



## 10-bästa genomtiderna inomhus

Tio Bästa genom tiderna, Åhus FIK, uppdaterad 2022-02-13

### Damer:

#### 60 meter:

Sara Svensson	1991	<b>7.75</b>	2013 Malmö, Pallaspelen
Moa Kjellander	1999	<b>7.82</b>	2018 Öllsjö, Åhus Indoor
Selma Jönsson	2002	<b>7.82</b>	2018 Växjö, IUSM 15-16 år
Zehra Jusupovic	1992	<b>7.92</b>	2010 Malmö, Junior SM 17-22 år
Emma Lagerqvist	1989	<b>7.95</b>	2008 Malmö, Pallaspelen
Alexandra Svensson	1991	<b>7.97</b>	2009 Vellinge, Vellinge Indoor
Hannah Hansson	2000	<b>7.99</b>	2022 Öllsjö, Åhus Indoor
Sydney Karström	2004	<b>8.03</b>	2020 Växjö, Quality Hotel Games
Cornelia Helgesson	2002	<b>8.07</b>	2021 Öllsjö, Resultattävling
Emma Gerdes	2003	<b>8.13</b>	2018 Växjö, IUSM 15-16 år

#### 200 meter:

Selma Jönsson	2002	<b>25.91</b>	2018 Malmö, Athleticumspelen
Sara Svensson	1991	<b>26.18</b>	2010 Malmö, Athleticumspelen
Emma Lagerqvist	1989	<b>26.48</b>	2008 Malmö, Pallaspelen
Moa Kjellander	1999	<b>26.63</b>	2018 Växjö, Quality Hotel Games
Emma Schack	1995	<b>26.88</b>	2010 Malmö, Athleticumspelen
Emma Gerdes	2003	<b>27.04</b>	2018 Växjö, IUSM 15-16 år
Matilda Andersson	1996	<b>27.14</b>	2012 Malmö, Pallaspelen
Elsa Hjelm	2004	<b>27.19</b>	2017 Växjö, IGM 13-14 år
Hannah Hansson	2000	<b>27.49</b>	2018 Malmö, Athleticumspelen
Sydney Karström	2004	<b>27.96</b>	2018 Malmö, Athleticumspelen

#### 400 meter:

Selma Jönsson	2002	<b>58.62</b>	2018 Växjö, IUSM 15-16 år
Sara Svensson	1991	<b>59.08</b>	2008 Göteborg, Julklappsjakten
Mathilda Andersson	1996	<b>1.02.08</b>	2012 Göteborg, Ungdoms SM 15-16 år
Cornelia Helgesson	2002	<b>1.02.42</b>	2020 Malmö, Pallaspelen
Emma Lagerqvist	1989	<b>1.02.74</b>	2008 Eskilstuna, Junior SM 17-22 år
Julia Magntorn	1991	<b>1.03.20</b>	2007 Malmö, IUSM 15-16 år
Malin Friberg	1986	<b>1.03.93</b>	2005 Malmö, Pallaspelen
Nathalie Nilsson	1989	<b>1.04.31</b>	2017 Malmö, Athleticumspelen
Ebba Björkman	1995	<b>1.05.05</b>	2012 Malmö, Athleticumspelen
Nellie Bjerstedt	2000	<b>1.06.80</b>	2016 Malmö, Athleticumspelen

#### 800 meter:

Tilda Helgesson	1992	<b>2.21.14</b>	2013 Carbondale, IL
Sandra Nilsson	1988	<b>2.25.26</b>	2013 Malmö, Pallaspelen

Fanny Sundqvist	1994	<b>2.31.64</b>	2012 Karlskrona, Sunna Open
Cornelia Helgesson	2002	<b>2.32.31</b>	2019 Malmö, Athleticumspelen
Mimmie Andersson	1989	<b>2.34.20</b>	2007 Malmö, Pallasspelen
Elsa Hjelm	2004	<b>2.34.49</b>	2017 Växjö, Quality Hotel Games
Ella Törnblom	2007	<b>2.39.75</b>	2020 Malmö, Athleticumspelen
Elvira Helgesson	2008	<b>2.42.68</b>	2020 Malmö, Athleticumspelen
Hedda Månsson	2005	<b>2.48.89</b>	2017 Karlskrona, Tomtespelen
Tuva Selin	2005	<b>2.51.25</b>	2018 Malmö, Athleticumspelen

