



IFK Lidingö Friidrott Klubbrekord, utomhus 2022

Reviderad 2022-09-21



Män	Rekordinnehavare	Rekord	Plats	Datum
100m	Joakim Öhman -74	10,52	Västerås	1997-06-19
150m	Andreas Movin -96	16,53	Enskede	2016-08-17
200m	Mattias Sunneborn -70	21,04	Huddinge	2000-05-28
300m	Martin Theander -77	34,20	Stockholm/E	1999-09-21
400m	Martin Enholm -65	47,57	Borås	1986-08-17
600m	Martin Theander -77	1:23,69	Enskede	1995-05-16
800m	Martin Enholm -65	1:46,06	Kvarnsveden	1988-06-19
1000m	Martin Enholm -65	2:18,79	Stockholm/S	1987-06-30
1500m	Ulf Högberg -46	3:36,56	Stockholm/S	1974-07-30
1 eng. mile	Ulf Högberg -46	3:54,52	Stockholm/S	1974-07-01
2000m	Anders Gärderud -46	5:07,6m	Enebyberg	1967-09-02
3000m	Ulf Högberg -46	7:48,6m	Oslo, NOR	1974-07-04
2 eng. miles	Alf Björkman -41	9:02,2m	Stockholm/S	1965-08-02
3 eng. miles	Anders Gärderud -46	13:25,0m	Stockholm/S	1967-07-06
5000m	Simon Sundström -98	13:35,93	Heusden/Zold. BEL	2022-07-02
10 000m	Simon Sundström -98	28:41,40	Norrköping	2022-08-05
5K	Olof Silvander -99	15:29	Malaga, ESP	2022-04-24
10K	Simon Sundström -98	29:33	Stockholm	2022-05-07
110m häck (106,7)	Fredrick Ekholm -94	13,92	Karlstad	2018-05-19
200m häck (0,91)	Rafael Askros -81	24,65	Huddinge	2012-06-17
400m häck (0,91)	Ronnie Sköld -68	53,47	Huddinge	1998-06-06
2000m hinder	Simon Sundström -98	5:28,70	Zagreb, CRO	2022-09-11
3000m hinder	Simon Sundström -98	8:21,50	Huelva, ESP	2021-06-03
Höjd	Peder Fjaestad -60	2,21	Geneve, SUI	1990-06-15
Höjd u.a.	Adam Lindhe -94	1,67	Lidingö	2017-06-22
Stav	Fredrik Skoglund -81	5,30	Chula Virda, US	2006-05-20
Längd	Mattias Sunneborn -70	8,21	Malmö	1996-06-27
Längd u.a.	Adam Lindhe -94	3,26	Lidingö	2015-09-09
Tresteg	Patrik Keskitalo -73	14,79	Stockholm/S	1991-08-04
Kula (7,26)	Hans Almström -50	16,78	Stockholm/S	1982-06-22
Diskus (2,0)	Per Örtman -55	58,56	Lidingö	1982-09-08
Slägg (7,26)	Peter Lindståhl -76	61,31	Huddinge	2001-05-27
Spjut (0,8)	Andreas Wågberg -76	69,46	Gävle	2003-07-20
Vikt (15,0)	Sixten Bäckström -37	14,11	Lidingö	1958-09-11
Femkamp	Stefan Henriksson -64 (639-6292-23,67-3758-4,26,85)	3 559	Värnamo	1987-08-09
Tiokamp	Michael Hoffer -72 (11,09-734-1394-202-50,07-14,59-4510-480-52,14-4,46,36)	7 872	Alhama, ESP	1999-05-23
4x100m	LAG (Julian Benitez, Håkan Setthammar, Mattias Sunneborn, Joakim Öhman)	40,79	Kalmar	1997-06-14
4x200m	LAG (Holger Schwalbe, Sten Lindström, Bo Söderberg, Peter Hoogeveen)	1:30,8	Lidingö	1972-05-30
1000m	LAG (Julian Benitez, David Scott, Niclas Norling, Martin Theander)	1:53,05	Stockholm/K	1997-05-25
1500m	LAG (Lars Larsson, Åke Hellman, Eskil Johansson, Lars Åkerlund)	3:31,5	Stockholm/H	1935-09-05
4x400m	LAG (Magnus Falk, Martin Enholm, Niclas Norling, Mattias Sunneborn)	3:09,42	Huddinge	1996-06-09
4x800m*	LAG (Martin Ellenberger, Ulf Högberg, Heinz Gehrig, Anders Gärderud)	7:27,6m	Gävle	1969-06-21
4x1500m	LAG (Rickard Larsson, Jonas Eriksson, Tommy Lundqvist, Ulf Högberg)	15:21,6	Karlskrona	1975-06-08

Not: *Laget Jonas Brodén, Magnus Falk, Niklas Norling, Martin Enholm sprang vid stafett-SM i Huddinge 8 juni 1996 på tiden 7.26,11, men diskvalificerades för trängning, varför resultatet icke räknas.



