

# Upplandsrekord utomhus (tom 2019)

Statistik hämtat från [www.friddrott.se](http://www.friddrott.se) årsstatistik samt tidigare sammanställningar. Mångkampsresultaten är omräknade till de nya tabellerna.

## M

100m	Erik Hagberg 95 Upsala	10,36	22.7	2018
<b>200m</b>	<b>Isak Andersson 96 Upsala</b>	<b>21,31</b>	<b>9.6</b>	<b>2019</b>
400m	Kenth Öhman 50 Enköping	47,34	5.8	1972
800m	Kenneth Tholén 69 Ununge	1.47,63	13.7	1993
1500m	Kenneth Tholén 69 Ununge	3.41,45	22.8	1994
3000m	Gustav Svedbrant 81 Rånäs	8.24,7m	1.7	2003
5000m	Mats Thorell 64 Upsala	13.54,71	12.7	1987
10000m	Mats Thorell 64 Upsala	29.25,03	26.9	1987
Halvmarathon	Mats Thorell 64 Upsala	1.06,05	13.9	1986
Marathon	Jan Eriksson 53 Brottbj	2.20,22	27.6	1981
3000m hinder/91.4	Magnus Bengtsson 66 Upsala	8.38,14	4.8	1990
110m häck/106.7	Patrik Andersson 71 Heby	14,46	18.7	1997
400m häck/91.4	Isak Andersson 96 Upsala	50,05	15.7	2017
Höjd	Per Nordlund 69 Upsala	2,14	14.8	1996
	Oskar Lundqvist 97 Upsala	2,14	16.6	2018
Stav	Armand Duplantis 99 Upsala	6,05	12.8	2018
<b>Längd</b>	<b>Max Andersson 95 Upsala</b>	<b>7,69</b>	<b>18.5</b>	<b>2019</b>
Tresteg	Tomas Johansson 73 Enköping	15,61	24.6	1996
Kula/7.26	Henrik Wennberg 66 Upsala	18,20	20.9	2003
Diskus/2.0	Simon Pettersson 94 Upsala	64,88	6.6	2017
Slägga/7.26	Tore Gustafsson 62 Rånäs	78,72	18.5	1996
<b>Spjut/800</b>	<b>Kim Amb 90 Bålsta</b>	<b>86,03</b>	<b>1.9</b>	<b>2019</b>
Tiokamp/M	Mikael Olander 63 Upsala	8070p	12-13.5	1988
	(11,27-6,79-16,02-1,97-49,61-15,89-50,90-4,86-71,90-4.40,05)			

## K

100m	Karolina Nikamo 95 Upsala	11,93	23.8	2014
200m	Marie Westerlund 75 Gimo	23,86	18.9	1992
400m	Andrea Geurtsen 79 Upsala	53,63	7.8	1999
800m	Maria Akra 66 Rånäs	2.00,58	8.8	1991
1500m	Maria Akra 66 Rånäs	4.08,63	19.8	1994
3000m	Ulrika Johansson 75 Rånäs	9.22,03	19.5	2010
5000m	Ulrika Johansson 75 Rånäs	16.17,49	3.8	2009
10000m	Anna Rahm 81 Rånäs	34.12,95	2.4	2005
Halvmarathon	Anna Rahm 81 Rånäs	1.13,31	12.5	2007
<b>Marathon</b>	<b>Carolina Wikström 93 Roslagen</b>	<b>2.33,49</b>	<b>27.10</b>	<b>2019</b>
3000m hinder/76.2	Ulrika Johansson 75 Rånäs	9.38,88	17.8	2009
100m häck/84.0	Karin Johansson 67 Upsala	13,86	11.7	1990
400m häck/76.2	Karin Johansson 67 Upsala	59,04	13.8	1990
Höjd	Lovisa Östervall 97 Upsala	1,86	16.6	2018
Stav	Malin Eriksson 80 Enköping	3,90	2.6	2001
Längd	Malin Marmbrandt 85 Enköping	6,02	12.8	2007
Tresteg	Katrin Lönnblad 76 Rånäs	13,13	2.7	1996
<b>Kula/4.0</b>	<b>Vanessa Kamga 98 Upsala</b>	<b>14,47</b>	<b>7.9</b>	<b>2019</b>
<b>Diskus/1.0</b>	<b>Vanessa Kamga 98 Upsala</b>	<b>59,06</b>	<b>1.6</b>	<b>2019</b>
Slägga/4.0	Linnea Jönsson 95 Upsala	63,17	12.5	2017
Spjut/600	Marléne Lindström 85 Ununge	53,45	18.7	2010
Sjukamp/K	Lovisa Östervall 97 Upsala	5754p	17.6	2018
	(14,20-1,86-11,27-25,34-5,80-40,95-2.21,26)			