#### **1500 meter:**

Sandra Nilsson	1988	<b>4.46.86</b>	2012 Malmö, Pallasspelen
Tilda Helgesson	1992	<b>4.54.82</b>	2010 Stockholm, GE-galan
Emma Åkesson	1986	<b>4.59.12</b>	2005 Göteborg, Junior SM
Johanna Stark	1991	<b>5.07.86</b>	2006 Göteborg, Julklappsjakten
Fanny Sundqvist	1994	<b>5.08.36</b>	2010 Norrköping, Ungdoms SM 15-16 år
Cornelia Helgesson	2002	<b>5.38.95</b>	2019 Malmö, Pallasspelen
Moa Mårtensson	2000	<b>5.47.72</b>	2016 Karlskrona, Tomtespelen

#### **3000 meter:**

Tilda Helgesson	1992	<b>10.00.77</b>	2016 Carbondale, IL
Johanna Stark	1991	<b>11.14.07</b>	2012 Karlskrona, Sunna Open
Moa Mårtensson	2000	<b>13.02.16</b>	2016 Karlskrona, Ka2-spelen

#### **5000 meter:**

Tilda Helgesson	1992	<b>17.20.71</b>	2015 Birmingham, AL
-----------------	------	-----------------	---------------------

#### **60 meter Häck, 84.0cm:**

Sara Svensson	1991	<b>8.70</b>	2013 Göteborg, Inomhus
Zehra Jusupovic	1992	<b>8.81</b>	2010 Malmö, Junior SM 17-22 år
Moa Kjellander	1999	<b>8.95</b>	2018 Lund, Sprinterträffen
Mimmie Andersson	1989	<b>9.38</b>	2007 Nyköping, Junior SM 17-22 år
Matilda Andersson	1996	<b>9.50</b>	2014 Malmö, Pallasspelen
Dilek Özgür	2003	<b>10.20</b>	2021 Öllsjö, Resultattävling
Sara Edwardsson	1990	<b>10.22</b>	2008 Karlskrona, Sunna Open
Hannah Hansson	2000	<b>10.29</b>	2021 Öllsjö, Resultattävling
Ellen Rohlén	2002	<b>11.91</b>	2019 Öllsjö, Resultattävling

#### **Höjdhopp:**

Emma Schack	1995	<b>1.70</b>	2010 Malmö, Pallasspelen
Sandra Liljegren	1991	<b>1.68</b>	2011 Karlskrona, Tomtespelen
Sydney Karström	2004	<b>1.67</b>	2020 Örebro, IUSM 15-16 år
Jenny Karström	1986	<b>1.61</b>	2003 Karlskrona, Tomtespelen
Zehra Jusupovic	1992	<b>1.59</b>	2009 Öllsjö, Åhus Indoor
Moa Kjellander	1999	<b>1.57</b>	2014 Karlskrona, Sunnakampen
Moa Feldt	2003	<b>1.56</b>	2017 Öllsjö, Åhus Indoor
Kajsa Andersson	2002	<b>1.51</b>	2017 Öllsjö, Resultattävling

Mimmie Andersson	1989	<b>1.50</b>	2006 Växjö, Mångkamp
Frida Lundberg	1999	<b>1.43</b>	2012 Malmö, Athleticumspelen
Tea Persson Kruse	2006	<b>1.43</b>	2021 Öllsjö, Resultattävling

