

Upplandsrekord - Män inomhus

M35

60m	7.25	Theo Goodwill 1966 Rånäs 4H	Västerås/PBH 2003-02-01
200m	23.10	Theo Goodwill 1966 Rånäs 4H	Västerås/PBH 2004-01-24
400m	51.06	Theo Goodwill 1966 Rånäs 4H	Sätra 2005-02-27
600m	1.30.83	Peter Wallin 1971 IFK Märsta	Sätra 2010-12-04
800m	1.59.99	Kenneth Tholén 1969 Ununge IF	Västerås/PBH 2008-01-26
1000m	2.47.8m+	Mikael Tennare 1961 Rånäs 4H	Sätra 1999-01-23
1500m	3.56.08	Niklas Österberg 1973 Rånäs 4H	Lidingö/BosöH 2009-02-14
1 mile	4.59.1m	Robin Pino 1982 Uppsala LK	Uppsala 2017-12-15
2000m	6.07.1m+	Ola Hultin 1966 Rånäs 4H	Sätra 2002-01-27
3000m	8.27.93	Niklas Österberg 1973 Rånäs 4H	Lidingö/BosöH 2009-01-24
5000m	16.23.6m	Robin Pino 1982 Uppsala LK	Uppsala 2018-12-21
60mh 99.1cm			
Höjd	2.04	Per Nordlund 1969 Upsala IF	Västerås/PBH 2005-01-30
Stav	3.80	Per Nordlund 1969 Upsala IF	Nyköping/MuH 2006-03-12
Längd	6.80	Per Nordlund 1969 Upsala IF	Västerås/PBH 2005-01-29
Tresteg	11.40	Dag Dacke 1965 Rånäs 4H	Västerås/PBH 2004-02-08
Kula 7.26kg	17.00	Henrik Wennberg 1966 Upsala IF	Västerås/PBH 2005-01-30
Vikt 15.88kg	12.43	Johan Berg 1973 Östhammar FI	Sätra 2011-02-13
Femkamp			
Sjukamp			

M40

60m	7.24	Peter Hellgren 1964 Bålsta IK	Eskilstuna/Mu 2004-03-21
200m	23.26	Peter Hellgren 1964 Bålsta IK	Västerås/PBH 2004-03-14
400m	51.87	Peter Wallin 1971 IFK Märsta	Västerås 2015-02-01
600m	1.30.39	Peter Wallin 1971 IFK Märsta	Sätra 2015-01-10
800m	1.58.36	Kenneth Tholén 1969 Ununge IF	Västerås/PEABH 2011-01-29
1000m	2.57.45	Mikael Tennare 1961 Rånäs 4H	Sätra 2004-01-18
1500m	4.19.57	Fredrik Swahn 1977 IF Mantra Sport	Uppsala 2018-01-27
1 mile	5.04.7m	Marcus Höglund 1976 Uppsala LK	Uppsala 2017-12-15
2000m	6.20.0m+	Fredrik Swahn 1977 IF Mantra Sport	Uppsala 2018-02-23
3000m	9.01.96	Fredrik Swahn 1977 IF Mantra Sport	Västerås 2018-03-02
5000m	15.34.7m	Thomas Stevens 1979 IF Mantra Sport	Uppsala 2019-12-20
60mh 99.1cm	8.93	Jonas Asplund 1973 IFK Märsta	Torun POL 2015-03-26
Höjd	1.82	Per Nordlund 1969 Upsala IF	Huddinge 2009-02-15
	1.82	Urban Gustavsson 1969 Upsala IF	Huddinge 2009-02-15
Stav	4.82	Jonas Asplund 1973 IFK Märsta	Sätra 2016-02-12
Längd	6.40	Per Nordlund 1969 Upsala IF	Huddinge/StH 2009-02-14
Tresteg	11.82	Dag Dacke 1965 Rånäs 4H	Karlskrona/SuH 2006-01-28
Kula 7.26kg	13.47	Teddy Jonasson 1958 Rånäs 4H	Sätra 1999-01-23
Vikt 15.88kg	14.87	Michael Welin 1967 Rånäs 4H	Bollnäs/HöghH 2010-02-14
Femkamp	3366p	Jonas Asplund 1973 IFK Märsta	Torun POL 2015-03-26
Sjukamp			

M45

60m	7.56	Jonas Asplund 1973 IFK Märsta	Malmö 2020-02-29
200m	23.43	Peter Wallin 1971 IFK Märsta	Västerås 2016-01-30