## P19

100m	Erik Hagberg 95 Upsala	10,42	18.7	2013
200m	Isak Andersson 96 Upsala	21,89	19.7	2014
400m	Kenneth Pettersson 59 Märsta	49,13	27.8	1977
800m	Magnus Erkerby 68 Upsala	1.51,15	30.6	1987
1500m	Håkan Jansson 75 Rånäs	3.50,59	4.7	1994
5000m	Mats Thorell 64 Upsala	14.23,7	8.6	1983
2000m hinder/91.4	Magnus Bengtsson 66 Upsala	5.48,16	28.6	1985
110m häck/100.0	Isak Andersson 96 Upsala	14,17	23.8	2015
300m häck/91.4	Johan Edvinsson 88 Upsala	37,78	26.8	2007
400m häck/91.4	Isak Andersson 96 Upsala	52,40	3.8	2014
Höjd	Oskar Lundqvist 97 Upsala	2,13	29.8	2015
Stav	Armand Duplantis 99 Upsala	6,05	12.8	2018
Längd	Patrik Andersson 71 Heby	7,39	7.7	1990
	Max Andersson 95 Tierp	7,39	19.7	2014
Tresteg	Mattias Karlsson 92 Enköping	15,24	22.8	2010
Kula/6.0	Pontus Rabe 90 Bålsta	17,66	7.6	2008
Diskus/1.75	Simon Pettersson 94 Upsala	54,68	3.9	2013
Slägga/6.0	Alexander Larsson 94 Upsala	73,60	25.5	2013
Spjut/800	Kim Amb 90 Bålsta	69,34	17.8	2008
Tiokamp/P19	Niklas Karlsson 90 Bålsta	7067p	8.6	2008
	(11,90-6,28-13,78-1,87-51,74-14,59-38,26-4,25-51,10-4.23,41)			

## F19

100m	Karolina Nikamo 95 Upsala	11,93	23.8	2014
200m	Andrea Geurtsen 79 Upsala	24,00	29.8	1997
400m	Eva Herlitz 67 Upsala	54,91	20.7	1985
800m	Madeleine Alsgren 70 Rånäs	2.04,75	19.6	1988
1500m	Marie Simonsson 59 Hagunda	4.24,60	6.8	1978
3000m	Isabell Ahlström 81 Rånäs	9.46,11	7.7	1999
2000m hinder/76.2	Isabell Ahlström 81 Rånäs	7.03,72	22.8	1999
100m häck/84.0	Sara Gelin 80 Enköping	14,24	7.8	1998
300m häck/76.2	Isabelle Pauksens 95 Rånäs	45,96	8.6	2013
400m häck/76.2	Stina Smibacker 83 Enköping	60,02	29.6	2001
Höjd	Johanna Hellgren 92 Bålsta	1,78	6.8	2011
Stav	Malin Ericsson 80 Enköping	3,66	28.8	1999
Längd	Josephine Rohr 91 Bålsta	6,01	14.8	2010
Tresteg	Malin Marmbrandt 85 Enköping	12,47	14.8	2004
<b>Kula/4.0</b>	<b>Caisa-Marie Lindfors 00 Upsala</b>	<b>14,2</b>	<b>20.4</b>	<b>2019</b>
<b>Diskus/1.0</b>	<b>Caisa-Marie Lindfors 00 Upsala</b>	<b>55,98</b>	<b>31.8</b>	<b>2019</b>
Slägga/4.0	Linnea Jönsson 95 Upsala	59,17	4.5	2014
Spjut/600	Marléne Lindström 85 Ununge	49,60	7.8	2004
Sjukamp/K	Ellinore Hallin 87 Enköping	5446p	1-2.7	2006
	(14,59-1,65-13,33-25,23w-5,68-40,32-2.28,44)			