IFK Lidingö Friidrott Klubbrekord, utomhus 2022

Reviderad 2022-09-21



M22

	Rekordinnehavare	Rekord	Plats	Datum
100m	Berhane Haile -69	10,69	Västerås	1989-09-24
200m	Bo Söderberg -53	21,31	Umeå	1972-08-06
400m	Martin Enholm -65	47,57	Borås	1986-08-17
800m	Martin Enholm -65	1:46,52	Stockholm/S	1987-07-01
1500m	Anders Gärderud -46	3:39,6	Karlstad	1967-08-25
5000m	Simon Sundström -98	13:52,80	Heusden Z, NED	2019-07-21
10 000m	Ola Svensson -62	31:46,81	Stockholm/S	1983-09-24
110m häck (106,7)	Michael Hoffer -72	14,54	Hyvinge, FIN	1994-08-03
400m häck (0,91)	Martin Frodlund -70	55,14	Gävle	1989-08-13
3000m hinder	Simon Sundström -98	8:25,35	Decines-C, FRA	2020-08-29
Höjd	Demola Rieke -78	2,12	Hässelholm	1998-08-09
Stav	Fredrik Skoglund -81	5,25	Göteborg	2003-07-06
Längd	Michael Hoffer -72	7,39	Lyon, FRA	1994-07-02
Tresteg	Patrik Keskitalo -73	14,79	Stockholm/S	1991-08-04
Kula (7,26)	Peter Lindstahl -76	14,29	Nyköping	1996-05-19
Diskus (2,0)	Håkan Setthammar -72	45,70	Stockholm/E	1994-05-10
Slägga (7,26)	Peter Lindstahl -76	60,00	Lidingö	1996-10-12
Spjut (0,8)	Ingmar Veinberg -82	64,30	Uddevalla	2002-07-28
Tiokamp	Michael Hoffer -72 (10,9m-726-1223-203-50,46-14,51 (+2,1) -3960-456-5212-4.56,10)	7 497	Odessa, US	1994-05-18
4x100m	LAG (Holger Schwalbe, Sten Lindström, Bo Söderberg, Peter Hoogeveen)	42,1m	Göteborg	1971-06-09
1000m	LAG (Holger Schwalbe, Sten Lindström, Bo Söderberg, Peter Hoogeveen)	1:59,6m	Stockholm/K	1971-09-08
4x400m	LAG (Stefan Tansbo, Pär Nilsson, Peter Bring, Martin Enholm)	3:15,45	Linköping	1987-06-13
4x800m	LAG (Stefan Tansbo, Jörgen Encke, Patrik Hellgren, Tomas Lindström)	7:33,75	Malmö	1989-06-11

