjöqvist 1956 Uppsala LK	Huddinge 2019-08-18
600m	2.12.25	Kerstin Sjöqvist 1956 Uppsala LK	Stockholm 2020-08-29
800m	3.00.94	Kerstin Sjöqvist 1956 Uppsala LK	Norrtälje 2018-08-15
1000m			
1500m	6.03.18	Gudrun Fleetwood 1943 Uppsala LK	Carolina PUR 2003-07-12
1 mile	6.27.10	Gudrun Fleetwood 1943 Uppsala LK	Enskede 2003-06-25
2000m	8.30.13	Gudrun Fleetwood 1943 Uppsala LK	Sätra 2006-08-15
3000m	12.18.48	Gudrun Fleetwood 1943 Uppsala LK	Garphyttan 2003-06-14
2 mile			
5000m	20.28.93	Gudrun Fleetwood 1943 Uppsala LK	Söderhamn 2006-08-18
10000m	44.23.12	Gudrun Fleetwood 1943 Uppsala LK	Norrtälje 2003-06-18
1 timme			
80mh 68.6cm			
300mh 68.6cm			
2000m hinder 76.2cm			
Höjd	0.75	Birgitta Ehrt 1943 Valö IK	Valö 2003-06-15
Stav			
Längd	2.91 (-0.29)	Marketta Korpi 1954 Rånäs 4H	Söderhamn 2016-07-23
Tresteg			
Kula 3.00kg	8.53	Elisabeth Ekborg 1952 Rånäs 4H	Kil 2012-08-05
Diskus 1.0kg	20.18	Elisabeth Ekborg 1952 Rånäs 4H	Östhammar 2014-09-13
Slägga 3.00kg	26.72	Marketta Korpi 1954 Rånäs 4H	Huddinge 2014-07-27
Spjut 500g	23.30	Elisabeth Ekborg 1952 Rånäs 4H	Huddinge 2014-07-25
Vikt 5.45kg	10.52	Marketta Korpi 1954 Rånäs 4H	Märsta 2016-08-20
Femkamp			
Sjukamp			
Kastfemkamp	2491p	Marketta Korpi 1954 Rånäs 4H	Bottnaryd 2012-09-15
Slägga 3.00kg 21.66 Kula 3.00kg 7.50 Diskus 1.0kg 17.59 Spjut 500g 13.42 Vikt 5.45kg 9.30			

## K65

100m	17.47 (+1.7)	Lena Berze-Westberg 1950 Bålsta IK	Huddinge 2019-08-16
200m			
300m			
400m			
600m	2.46.86	Ewa Wahlberg 1955 Uppsala LK	Hallsberg 2019-07-24

800m			
1000m			
1500m	6.28.12	Guðrun Fleetwood 1943 Uppsala LK	Ljubljana SLO 2008-07-28
1 mile			
2000m			
3000m	13.56.6m	Guðrun Fleetwood 1943 Uppsala LK	Bålsta 2008-04-22
2 mile			
5000m	24.56.99	Elisabeth Fransson 1943 Rånäs 4H	Norrtälje 2009-08-21
10000m	47.51.5m	Guðrun Fleetwood 1943 Uppsala LK	Uppsala 2008-08-16
1 timme			
80mh 68.6cm			
300mh 68.6cm			
2000m hinder 76.2cm			
Höjd			
Stav			
Längd	3.17 (+0.0)	Lena Berze-Westberg 1950 Bålsta IK	Huddinge 2019-08-16
Tresteg			
Kula 3.00kg	6.79	Marketta Korpi 1954 Rånäs 4H	Huddinge 2019-08-18
Diskus 1.0kg	17.33	Marketta Korpi 1954 Rånäs 4H	Huddinge 2019-08-17
Slägga 3.00kg	21.10	Marketta Korpi 1954 Rånäs 4H	Huddinge 2019-08-16
Spjut 500g	13.92	Lena Berzen Vestberg 1950 Bålsta IK	Märsta 2019-09-22
Vikt 5.45kg	9.10	Marketta Korpi 1954 Rånäs 4H	Bottnaryd 2019-08-10
Femkamp			
Sjukamp			
Kastfemkamp	2561p	Marketta Korpi 1954 Rånäs 4H	Bottnaryd 2019-08-10
		Slägga 3.00kg 19.27 Kula 3.00kg 6.63 Diskus 1.0kg 15.79 Spjut 500g 13.20 Vikt 5.45kg 9.10	