## P17

100m	Erik Hagberg 95 Upsala	10,61	28.7	2012
200m	Isak Andersson 96 Upsala	22,18	25.8	2013
400m	Niklas Norling 71 Tierp	48,92	20.8	1988
800m	Gunnar Lindh 46 Norrtälje IF	1.53,2	11.8	1963
1500m	Sievert Axner 56 Enköping	3.57,9	8.9	1973
3000m	Patrik Carlsson 88 Rånäs	8.56,39	24.7	2005
2000m hinder/91.4	Magnus Bengtsson 66 Upsala	5.55,58	3.9	1983
110m häck/91.4	Isak Andersson 96 Upsala	14,38	18.8	2013
300m häck/84.0	Isak Andersson 96 Upsala	37,07	11.8	2013
Höjd	Oskar Lundqvist 97 Upsala	2,10	8.8	2014
Stav	Armand Duplantis 99 Upsala	5,51	13.7	2016
Längd	Max Andersson 95 Tierp	6,97	10.8	2012
Tresteg	Mattias Karlsson 92 Enköping	14,70	28.6	2009
Kula/5.0	Simon Pettersson 94 Örbyhus	17,71	16.9	2011
Diskus/1.5	Lennart Andersson 53 Enköping	53,78	21.7	1970
Slägga/5.0	Alexander Larsson 94 Upsala	64,35	15.10	2011
Spjut/700	Axel Lönegren 94 Upsala	69,48	27.8	2011
Tiokamp/P17	Simon Pettersson 94 Örbyhus	7200p	7.8	2011
	(15,27-49,82-4,15-56,80-38,18-11,89-6,67-17,46-1,78-3.16,02)			

## F17

100m	Marie Westerlund 75 Gimo	11,95	7.8	1992
200m	Marie Westerlund 75 Gimo	23,86	18.9	1992
400m	Marie Westerlund 75 Gimo	54,46	7.7	1992
800m	Marie Simonsson 59 Hagunda	2.06,0	25.8	1976
1500m	Isabell Ahlström 81 Rånäs	4.29,09	14.8	1998
3000m	Charlotta Brylla 68 Upsala	9.54,52	30.6	1984
1500m hinder/76.2	Josefine Berggren 89 Östhammar	5.10,25	7.7	2006
100m häck/76.2	Josephine Rohr 91 Bålsta	13,97	8.6	2008
300m häck/76.2	Marie Westerlund 75 Gimo	41,79	9.8	1992
Höjd	Karolina Holmlöf 79 Upsala	1,76	21.7	1996
<b>Stav</b>	<b>Johanna Duplantis 02 Upsala</b>	<b>3,66</b>	<b>4.5</b>	<b>2019</b>
<b>Längd</b>	Sofia Andersson 94 Örbyhus	5,71	13.8	2011
	<b>Tiffanie Magnusson 02 Upsala</b>	<b>5,71</b>	<b>11.8</b>	<b>2019</b>
Tresteg	Katrin Lönnblad 76 Rånäs	12,48	8.8	1993
Kula/3.0	Julia Axtelius 00 Enköping	14,94	6.8	2017
Diskus/1.0	Caisa-Marie Lindfors 00 Upsala	47,32	2.9	2017
Slägga/3.0	Jessica Mattsson 98 Tierp	64,40	13.9	2015
Slägga/4.0	Linnea Jönsson 95 Upsala	50,98	8.9	2012
Spjut/500	Daniella Ekström 99 Örbyhus	39,11	23.7	2016
Spjut/600	Gunilla Olovsson 82 Märsta	44,44	14.8	1999
Sjukamp/F17	Josephine Rohr 91 Bålsta	5267p	8.6	2008
	(13,97-1,58-12,83-25,77-5,68-31,08-2.22,60)			