#### **Stavhopp:**

Vera Frisk	2008	<b>2.42</b>	2022 Öllsjö, Åhus Indoor
Semhar Al Wolday	1998	<b>2.40</b>	2016 Öllsjö, Åhus Indoor
Frida Lundberg	1999	<b>2.36</b>	2016 Öllsjö, Öppna Åhusmästerskapen
Nicole Björklund	2007	<b>2.31</b>	2022 Öllsjö, Resultattävling
Matilda Andersson	1996	<b>2.15</b>	2011 Öllsjö, Åhus Indoor
Kajsa Andersson	2002	<b>2.13</b>	2015 Växjö, Götalandsmästerskapen
Erica Karlström	1998	<b>2.13</b>	2018 Öllsjö, Resultattävling
Elsa Hjelm	2004	<b>2.00</b>	2017 Öllsjö, Åhus Indoor
Alicia Dahlerus	2009	<b>1.90</b>	2021 Malmö, Pepparkaksspelen
Lia Dahlqvist	2005	<b>1.85</b>	2019 Öllsjö, Resultattävling

#### **Längdhopp:**

Sydney Karström	2004	<b>5.77</b>	2020 Göteborg, MAIK Indoor
Alexandra Svensson	1991	<b>5.45</b>	2010 Vellinge, Vellinge Indoor
Melinda Ymsén	1988	<b>5.29</b>	2007 Göteborg, Julklappsjakten
Ellen Isacsson	1992	<b>5.18</b>	2009 Vellinge, Vellinge Indoor
Zehra Jusupovic	1992	<b>5.11</b>	2010 Malmö, NCC-spelen
Moa Kjellander	1999	<b>5.06</b>	2016 Öllsjö, Resultattävling
Annie Milvén	1992	<b>4.94</b>	2012 Karlskrona, Sunna Open
Filippa Svensson	2003	<b>4.87</b>	2018 Malmö, Athleticumspelen
Cornelia Helgesson	2002	<b>4.85</b>	2022 Öllsjö, Åhus Indoor
Lia Dahlqvist	2005	<b>4.82</b>	2022 Öllsjö, Åhus Indoor

#### **Trestegshopp:**

Alexandra Svensson	1991	<b>11.61</b>	2010 Malmö, Junior SM 17-22 år
Sydney Karström	2004	<b>11.58</b>	2020 Örebro, IUSM 15-16 år
Mimmie Andersson	1989	<b>11.10</b>	2007 Göteborg, Julklappsjakten
Ellen Isacsson	1992	<b>10.62</b>	2008 Sätra, Ungdoms SM 15-16 år
Kajsa Andersson	2002	<b>10.09</b>	2018 Karlskrona, Sunna Open
Cornelia Helgesson	2002	<b>10.01</b>	2021 Öllsjö, Resultattävling
Johanna Englund	1986	<b>9.83</b>	2003 Malmö, Pallaspelen
Jenny Karström	1986	<b>9.75</b>	2005 Malmö, JDM
Moa Feldt	2003	<b>9.46</b>	2017 Öllsjö, Resultattävling
Filippa Svensson	2003	<b>9.15</b>	2021 Öllsjö, Resultattävling

#### **Kula 4.0 kg:**

Isabel Ribeiro	1988	<b>12.28</b>	2019 Öllsjö, Åhus Indoor
Ida Claesson	1990	<b>10.89</b>	2010 Kristianstad, Åhus Indoor
Mimmie Andersson	1989	<b>10.16</b>	2008 Malmö, Addecospelen
Agnes Jansdotter	1998	<b>10.13</b>	2016 Öllsjö, Åhus Indoor
Kajsa Andersson	2002	<b>9.81</b>	2021 Öllsjö, Resultattävling

Daniella Gherman	1997	<b>9.77</b>	2017 Öllsjö, Åhus Indoor
Zehra Jusupovic	1992	<b>9.63</b>	2016 Öllsjö, Åhus Indoor
Moa Kjellander	1999	<b>9.49</b>	2017 Öllsjö, Resultattävling
Maria Johansson	1996	<b>9.23</b>	2018 Växjö, Inomhuskastet
Sandra Nolin Svensson	1974	<b>9.22</b>	2016 Öllsjö, Åhus Indoor