400m	51.81	Peter Wallin 1971 IFK Märsta	Västerås 2016-01-31
600m	1.34.54	Dag Dacke 1965 Rånäs 4H	Sätra 2010-12-04
800m	2.11.30	Kalle Sylvan 1952 Enköpings AIF	Göteborg/FH 1997-03-22
1000m	3.00.49	Jakob Hedberg 1972 Uppsala LK	Uppsala 2018-01-04
1500m	4.32.38	Mikael Tennare 1961 Rånäs 4H	Karlskrona/SuH 2006-02-18
1 mile	5.11.3m	Jakob Hedberg 1972 Uppsala LK	Uppsala 2017-12-15
2000m	6.27.06	Mikael Tennare 1961 Rånäs 4H	Sätra 2007-01-20
3000m	9.37.87	Martti Mustonen 1960 Rånäs 4H	Västerås/PBH 2007-01-27
5000m	18.45.4m	Jakob Hedberg 1972 Uppsala LK	Uppsala 2019-12-20
60mh 99.1cm	9.21	Jonas Asplund 1973 IFK Märsta	Torun, POL 2019-03-28
Höjd	1.73	Henrik Marcusson 1972 Upsala IF	Malmö 2020-02-29
Stav	4.90	Jonas Asplund 1973 IFK Märsta	Göteborg 2020-02-01
Längd	5.88	Jonas Asplund 1973 IFK Märsta	Torun, POL 2019-03-28
Tresteg	12.17	Dag Dacke 1965 Rånäs 4H	Karlskrona/SuH 2011-03-06
Kula 7.26kg	13.40	Teddy Jonasson 1958 Rånäs 4H	Västerås/PBH 2003-02-02
Vikt 15.88kg	12.70	Lars-Göran Öberg 1957 Östhammar FI	Eskilstuna/Mu 2005-03-12
Femkamp	3541p	Jonas Asplund 1973 IFK Märsta	Torun, POL 2019-03-28
Sjukamp			

M50

60m	7.70	Dag Dacke 1965 IFK Märsta	Torun, POL 2015-03-24
200m	24.89	Dag Dacke 1965 IFK Märsta	Torun, POL 2015-03-27
400m	55.67	Dag Dacke 1965 IFK Märsta	Torun, POL 2015-03-23
600m	1.37.63	Dag Dacke 1965 IFK Märsta	Sätra 2015-01-10
800m	2.17.30	Anders Toll 1961 Uppsala LK	Borås 2015-03-08
1000m	3.06.51	Morten Linnes 1967 IFK Märsta	Sollentuna 2018-01-17
1500m	4.41.99	Miles Fleetwood 1941 Uppsala LK	Solna/SolnaH 1995-03-12
1 mile	6.08.5m	Lars Fahlén 1964 IF Mantra Sport	Uppsala 2017-12-15
2000m	7.06.7m	Stefan Eriksson 1964 IF Mantra Sport	Uppsala 2018-02-23
3000m	9.49.37	Miles Fleetwood 1941 Uppsala LK	Göteborg/FH 1995-03-25
5000m			
60mh 91.4cm	9.46	Göran Ottemalm 1947 Heby AIF	Solna/SolnaH 1997-02-01
Höjd	1.63	Tomas Bengtsson 1961 IFK Märsta	Sätra 2015-01-10
Stav	3.60	Lennart Svärdsén 1936 Ununge IF	Solna 1986-02-13
	3.60	Neal Peterson 1963 IFK Märsta	Bollnäs 2016-03-06
Längd	5.55	Göran Ottemalm 1947 Heby AIF	Solna/SolnaH 1997-02-01
Tresteg	11.48	Dag Dacke 1965 IFK Märsta	Borås 2015-03-06
Kula 6.00kg	13.54	Pekka Tähtinen 1952 Rånäs 4H	Karlskrona/SuH 2006-02-18
Vikt 11.34kg	15.65	Kees Kok 1962 IFK Märsta	Sätra 2013-01-12
Femkamp	2979p	Dag Dacke 1965 IFK Märsta	Nyköping 2015-02-04
Sjukamp			

M55

60m	7.97	Peter Hellgren 1964 Bålsta IK	Malmö 2019-03-02
	7.97	Dag Dacke 1965 IFK Märsta	Malmö 2020-02-28
200m	25.20	Dag Dacke 1965 IFK Märsta	Malmö 2020-03-01
400m	57.30	Anders Toll 1961 Uppsala LK	Torun, POL 2019-03-25
600m			
800m	2.10.43	Anders Toll 1961 Uppsala LK	Torun, POL 2019-03-28
1000m	2.57.47	Anders Toll 1961 Uppsala LK	Uppsala 2018-01-04
1500m	4.40.59	Anders Toll 1961 Uppsala LK	Torun, POL 2019-03-29