## P16

100m	Erik Hagberg 95 Upsala	10,80	11.6	2011
200m	Erik Hagberg 95 Upsala	22,08	22.5	2011
400m	Albert Nygren 01 Upsala	49,76	12.8	2017
800m	Albert Nygren 01 Upsala	1,55.44	7.7	2017
1500m	Gustaf Bjurhammer 89 Rånäs	4,06.90	9.9	2005
3000m	Sievert Axner 56 Enköping	8.45,2	26.7	1972
2000m hinder/91.4	Marcus Hallbäck 92 Bålsta	6,15.06	18.7	2008
<b>110m häck/91.4</b>	<b>Oskari Peura 03 Upsala</b>	<b>14,57</b>	<b>31.8</b>	<b>2019</b>
300m häck/84.0	Isak Andersson 96 Upsala	37,00	9.7	2012
Höjd	Oskar Lundqvist 97 Upsala	2,09	11.7	2013
Stav	Simon Thor 00 Märsta	4,55	30.6	2016
Längd	Simon Plesse 02 Upsala	6,68	2.6	2018
Tresteg	Simon Pettersson 94 Örbyhus	14,15	15.8	2010
Kula/5.0	Simon Pettersson 94 Örbyhus	17,14	5.8	2010
Diskus/1.5	Simon Pettersson 94 Örbyhus	52,66	4.9	2010
Slägga/5.0	Hugo Sörby 01 Upsala	52,15	6.8	2017
Sjput/700	Axel Lönegren 94 Upsala	62,66	14.8	2010
Tiokamp/P16	Simon Pettersson 94 Örbyhus	6495p	5.9	2010
	(16,07-52,66-3,92-47,71-41,20-12,22-6,65-15,85-1,76-3.31,26)			

## P15

<b>80m</b>	Sture Källström 03 Upsala	9,47	30.6	2018
	<b>Max Fors 04 Upsala</b>	<b>9,47</b>	<b>16.8</b>	<b>2019</b>
100m	Erik Hagberg 95 Upsala	11,29	12.6	2010
300m	Albert Nygren 01 Upsala	36,10	7.8	2016
800m	Albert Nygren 01 Upsala	1.56,58	28.6	2016
2000m	Marcus Hallbäck 92 Bålsta	5.53,68	13.7	2007
1500m hinder/76.2	Marcus Hallbäck 92 Bålsta	4.25,48	20.7	2007
80m häck/84.0	Oskari Peura 03 Upsala	11,12	5.8	2018
100m häck/84.0	Victor Björklund 96 Upsala	13,92	28.8	2011
300m häck/76.2	Arvid Gustafsson 99 Upsala	39,36	9.8	2014
Höjd	Oskar Lundqvist 97 Upsala	2,01	7.7	2012
Stav	Simon Thor 00 Märsta	4,30	21.8	2015
Längd	Stefan Malmberg 64 Rånäs	6,45	21.6	1979
Tresteg	Simon Pettersson 94 Örbyhus	13,22	16.8	2009
Kula/4.0	Teddy Jonasson 58 Rånäs	17,62	30.9	1973
Diskus/1.0	Simon Pettersson 94 Örbyhus	55,76	6.9	2009
<b>Slägga/4.0</b>	<b>Max Fors 04 Upsala</b>	<b>56,97</b>	<b>6.8</b>	<b>2019</b>
Sjput/600	Tapio Vountisvaara 75 Örbyhus	66,26	9.6	1990
Åttakamp/P15	Simon Thor 00 Märsta	5307p	6.9	2015
(80mh from 2014)	(11,80-39,50-4,24-50,73-5,72-13,40-1,89-2.14,30)			
Åttakamp/P15	Simon Pettersson 94 Örbyhus	5320p	6.9	2009
(100mh tom 2013)	(15,34-55,76-3,36-56,83-6,16-15,70-1,72-2.29,33)			