#### **Viktkastning 9.08 kg:**

Daniella Gherman	1997	<b>14.31</b>	2017 Öllsjö, Resultattävling
Maria Johansson	1996	<b>14.11</b>	2018 Uppsala, IJSM 17-22 år
Linnéa Frisk	1995	<b>11.97</b>	2021 Öllsjö, Resultattävling
Fanny Lundberg	2001	<b>9.91</b>	2019 Öllsjö, Resultattävling
Frida Lindau	2003	<b>9.74</b>	2021 Öllsjö, Resultattävling
Matilda Andersson	1996	<b>9.68</b>	2014 Öllsjö, Resultattävling
Agnes Jansdotter	1998	<b>9.59</b>	2014 Öllsjö, Resultattävling
Kajsa Andersson	2002	<b>9.49</b>	2021 Öllsjö, Resultattävling
Ellen Rohlén	2002	<b>9.47</b>	2020 Öllsjö, Resultattävling
Semhar Al Wolday	1998	<b>7.99</b>	2015 Öllsjö, Nyårskastet

#### **Herrar:**

##### **60 meter:**

Alexander Bengtsson	1998	<b>7.11</b>	2015 Malmö, Pallaspelen
William Lindqvist	2005	<b>7.21</b>	2022 Öllsjö, Åhus Indoor
Alexander Nertlinge Asp	1992	<b>7.24</b>	2011 Öllsjö, Åhus Indoor
Samuel Jönsson	2006	<b>7.26</b>	2022 Öllsjö, Åhus Indoor
David Johansson	1991	<b>7.29</b>	2012 Öllsjö, Åhus Indoor
Fabian Fallgren	1989	<b>7.30</b>	2007 Karlskrona, Sunna Open
Simon Nordqvist	2002	<b>7.36</b>	2020 Karlskrona, Sunna Open
Filip Essbrant	1990	<b>7.40</b>	2011 Öllsjö, Åhus Indoor
Eff Phuphantong	1998	<b>7.41</b>	2015 Karlskrona, Tomtespelen
Joel Torp	2004	<b>7.51</b>	2020 Öllsjö, Åhus Indoor

##### **200 meter:**

Alexander Bengtsson	1998	<b>22.69</b>	2018 Pittsburgh, Kanada
Fabian Fallgren	1989	<b>23.30</b>	2008 Malmö, Addecospelen
Filip Essbrant	1990	<b>23.88</b>	2009 Malmö, Athleticumspelen
Alexander Nertlinge Asp	1992	<b>23.98</b>	2008 Karlskrona, Tomtespelen
Simon Nordqvist	2002	<b>24.45</b>	2020 Malmö, Pallaspelen
Eff Phuphantong	1998	<b>24.45</b>	2015 Karlskrona, Tomtespelen
Joel Torp	2004	<b>24.70</b>	2020 Växjö, Quality Hotel Games
Ludvig Isacson	1993	<b>24.79</b>	2011 Karlskrona, Tomtespelen
Hugo Larsson Wilhelmsson	2002	<b>24.80</b>	2020 Malmö, Pallaspelen
William Jarnemo	2004	<b>25.61</b>	2020 Malmö, Pallaspelen

##### **400 meter:**

William Lindqvist	2005	<b>51.02</b>	2022 Malmö, Pallaspelen
Samuel Jönsson	2006	<b>51.39</b>	2022 Malmö, Pallaspelen

Filip Essbrant	1990	<b>52.39</b>	2013 Malmö, Pallasspelen
Oskar Nilsson	1985	<b>52.75</b>	2004 Stockholm, Vinterrundan
Alexander Bengtsson	1998	<b>53.77</b>	2015 Växjö, Best Western Games
Alexander Nertlinge Asp	1992	<b>54.17</b>	2009 Göteborg, Junior SM 17-22 år
Arvid Jiwestam	2004	<b>55.31</b>	2022 Karlskrona, KA2-spelen
Truls Månsson	2002	<b>55.32</b>	2019 Malmö, Indoor Challenge
David Elvingsson	1995	<b>55.59</b>	2015 Växjö, Best Western Games
Biniam Habtom	2001	<b>56.57</b>	2018 Växjö, Quality Hotel Games