P19

	Rekordinnehavare	Rekord	Plats	Datum
100m	Bo Söderberg -53	10,72	Sollentuna	1971-07-24
200m	Bo Söderberg -53	21,31	Umeå	1972-08-06
400m	Anders Rosell -65	48,59	Stockholm/S	1984-06-27
800m	Martin Enholm -65	1:49,47	Växjö	1984-08-25
1500m	Anders Gärderud -46	3:45,1m	Stockholm/S	1965-07-28
3000m	Simon Sundström -98	8:17,77	Göteborg/S	2017-07-11
5000m	Simon Sundström -98	14:43,84	Sollentuna	2017-06-29
110m häck (100,0)	Michael Hoffer -72	14,80	Leppävaara, FIN	1990-08-18
300m häck (0,91)	Martin Frodlund -70	39,38	Stockholm/S	1988-09-17
400m häck (0,91)	Fredrik Lorentzon -97	57,01	Göteborg/U	2016-07-02
2000m hinder	Anders Gärderud -46	4:00,6m	Nyköping	1965-07-18
1500m hinder	Agne Karlsson -58	5:51,6m	Stockholm/S	1982-07-24
Höjd	Demola Rieke -78	2,06	Stockholm/S	1996-09-21
Stav	Fredrik Skoglund -81	4,95	Göteborg	1999-06-11
Längd	Fredrik Bäckström -78	7,19	Enskede	1997-07-15
Tresteg	David Århammar -02	14,35	Eskilstuna	2020-07-30
Kula (6,25)	Anders Björkman -53	16,81	Malmö	1971-08
Diskus (1,75)	Anders Björkman -53	52,36	Stockholm/K	1971-09-09
Slägga (6,25)	Peter Lindstahl -76	53,36	Värnamo	1994-09-03
Spjut (0,8)	Ingmar Veinberg -82	61,00	Stockholm/K	2000-05-21
Tiokamp	Michael Hoffer -72 (11,46w-687-1221-201-52,51-15,03-3836-443-4948-5.03,69)	7 016	Stockholm/S	1991-07-21
4x100m	LAG (Holger Schwalbe, Göran Åslev, Bo Söderberg, Peter Hoogeveen)	43,3m	Göteborg	1971-06-09
1000m	LAG (Erik Lidén, Fredrik Lorentzon, Erik Hermelin, Andreas Movin)	1:59,98	Huddinge	2013-05-25
4x400m	LAG (Holger Schwalbe, Ulf Saletti, Göran Åslev, Bo Söderberg)	3:24,7	Västerås	1970-06-07
3x800m	LAG (Per Synnerman, Kjell Johansson, Axel Irestedt)	5:50,28	Sollentuna	1988-06-12
3x1000m	LAG (Lars Verneholt, Martin Irestedt, Lars Hevring)	7:42,0	Nyköping	1986-06-09



IFK Lidingö Friidrott Klubbrekord, utomhus 2022

Reviderad 2022-09-21



P17	Rekordinnehavare	Rekord	Plats	Datum
100m	Bo Söderberg -53	10,7m	Eskilstuna	1970-09-01
200m	Bo Söderberg -53	21,89	Växjö	1970-08-14
400m	Marcus Mårtensson -95	49,00	Espoo, FIN	2011-09-10
800m	Bernt Österberg -58	1:55,1m	Stockholm/S	1975-08-10
1500m	Karl Ottfalk -06	3:51,47	Sollentuna	2022-06-12
3000m	Karl Ottfalk -06	8:21,13	Göteborg/U	2022-06-19
110m häck (0,91)	David Dunér -70	14,79	Skövde	1986-08-17
300m häck (0,91)	David Dunér -70	39,74	Skövde	1986-08-16
2000m hinder	Simon Sundström -98	5:53,68	Sollentuna	2015-06-05
Höjd	David Dunér -70	2,03	Stockholm/K	1987-06-11
Stav	Fredrik Skoglund -81	4,76	Halmstad	1998-07-19
Längd	Fredrik Bäckström -78	6,89	Stockholm/S	1995-09-15
Tresteg	David Århammar -02	14,23	Stockholm/S	2019-08-24
Kula (5,5)	Göran Åslev -55	15,86	Stockholm/S	1971-09-07
Diskus (1,5)	Magnus Ågren -70	46,84*	Stockholm/S	1987-09-20
Slägg (5,0)	Jakob Krumlinde -99	53,68	Sollentuna	2016-06-05
Spjut (0,7)	Thomas Grönlund -63	58,88**	Spånga	1980-09-06
Tiokamp	Robin Isaksson -02 (11,51w-643-1193-159-35,80-15,57-3848-394-5341-2.52,28)	6 721	Varberg	2019-09-15
4x100m	LAG (Erik Lidén, Andreas Movin, Erik Hermelin, Fredrik Lorentzon)	44,27	Huddinge	2013-05-26
1000m	LAG (Erik Lidén, Fredrik Lorentzon, Erik Hermelin, Andreas Movin)	1:59,98	Huddinge	2013-05-25
3x800m	LAG (Ahmet Demir, Simon Sundström, Erik Lagerlöf)	6.05,48	Kil	2014-05-25
3x1000m	LAG (Lars Tobell, Axel Irestedt, Niklas Ginman)	8.09,6	Stockholm/S	1985-05-28
	* 1,75 kg diskus ** 800 gram spjut			