1 mile	5.08.7m	Anders Toll 1961 Uppsala LK	Uppsala 2017-12-15
2000m	6.31.3m	Anders Toll 1961 Uppsala LK	Uppsala 2018-02-23
3000m	10.11.03	Miles Fleetwood 1941 Uppsala LK	Göteborg/FH 1996-03-23
5000m	18.04.1m	Anders Toll 1961 Uppsala LK	Uppsala 2018-12-21
60mh 91.4cm	10.71	Anders Toll 1961 Uppsala LK	Sollentuna 2019-03-06
Höjd	1.64	Mats Nagle 1960 IFK Märsta	Sätra 2018-01-13
Stav	3.24	Robert Eliasson 1959 IFK Märsta	Sätra 2016-01-10
Längd	5.21	Göran Ottemalm 1947 Heby AIF	Västerås/PBH 2004-01-24
Tresteg	11.08	Dag Dacke 1965 IFK Märsta	Malmö 2020-03-01
Kula 6.00kg	13.57	Pekka Tähtinen 1952 Rånäs 4H	Örebro/MässH 2007-11-25
Vikt 11.34kg	12.55	Kjell Jansson 1946 Valö IK	Bollnäs/HöghH 2001-02-11
Femkamp	3374p	Anders Toll 1961 Uppsala LK	Nyköping 2019-01-26
Sjukamp			

M60

60m	8.39	Bertil Hedström 1934 Rånäs 4H	Lidingö/B 1994-02-05
200m	27.92	Bertil Hedström 1934 Rånäs 4H	Lidingö/B 1994-02-05
400m	65.95	Bertil Hedström 1934 Rånäs 4H	Karlstad/VåxH 1998-03-22
600m			
800m	2.30.57	Miles Fleetwood 1941 Uppsala LK	Bollnäs/HöghH 2001-02-11
1000m			
1500m	4.53.88	Miles Fleetwood 1941 Uppsala LK	Bordeaux FRA 2001-03-11
1 mile	7.59.9m	Örjan Wedin 1955 Östhammar FI	Uppsala 2018-12-21
2000m	10.07.6m	Örjan Wedin 1955 Östhammar FI	Uppsala 2018-02-23
3000m	10.20.49	Miles Fleetwood 1941 Uppsala LK	Bordeaux FRA 2001-03-08
5000m			
60mh 83.8cm (84.0cm)	11.57	Bertil Hedström 1934 Rånäs 4H	Solna/SolnaH 1996-03-17
Höjd	1.63	Mats Nagle 1960 IFK Märsta	Eskilstuna 2020-01-06
Stav	3.10	Lennart Svärdsén 1936 Ununge IF	Sätra 2000-03-18
Längd	4.34	Mats Nagle 1960 IFK Märsta	Malmö 2020-02-28
Tresteg			
Kula 5.00kg	12.37	Juha Hankkila 1937 Rånäs 4H	Karlstad/VåxH 1998-03-21
Vikt 9.08kg	13.50	Åke Lundberg 1953 Upsala IF	Huddinge/Sh 2014-02-09
Femkamp			
Sjukamp			

M65

60m	8.67	Bertil Hedström 1934 Rånäs 4H	Sätra 2000-01-22
200m	28.54	Bertil Hedström 1934 Rånäs 4H	Sätra 1999-01-10
400m	66.18	Bertil Hedström 1934 Rånäs 4H	Malmö/Atlet 1999-03-07
600m	1.56.53	Roland Jansson 1952 LK Roslagen	Sätra 2020-02-16
800m	2.35.98	Roland Jansson 1952 LK Roslagen	Torun, POL 2019-03-27
1000m	3.25.10	Miles Fleetwood 1941 Uppsala LK	Sätra 2007-03-04
1500m	5.13.69	Miles Fleetwood 1941 Uppsala LK	Linz AUT 2006-03-20
1 mile	5.56.7m	Roland Jansson 1952 LK Roslagen	Uppsala 2018-12-21
2000m	7.37.2m	Roland Jansson 1952 Uppsala LK	Uppsala 2018-02-23
3000m	11.24.48	Miles Fleetwood 1941 Uppsala LK	Linz AUT 2006-03-15
5000m			
60mh 83.8cm (84.0cm)	12.35	Bertil Hedström 1934 Rånäs 4H	Sätra 1999-02-28
Höjd	1.19	Börje Andersson 1949 Rånäs 4H	Nyköping 2015-02-04
Stav			

Längd	3.93	Börje Andersson 1949 Rånäs 4H	Sätra 2017-01-07
Tresteg	7.89	Börje Andersson 1949 Rånäs 4H	Sätra 2017-01-08
Kula 5.00kg	11.52	Juha Hankkila 1937 Rånäs 4H	Bollnäs/HöghH 2005-02-12
Vikt 9.08kg	9.33	Juha Hankkila 1937 Rånäs 4H	Sätra 2004-02-29
Femkamp	2398p	Börje Andersson 1949 Rånäs 4H	Nyköping 2015-02-04
Sjukamp			