#### 800 meter:

Truls Månsson	2002	<b>2.05.80</b>	2019 Malmö, Julchansen
Hampus Börjesson	1993	<b>2.05.83</b>	2020 Malmö, Athleticumspelen
Sirak Amanuel Belay	1992	<b>2.06.09</b>	2012 Malmö, Pallasspelen
Oskar Nilsson	1985	<b>2.07.38</b>	2001 Malmö, Pallasspelen
Biniam Habtom	2001	<b>2.09.37</b>	2018 Malmö, Julchansen
Albin Ekerot	1998	<b>2.14.10</b>	2013 Malmö, Sista Chansen
Mikel Månsson	2007	<b>2.15.43</b>	2021 Malmö, Julchansen
Christopher Martinsson	1990	<b>2.16.83</b>	2009 Karlskrona, KA2-spelen
Christoffer Danarö	1984	<b>2.18.22</b>	2021 Malmö, Julchansen
Linus Lindberg	2006	<b>2.27.10</b>	2019 Växjö, IGM 13-14 år

#### 1500 meter:

Oskar Nilsson	1985	<b>4.00.17</b>	2003 Västerås, Junior SM
Truls Månsson	2002	<b>4.21.02</b>	2020 Malmö, Pallasspelen
Sirak Amanuel Belay	1992	<b>4.24.74</b>	2012 Malmö, Pallasspelen
Biniam Habtom	2001	<b>4.26.60</b>	2019 Växjö, Quality Hotel Games
Hampus Börjesson	1993	<b>4.28.82</b>	2017 Karlskrona, Tomtespelen
Jesper Lagerqvist	1990	<b>4.31.41</b>	2007 Växjö, Växjöspelen
Viktor Nilsson	1987	<b>4.34.11</b>	2004 Karlskrona, Tomtespelen
Per Dreifaldt	1969	<b>4.42.78</b>	2016 Karlskrona, KA2-spelen
Arvid Jiwestam	2004	<b>4.43.63</b>	2022 Malmö, Pallasspelen
Albin Ekerot	1998	<b>4.57.88</b>	2014 Växjö, BWG

#### 3000 meter:

Oskar Nilsson	1985	<b>8.39.74</b>	2004 Göteborg, Stora SM
Jacob Lööf	1985	<b>8.58.8m</b>	2014 Malmö, Malmö Indoor
Sirak Amanuel Belay	1992	<b>9.49.57</b>	2012 Karlskrona, Sunna Open
Biniam Habtom	2001	<b>9.56.69</b>	2020 Malmö, Malmö Indoor
Ola Cedergren	1972	<b>10.09.04</b>	2012 Huddinge, Stora IVSM
Ali Reza Naseri	2001	<b>10.15.60</b>	2020 Malmö, Malmö Indoor

#### 60 meter häck 106.7 cm:

Magnus Jiwestam	1970	<b>11.21</b>	2018 Kristianstad, Åhus Indoor
Pontus Nilsson	1972	<b>13.59</b>	2018 Kristianstad, Åhus Indoor

#### Höjdhopp:

Ludvig Isacsson	1993	<b>1.75</b>	2011 Kristianstad, Åhus Indoor
Emil Hansson	2000	<b>1.74</b>	2019 Öllsjö, Åhus Indoor
Daniel Möller	1990	<b>1.72</b>	2006 Halmstad, Halmstad Indoor
Marcus Martinsson	1990	<b>1.71</b>	2004 Karlskrona, Tomtespelen
Fabian Fallgren	1989	<b>1.67</b>	2006 Halmstad, Halmstad Indoor
Hampus Börjesson	1993	<b>1.66</b>	2.17 Öllsjö, Resultattävling
Samuel Jönsson	2006	<b>1.64</b>	2021 Öllsjö, Resultattävling
Algot Hallberg	2005	<b>1.63</b>	2021 Öllsjö, Resultattävling
Gustav Eichmüller	1998	<b>1.61</b>	2013 Växjö, IUSM i mångkamp
Joel Torp	2004	<b>1.61</b>	2021 Öllsjö, Resultattävling