P16	Rekordinnehavare	Rekord	Plats	Datum
100m	Bo Söderberg -53	11,0m	Stockholm/K	1969-06-05
200m	Anders Rosell -65	23,04	Stockholm/K	1981-09-09
400m	Robin Isaksson -02	50,31	Sollentuna	2018-06-03
800m	Karl Ottfalk -06	1:56,90	Göteborg/U	2022-06-17
1500m	Karl Ottfalk -06	3:51,47	Sollentuna	2022-06-12
3000m	Karl Ottfalk -06	8:21,13	Göteborg/U	2022-06-19
110m häck (0,91)	David Dunér -70	14,79	Skövde	1986-08-17
300m häck (0,91)	David Dunér -70	39,74	Skövde	1986-08-16
1500m hinder	Simon Sundström -98	4:22,70	Göteborg/U	2013-06-28
2000m hinder	Simon Sundström -98	5:58,87	Hässleholm	2014-08-07
Höjd	David Dunér -70	1,93	Nässjö	1986-08-03
Stav	Fredrik Skoglund -81	3,86	Stockholm/K	1996-10-09
Längd	Robin Isaksson -02	6,45	Hvidovre, DEN	2018-06-10
Tresteg	David Århammar -02	13,24	Enskede	2018-08-05
Kula (5,0)	Peter Lindståhl -76	15,25	Enskede	1992-06-01
Diskus (1,5)	Per Söderqvist -74	43,12	Karlskoga	1990-08-26
Slägg (5,0)	Robin Isaksson -02	49,43	Enskede	2018-12-18
Spjut (0,7)	Ulf Thunelius -63	57,64	Västerås	1979-08-04
Tiokamp	Robin Isaksson -02 (11,74-630-1235-166-36,11-16,02-2276-323-4744-2.46,79)	6 125	Uddevalla	2018-09-08
4x100m	LAG (Stefan Stjerngren, Anders Rosell, F. Wallerud, Niklas Klerstad)	46,31	Sollentuna	1981-06-06
3x800m	LAG (Peter Aulio, Carl Henrik Anderzén, Martin Psilander)	6:13,01	Visby	1988-06-19



IFK Lidingö Friidrott Klubbrekord, utomhus 2022

Reviderad 2022-09-21



P15

	Rekordinnehavare	Rekord	Plats	Datum
80m	Ernesto Turro Herrera -00	9,49	Sollentuna	2014-06-07
300m	Ernesto Turro Herrera -00	36,87	Karlskrona	2015-08-23
800m	Simon Sundström -98	2:00,58	Uppsala	2013-07-07
2000m	Karl Ottfalk -06	5:40,69	Linköping	2021-08-22
80m häck (0,84)	Robin Isaksson -02	11,84	Linköping	2017-09-10
300m häck (0,76)	Andreas Movin -96	40,76	Ystad	2011-08-27
1500m hinder	Simon Sundström -98	4:22,70	Göteborg/U	2013-06-28
Höjd	Elias Sahlin -01	1,92	Huddinge	2016-05-20
Stav	Fredrik Skoglund -81	3,86	Stockholm/K	1996-10-09
Längd	Torkel Brismar -70	6,19	Stockholm/S	1985-09-20
Tresteg	Fredrik Bäckström -78	12,51	Sollentuna	1993-09-12
Kula (4,0)	Mikael Lindberg -78	14,16	Västerås	1992-08-01
Diskus (1,0)	Robin Isaksson -02	46,03	Västerås	2017-08-05
Släggga (4,0)	Robin Isaksson -02	59,40	Falun	2017-08-13
Spjut (0,6)	Robin Isaksson -02	60,88	Karlstad	2017-07-22
Åttakamp	Robin Isaksson -02 (11,84-3826-0-5892-1249-601-163-2.07,68)	4 594	Linköping	2017-09-10
4x80m	LAG (Maximus Jansson, Robin Isaksson, Måns Boshuis, Oscar Taha)	36,82	Malmö/S	2017-05-29
4x100m	LAG (Erik Lidén, Andreas Movin, Erik Hermelin, Henrik Lindh)	46,79	Sätra	2011-05-18
3x800m	LAG (Jesper Arkinge, Magnus Frisk, Carl Frisk)	6:20,71	Stockholm/S	1989-06-01
3x1000m	LAG (Mikael Arbestål, Lars Göran Pettersson, Janne Åkerblom)	8.13,5	Göteborg	1977-06-11