## P14

80m	Sebastian Eriksson 03 Alunda	9,7	6.8	2017
100m	Erik Hagberg 95 Upsala	11,80	25.7	2009
300m	Albert Nygren 01 Upsala	36,83	5.7	2015
800m	Albert Nygren 01 Upsala	1.58,87	4.7	2015
2000m	Joakim Eriksson 92 Estuna	6.01,52	27.8	2006
1500m hinder/76.2	Axel Djurberg 99 Upsala	4.46,94	14.9	2013
80m häck/84.0	Oskari Peura 03 Upsala	11,96	10.9	2017
100m häck/84.0	Victor Björklund 96 Upsala	14,83	12.9	2010
300m häck/76.2	Isak Andersson 96 Upsala	42,86	7.8	2010
Höjd	Oskar Lundqvist 97 Upsala	1,90	10.9	2011
Stav	Simon Thor 00 Märsta	3,81	13.9	2014
Längd	Morgan Ohlström 91 Rånäs	5,83	17.9	2005
Tresteg	Morgan Ohlström 91 Rånäs	12,51	18.9	2005
Kula/4.0	Simon Thor 00 Märsta	14,09	13.9	2014
Diskus/1.0	Chris Arnoldsson 96 Märsta	45,34	25.9	2010
Slägga/4.0	Chris Arnoldsson 96 Märsta	57,70	19.6	2010
Sjput/600	Simon Thor 00 Märsta	53,19	21.9	2014
Åttakamp P14	Simon Thor 00 Märsta	4403p	3.8	2014
(80m h from 2014)	(12,78-37,45-3,55-44,78-5,11-12,45-1,81-2.29,35)			
Åttakamp P14	Tom Södrén 92 Estuna	3967p	23.7	2006
(100mh tom 2013)	(16,32-31,27-2,70-41,69-5,53-11,43-1,65-2.21,72)			

## F16

100m	Gabriella Holmström 00 Upsala	12,25	5.8	2016
200m	Ida Jansson 95 Rånäs	25,19	28.8	2011
400m	Ida Jansson 95 Rånäs	58,37	18.9	2011
800m	Linda Löfqvist 90 Hagunda	2.18,72	23.7	2006
1500m	Moa Westman 86 Rånäs	4.48,07	13.9	2002
3000m	Hanna Michaelsson 89 Rånäs	10.28,91	11.9	2005
1500m hinder/76.2	Ida Verwijst 89 Upsala	5.06,76	13.8	2005
100m häck/76.2	Sofia Andersson 94 Örbyhus	14,16	28.8	2010
300m häck/76.2	Louise Thornander 92 Upsala	45,36	24.7	2008
Höjd	Daniella Eriksson 87 Enköping	1,71	1.8	2003
Stav	Johanna Duplantis 02 Upsala	3,58	12.4	2018
Längd	Sofia Andersson 94 Örbyhus	5,82	12.9	2010
Tresteg	Louise Thornander 92 Upsala	12,27	30.8	2008
Kula/3.0	Katja Åsvik 75 Ununge	14,52	27.7	1991
Diskus/1.0	Caisa-Marie Lindfors 00 Upsala	40,97	30.7	2016
Slägga/3.0	Emma Holmgren Löf 02 Upsala	54,44	22.8	2018
Slägga/4.0	Emma Thor 97 Märsta	49,00	9.8	2013
Sjput/500	Jessica Mattsson 98 Tierp	39,36	12.7	2014
Sjput/600	Jennifer Björklund 95 Enköping	41,40	27.8	2011
Sjukamp/F16	Emilia Eklund 91 Upsala	4277p	5.8	2007
	(15,84-1,49-10,45-27,86-5,04-26,78-2.25,87)			