## K70

---

100m			
200m			
300m			
400m			
600m			
800m			
1000m			
1500m			
1 mile			
2000m			
3000m			
2 mile			
5000m			
10000m			
1 timme			
80mh 68.6cm			
2000mh 68.6cm			
2000m hinder 76.2cm			
Höjd			
Stav			
Längd			
Tresteg			
Kula 3.00kg	4.01	Inger Sjöqvist 1939 Valö IK	Östhammar 2009-05-24
Diskus 1.0kg	10.16	Inger Sjöqvist 1939 Valö IK	Valö 2010-05-15

Slägga 3.00kg  
 Spjut 500g  
 Vikt 5.45kg  
 Femkamp  
 Sjukamp  
 Kastfemkamp

## K75

---

100m	18.52 (+1.6)	Barbro Gadle 1942 Upsala IF	Borås 2018-07-06
200m			
300m			
400m			
600m			
800m			
1000m			
1500m			
1 mile			
2000m			
3000m			
2 mile			
5000m			
10000m			
1 timme			
80mh 68.6cm			
2000mh 68.6cm			
2000m hinder 76.2cm			
Höjd	1.12	Barbro Gadle 1942 Upsala IF	Huddinge 2019-08-18
Stav			
Längd	3.12 (+0.7)	Barbro Gadle 1942 Upsala IF	Sätra 2018-05-12
Tresteg	6.24 (+0.1)	Barbro Gadle 1942 Upsala IF	Huddinge 2019-08-17
Kula 2.00kg	5.65	Ann Littorin 1933 Rånäs 4H	Norrtälje 2009-08-22
Diskus 0.75kg	12.05	Ann Littorin 1933 Rånäs 4H	Norrtälje 2009-08-21
Slägga 2.00kg			
Spjut 400g	7.50	Marianne Lundin 1929 Valö IK	Östhammar 2008-06-15
Vikt 5.45kg			
Femkamp			
Sjukamp			
Kastfemkamp			

## K80

---

100m  
 200m  
 300m  
 400m  
 600m  
 800m  
 1000m  
 1500m  
 1 mile  
 2000m  
 3000m  
 2 mile

5000m  
 10000m  
 1 timme  
 80mh 68.6cm  
 2000mh 68.6cm  
 2000m hinder 76.2cm  
 Höjd  
 Stav  
 Längd  
 Tresteg  
 Kula 2.00kg  
 Diskus 0.75kg  
 Slägga 2.00kg  
 Spjut 400g  
 Vikt 5.45kg  
 Femkamp  
 Sjukamp  
 Kastfemkamp

4.47  
 7.17

Marianne Lundin 1929 Valö IK  
 Marianne Lundin 1929 Valö IK

Valö 2009-05-03  
 Östhammar 2009-05-24

## Stafetter

4x100m

62.45

Annika Åkervall 1966 Rånäs 4H  
 Carin Gustafsson 1963 Rånäs 4H  
 Marketta Korpi 1954 Rånäs 4H  
 Maya Sturm 1975 Rånäs 4H

Gävle 2013-08-16

4x400m

5.04.34

Yvonne Brandberg 1959 Rånäs 4H  
 Annica Rinaldo 1954 Rånäs 4H  
 Yvonne Svensson 1943 Rånäs 4H  
 Rosita Karlsson 1948 Rånäs 4H

Norrtälje 1999-08-22

1000m (Svensk stafett)