P14

	Rekordinnehavare	Rekord	Plats	Datum
80m	Ernesto Turro Herrera -00	9,49	Sollentuna	2014-06-07
300m	Ernesto Turro Herrera -00	37,02	Sollentuna	2014-06-08
800m	Viktor Björk -03	2:05,06	Gävle	2017-09-10
2000m	Sebastian Lörstad -08	5:51,60	Eskilstuna	2022-09-11
80m häck (0,84)	Elias Sahlin -01	12,13	Väsby	2015-08-23
300m häck (0,76)	Johan Hannegård -02	43,99	Visby	2016-09-11
1500m hinder	Simon Sundström -98	4:32,12	Gävle	2012-07-20
Höjd	Elias Sahlin -01	1,80	Väsby	2015-08-22
Stav	Arvid Askensjö -01	2,83	Väsby	2015-08-23
Längd	Elias Sahlin -01	5,86	Falun	2015-09-05
Tresteg	August Calles -05	10,96	Västerås	2019-08-04
Kula (4,0)	Mikael Lindberg -78	14,16	Västerås	1992-08-01
Diskus (1,0)	Robin Isaksson -02	36,16	Göteborg/U	2016-07-03
Släggga (4,0)	Robin Isaksson -02	48,14	Västerås	2015-12-31
Spjut (0,6)	Robin Isaksson -02	46,91	Göteborg/U	2016-07-02
Åttakamp	Vakant			
4x80m	LAG (Elias Sahlin, Arvid Askensjö, Oscar Taha, Jonathan Westerberg)	36,88	Stockholm/S	2016-05-28
4x100m	LAG (Erik Lidén, Andreas Movin, Erik Hermelin, Henrik Lindh)	46,71	Sätra	2011-05-18
3x800m	LAG (Jesper Arkinge, Magnus Frisk, Carl Frisk)	6:20,71	Stockholm/S	1989-06-01
3x1000m	LAG (Mikael Arbestål, Lars Göran Pettersson, Janne Åkerblom)	8:13,5	Göteborg	1977-06-11



IFK Lidingö Friidrott Klubbrekord, utomhus 2022

Reviderad 2022-09-21



P13	Rekordinnehavare	Rekord	Plats	Datum
60m	Daniel Larsson -07	7,91	Huddinge	2020-09-26
200m	Ernesto Turro Herrera -00	24,89	Glanshammar	2013-09-15
600m	Oscar Taha -02	1:32,88	Halmstad	2015-06-24
1500m	Simon Sundström -98	4:21,84	Köping	2011-09-18
60m häck (0,76)	Elias Sahlin -01	9,83	Sollentuna	2014-06-08
200m häck (0,76)	Oscar Taha -02	28,93	Varberg	2015-08-08
Höjd	Elias Sahlin -01	1,71	Linköping	2014-08-30
Stav	Johan Forsberg -92	2,75	Göteborg	2005-07-02
Längd, zon	Elias Sahlin -01	5,64	Västerås	2014-08-02
Tresteg, zon	Malcolm Fritiof-Sterky -94	11,48	Katrineholm	2007-09-16
Kula (3,0)	Ernesto Turro Herrera -00	12,84	Täby	2013-09-01
Diskus (0,6)	Love W-Holgersson -09	38,18	Eskilstuna	2022-09-11
Slägga (3,0)	Robin Isaksson -02	40,64	Huddinge	2015-06-14
Spjut (0,4)	Robin Isaksson -02	41,64	Huddinge	2015-06-14
Femkamp	Albin Andersson -00 (10,02w-501w-2071-140-2.02,22)	3 801	Karlstad	2013-06-16
5x60m	LAG (Max Malmsten, Måns Boshuis, Oscar Taha, Jona. Westerberg, Robin Isaksson)	38,60	Täby	2015-06-03
6x600m	LAG (Johan Hannegård, Julius Mördrup, Robin Isaksson)	4:59,38	Huddinge	2015-09-09