M70

60m	8.65	Bertil Hedström 1934 Rånäs 4H	Sindelfingen GER 2004-03-12
200m	28.69	Bertil Hedström 1934 Rånäs 4H	Västerås/PBH 2004-02-08
400m	67.83	Bertil Hedström 1934 Rånäs 4H	Drammen NOR 2004-03-21
600m			
800m	2.57.51	Yngve Fredin 1930 Uppsala LK	Sätra 2000-03-18
1000m			
1500m	5.59.12	Yngve Fredin 1930 Uppsala LK	Sätra 2000-03-19
1 mile			
2000m			
3000m	16.05.99	Lars Skogäng 1932 Bålsta IK	Västerås/FH 2002-03-24
5000m			
60mh 76.2cm	10.54	Bertil Hedström 1934 Rånäs 4H	Eskilstuna/Mu 2005-01-16
Höjd	1.26	Juha Hankkila 1937 Rånäs 4H	Huddinge/StH 2009-02-14
Stav			
Längd			
Tresteg	6.48	Juha Hankkila 1937 Rånäs 4H	Huddinge/StH 2008-02-10
Kula 4.00kg	13.30	Bernhard Karlsson 1933 Valö IK	Karlskrona/SuH 2006-02-18
Vikt 7.26kg	14.97	Jöran Westberg 1947 IFK Märsta	Sätra 2019-01-13
Femkamp			
Sjukamp			

M75

60m	9.84	Lennart Asplund 1939 IFK Märsta	Huddinge/Sh 2017-03-10
200m	34.22	Lennart Asplund 1939 IFK Märsta	Sätra 2018-01-14
400m	100.50	Bengt Eriksson 1943 IF Mantra Sport	Västerås 2018-03-03
600m			
800m	2.53.11	Holger Josefsson 1918 Uppsala LK	Lidingö/B 1994-02-05
1000m			
1500m	5.42.64	Holger Josefsson 1918 Uppsala LK	Solna 1993-02-27
1 mile			
2000m			
3000m	12.40.27	Holger Josefsson 1918 Uppsala LK	Lidingö/B 1994-02-05
5000m			
60mh 76.2cm			
Höjd	1.15	Juha Hankkila 1937 Rånäs 4H	Huddinge/StH 2012-01-28
Stav	2.25	Lennart Asplund 1939 IFK Märsta	Huddinge/Sh 2014-02-07
Längd	3.45	Lennart Asplund 1939 IFK Märsta	Sätra 2016-01-09
Tresteg	5.69	Juha Hankkila 1937 Rånäs 4H	Huddinge/StH 2012-02-12
Kula 4.00kg	13.62	Bernhard Karlsson 1933 Valö IK	Örebro/MässH 2008-04-05
Vikt 7.26kg	13.00	Bernhard Karlsson 1933 Valö IK	Huddinge/StH 2008-02-10
Femkamp			
Sjukamp			

M80

60m	10.45	Lennart Asplund 1939 IFK Märsta	Malmö 2019-03-02
200m	37.32	Lennart Asplund 1939 IFK Märsta	Malmö 2019-03-03
400m	94.27	Lennart Asplund 1939 IFK Märsta	Malmö 2019-03-02
600m			
800m	3.10.39	Holger Josefsson 1918 Uppsala LK	Karlstad/VåxH 1998-03-21
1000m			
1500m	6.30.78	Holger Josefsson 1918 Uppsala LK	Malmö/Atlet 1999-03-07
1 mile			
2000m			
3000m			
5000m			
60mh 68.8cm			
Höjd			
Stav			
Längd			
Tresteg			
Kula 3.00kg	11.81	Bernhard Karlsson 1933 Valö IK	Örebro 2016-03-12
Vikt 5.45kg	10.87	Bernhard Karlsson 1933 Valö IK	Borås 2017-02-03
Femkamp			
Sjukamp			

M85

60m			
200m			
400m			
600m			
800m	3.30.95	Holger Josefsson 1918 Uppsala LK	Västerås/PBH 2004-02-08
1000m			
1500m	7.18.32	Holger Josefsson 1918 Uppsala LK	Västerås/PBH 2004-02-07
1 mile			
2000m			
3000m			
5000m			
60mh 68.8cm			
Höjd			
Stav			
Längd			
Tresteg			
Kula 3.00kg	11.95	Bernhard Karlsson 1933 Valö IK	Västerås 2018-03-03
Vikt 5.45kg	9.32	Einar Andersson 1918 Rånäs 4H	Västerås/PBH 2004-02-07
Femkamp			
Sjukamp			

Stafetter

4x200m	1.41.59	Jonas Asplund 1973 IFK Märsta Dag Dacke 1965 IFK Märsta Patrik Neuendorff 1966 IFK Märsta Peter Wallin 1971 IFK Märsta	Bollnäs 2016-03-05
--------	---------	---	--------------------