#### **Stavhopp:**

Gustav Karlström	2005	<b>3.73</b>	2022 Öllsjö, Åhus Indoor
Jesper Dreifaldt	2002	<b>3.43</b>	2022 Öllsjö, Åhus Indoor
Algot Hallberg	2005	<b>3.31</b>	2022 Öllsjö, Resultattävling
Ian Dahlqvist	2001	<b>2.71</b>	2017 Wä, Resultatävling
Gustav Eichmüller	1998	<b>2.52</b>	2013 Växjö, ISM Mångkamp
Magnus Jiwestam Persson	1970	<b>2.40</b>	2020 Malmö, IVSM
Ludvig Hallberg	2008	<b>2.40</b>	2022 Malmö, Pallaspelen
Pontus Nilsson	1972	<b>2.36</b>	2016 Öllsjö, Resultattävling
Gunnar Neovius	1949	<b>2.33</b>	2017 Öllsjö, Resultattävling
Daniel Möller	1990	<b>2.14</b>	2005 Karlskrona, Sunna Open

#### **Längdhopp:**

Fabian Fallgren	1989	<b>6.70</b>	2008 Malmö, Pallaspelen
Gustav Eichmüller	1998	<b>6.22</b>	2013 Malmö, USM 15-16 år
Samuel Jönsson	2006	<b>5.91</b>	2021 Öllsjö, Resultattävling
Ludvig Isacsson	1993	<b>5.87</b>	2011 Öllsjö, Åhus Indoor
Joel Torp	2004	<b>5.86</b>	2022 Öllsjö, Åhus Indoor
Nils Lennartsson	2002	<b>5.84</b>	2021 Öllsjö, Resultattävling
Alexander Bengtsson	1998	<b>5.74</b>	2015 Öllsjö, Nyårshoppet
Emil Hansson	2000	<b>5.59</b>	2019 Öllsjö, Resultattävling
William Lindqvist	2005	<b>5.42</b>	2021 Öllsjö, Resultattävling
Simon Nordqvist	2002	<b>5.33</b>	2020 Öllsjö, Åhus Indoor

#### **Trestegshopp:**

Ludvig Isacsson	1993	<b>12.37</b>	2011 Sätra, Junior SM
Samuel Jönsson	2006	<b>12.01</b>	2021 Öllsjö, Resultattävlingar
Oskar Bergh	2002	<b>10.32</b>	2018 Kristianstad, Resultattävling
Hugo Larsson	2002	<b>9.58</b>	2018 Kristianstad, Resultattävling
Linus Lindberg	2006	<b>9.20</b>	2020 Malmö, Malmö Indoor
Magnus Jiwestam	1970	<b>9.10</b>	2018 Kristianstad, Resultattävling

#### **Kula 7.26 kg:**

David Johansson	1991	<b>12.96</b>	2014 Charleston, IL
Jonas Carlström	1968	<b>12.42</b>	2010 Malmö, Pallaspelen

Halldór Lárusson	1983	<b>12.07</b>	2021 Öllsjö, Resultattävling
Stefan Hjelm	1970	<b>10.39</b>	2017 Öllsjö, Resultattävling
Lukas Lindbladh	2004	<b>10.23</b>	2022 Öllsjö, Åhus Indoor
Magnus Jiwestam	1970	<b>9.91</b>	2016 Öllsjö, Åhus Indoor
Ian Dahlqvist	2001	<b>9.71</b>	2021 Öllsjö, Resultattävling
Truls Månsson	2002	<b>9.69</b>	2021 Öllsjö, Resultattävling
Kristian Neovius	1979	<b>9.67</b>	2018 Öllsjö, Resultattävling
Johan Ström	1980	<b>9.44</b>	2020 Malmö, IVSM

**Viktkastning 15.88 kg:**

David Johansson	1991	<b>18.12</b>	2015 Charleston, IL
Lukas Lindbladh	2004	<b>12.99</b>	2022 Växjö, Inomhuskast
Jonas Carlström	1968	<b>10.47</b>	2009 Huddinge, Veteran SM