IFK Lidingö Friidrott Klubbrekord, utomhus 2022

Reviderad 2022-09-21



Kvinnor	Rekordinnehavare	Rekord	Plats	Datum
100m	Vicky Ljungberg -71	11,69	Karlstad	1990-08-03
150m	Hanna A-Nordberg -92	18,48	Enskede	2017-08-08
200m	Ludmila Engquist -64	23,46	Stockholm/S	1997-08-23
300m	Nike Isaksson -04	39,57	Sätra	2020-07-28
400m	Charlotte Johansson -86	54,55	Malmö	2009-08-03
600m	Petra Palmqvist -70	1:37,48	Enskede	1995-05-16
800m	Charlotte Schönbeck -84	2.00,70	Göteborg/S	2010-08-10
1000m	Anna Silvander -93	2:37,78	Göteborg/S	2016-07-15
1500m	Charlotte Schönbeck -84	4:09,42	Barcelona, ESP	2010-07-30
1 eng. mile	Annika Ericson -60	4.41,74	Malmö	1988-08-08
2000m	Annika Ericson -60	6.21,3m	Stockholm/S	1989-08-02
3000m	Yvonne Haglund -61	9.27,3m	Skövde	1983-06-08
5000m	Charlotte Schönbeck -84	17.08,09	Helsingborg	2017-08-27
10 000m	Emma Bjessmo -95	36.17,02	Uppsala	2020-08-14
5K	Frida Rydelius -76	21:33+		
10K	Helena Karlsson -92	37:42	Jessheim, NOR	2020-10-03
100m häck (0,84)	Ludmila Engqvist -64	12,47	Atlanta, US	1996-08-01
200m häck (0,76)	Jessica Lindén -69	29,05	Stockholm/K	1988-09-21
400m häck (0,76)	Louise Gundert -80	56,20	Sollentuna	2005-06-28
2000m hinder	Klara Bodinson -90	6.37,57	Karlskrona	2009-08-15
3000m hinder	Klara Bodinson -90	10.06,63	Walnut, US	2011-04-16
Höjd	Susanne Lorentzon -61	1,90	Helsinki, FIN	1986-08-09
Höjd u.a.	Vakant			
Stav	Johanna Hellman -99	3,93	Huddinge	2022-08-01
Längd	Agneta Rosenblad -77	6,52	Eugene, US	2001-05-19
Längd u.a.	Hanna A-Nordberg -92	2,57	Lidingö	2016-08-31
Tresteg	Annica Sandström -68	13,05	Stockholm/E	1997-07-10
Kula (4,0)	Nadja Casadei -83	13,67	Göteborg/S	2013-06-02
Diskus (1,0)	Lena Björk -76	46,16	Trosa	2015-08-15
Slägga (4,0)	Madelene Fahlstedt -83	53,41	Bottnaryd	2013-06-29
Spjut (0,6)	Marlene Lindström -85	46,82	Helsingborg	2017-08-27
Sjukamp	Nadja Casadei -83 (14,18-175-1353-25,15-600-3430-2.08,15)	5 905	Sczeczyn, POL	2009-06-27
4x100m	LAG (Madelaine Eriksson, Hanna Adriansson, Malin Olsson, Maria Gustafsson)	46,63	Borås	2014-07-05
4x200m	LAG (Inga Olsson, Maud Schöld, Gunda Norrman, Ann-Mari Tegelius)	1:47,0m	Västerås	1962-07
1000m	LAG (Lena Udd, Sofi Alfredson, Cecilia Häggmark, Carina Andersson)	2:15,14	Stockholm/S	1985-06-09
4x400m	LAG (Berit Lignercrona, Jessica Lindén, Katarina Hållberg, Viktoria Ljungberg)	3:46,19	Malmö	1989-06-11
4x800m	LAG (Carina Andersson, Marie Berg, Susie Hörner, Annika Ericson)	8:37,58	Nyköping	1986-06-07
3x1500m	LAG (Sofia Öberg, Charlotte Schönbeck, Anna Silvander)	13.36,09	Stockholm/S	2016-05-29