## F15

80m	Hanna Axelsson 99 Upsala	10,00	7.6	2014
100m	Ulrika Hägglund 76 Rånäs	12,21	18.8	1991
300m	Ida Jansson 95 Rånäs	40,13	4.7	2010
800m	Erika Löfqvist 95 Rånäs	2.19,92	14.8	2010
2000m	Alexandra Lindquist 79 Rånäs	6.38,36	7.8	1994
<b>1500m hinder/76.2</b>	<b>Ida Knutsson 04 Upsala</b>	<b>5.14,43</b>	<b>11.8</b>	<b>2019</b>
80m häck/76.2	Sofia Andersson 94 Örbyhus	11,39	16.8	2009
300m häck/76.2	Malin Malmbrandt 85 Enköping	44,99	17.9	2000
Höjd	Johanna Hellgren 92 Bålsta	1,72	10.6	2007
Stav	Frida Thornander 02 Upsala	3,25	20.8	2017
Längd	Sofia Andersson 94 Örbyhus	5,84	11.9	2009
Tresteg	Louise Thornander 92 Upsala	12,00	30.6	2007
Kula/3.0	Katja Åsvik 75 Ununge	13,99	29.7	1990
Diskus/0.6	Hanna Reiding 90 Märsta	40,43	30.7	2005
Diskus/0.75	Caisa-Marie Lindfors 00 Upsala	39,71	18.8	2015
<b>Slägga/3.0</b>	<b>Saga Berg 04 Östhammar</b>	<b>53,15</b>	<b>3.8</b>	<b>2019</b>
Sjput/400	Jessica Mattsson 98 Tierp	41,10	11.8	2013
Sjput/500	Julia Axtelius 00 Enköping	37,11	4.7	2015
Sexkamp/F15				
(500g sjput from 2014)				
Sexkamp/F15	Sofia Andersson 94 Örbyhus	4229p	5-6.9	2009
(400g sjput tom 2013)	(11,68-1,55-10,60-5,62-34,85-1.42,94)			

## F14

<b>80m</b>	<b>Maya Bergström Weekes 05 Upsala</b>	<b>10,17</b>	<b>8.6</b>	<b>2019</b>
100m	Caroline Taxén 94 Enköping	12,36	19.7	2008
300m	Ida Jansson 95 Rånäs	41,14	13.9	2009
800m	Marie Simonsson 59 Hagunda	2.09,47	2.9	1973
2000m	Erika Löfqvist 95 Hagunda	6.55,11	17.7	2009
1500m hinder/76.2	Ida Verwijst 89 Upsala	5.27,39	27.8	2003
<b>80m häck/76.2</b>	<b>Maya Bergström Weekes 05 Upsala</b>	<b>11,69</b>	<b>6.6</b>	<b>2019</b>
300m häck/76.2	Sofia Lindh 98 Upsala	47,52	9.6	2012
Höjd	Johanna Hellgren 92 Bålsta	1,68	16.9	2006
<b>Stav</b>	<b>Greta Erlandsson 05 Rånäs</b>	<b>3,86</b>	<b>28.6</b>	<b>2019</b>
Längd	Caroline Taxén 94 Enköping	5,77	6.9	2008
Tresteg	Caroline Taxén 94 Enköping	12,22	6.9	2008
Kula/3.0	Julia Axtelius 00 Enköping	12,71	2.8	2014
Diskus/0.6	Katja Åsvik 75 Ununge	44,94	2.9	1989
Diskus/0.75	Emma Holmgren Löf 02 Örbyhus	34,03	10.10	2016
Slägga/3.0	Elina Eriksson 93 Rånäs	43,71	6.5	2007
Sjput/400	Johanna Edlund 80	44,14	3.9	1994
Sjput/500	Julia Axtelius 00 Enköping	43,03	20.7	2014
Sexkamp/F14	Tilde Söderlund 04 Alunda	3581p	9.9	2018
(500g sjput from 2014)	(12,78-1,54-10,75-5,06-24,50-1.49,25)			
Sexkamp/F14	Frida Eriksson 93 Märsta	3399p	15.7	2007
(400g sjput tom 2013)	(13,32-1,55-9,02-4,36-34,48-1.49,69)			