IFK Lidingö Friidrott Klubbrekord, utomhus 2022

Reviderad 2022-09-21



K22

	Rekordinnehavare	Rekord	Plats	Datum
100m	Vicky Ljungberg -71	11,69	Karlstad	1990-08-03
200m	Marie Westerlund -75	23,89	Gävle	1993-07-07
400m	Jessica Lindén -69	55,40	Gävle	1989-08-12
800m	Anna Silvander -93	2.02,53	Tallinn, EST	2015-07-16
1500m	Anna Silvander -93	4.15,37	Söderhamn	2015-08-07
3000m	Yvonne Haglund -61	9.27,3	Skövde	1983-06-08
100m häck (0,84)	Madeleine Eriksson -93	13,56	Stockholm/S	2014-08-21
400m häck (0,76)	Jessica Lindén -69	57,72	Helsingborg	1991-07-28
3000m hinder	Klara Bodinson -90	10.06,63	Walnut, US	2011-04-16
Höjd	Jessica Lindén -69	1,79	Tartu, URS	1990-06-24
	Helena Strümpel -69		Malmö	1990-07-28
Stav	Johanna Hellman -99	3,70	Lidingö	2021-09-11
Längd	Agneta Rosenblad -77	6,24	Lidingö	1996-06-04
Tresteg	Alice Eriksson -95	12,34	Uppsala	2016-06-12
Kula (4,0)	Susanne Grönberg -45	13,22	Enskede	1967-08-02
Diskus (1,0)	Christine Edholm -65	44,94	Split, YUG	1987-04-17
Slägga (4,0)	Karina Töndevold -80	48,64	Stockholm/S	1997-08-30
Spjut (0,6)	Dagny Veinberg -83	42,15	Göteborg	2000-07-02
Sjukamp	Jessica Lindén -69 (14,17w-178-984-24,60w-586-3030-2.17,94)	5 491	Stoke, GBR	1991-07-07
4x100m	LAG (Agneta Rosenblad, Marie Westerlund, Ylva Mattiasson, Pia Welin)	46,98	Kalmar	1997-06-15
4x400m	LAG (Agneta Rosenblad, Marie Westerlund, Elin Blomgren, Pia Welin)	3.50,13	Huddinge	1996-08-09
4x800m	LAG (Charlotta Dellner, Catarina Wester, Yvonne Haglund, Susanne Hörner)	8.55,58	Stockholm/K	1983-05-26

F19

	Rekordinnehavare	Rekord	Plats	Datum
100m	Vicky Ljungberg -71	11,80	Gävle	1989-08-11
200m	Marie Westerlund -75	23,89	Gävle	1993-07-07
400m	Carina Andersson -68	55,65	Stockholm/S	1984-09-22
800m	Sofia Öberg -90	2:03,99	Karlstad	2008-07-28
1500m	Nathalie Rohlén -90	4:23,41	Mannheim, GER	2009-06-13
3000m	Nathalie Rohlén -90	9:55,13	Karlskrona	2009-08-15
100m häck (0,84)	Ylva Mattiasson -75	14,02	Stockholm/E	1993-06-17
300m häck (0,76)	Lisa Fröberg -02	44,45	Huddinge	2017-05-19
2000m hinder	Klara Bodinson -90	6:37,57	Karlskrona	2009-08-15
Höjd	Martina Sandvall -81	1,73	Lidingö	1997-06-01
	Madeleine Serenhov -91		Ängelholm	2007-08-19
	Linda Skantze -95		Borås	2014-07-05
Stav	Anna Jacobsson -92	3,36	Göteborg	2009-06-27
Längd	Agneta Rosenblad -77	6,24	Lidingö	1996-06-04
Tresteg	Alice Lindgren E -05	12,30	Sollentuna	2022-08-27
Kula (4,0)	Therese Jernbeck -92	12,80	Tallinn, EST	2011-07-22
Diskus (1,0)	Kristina Raisma -71	41,46	Uppsala	1988-07-03
Slägga (4,0)	Karina Töndevold -80	48,64	Stockholm/S	1997-08-30
Spjut (0,6)	Dagny Veinberg -83	42,15	Göteborg	2000-07-02
Sjukamp	Therese Jernbeck -92 (15,06-166-1280-25,42-529-4072-2.21,75)	5 324	Tallinn, EST	2011-07-23
4x100m	LAG (Kirti Lickfett, Ellinor Lindén, Hanna Johnsson, Linda Skantze)	49,89	Kil	2014-05-25
1000m	LAG (Lena Udd, Sofi Alfredson, Cecilia Häggmark, Carina Andersson)	2:15,14	Stockholm/S	1985-06-09
4x400m	LAG (Helen Tappert, Christine Tappert, Gunilla Holmqvist, Marianne Fabricius)	4:11,0m	Göteborg	1971-06-06
3x800m	LAG (Helena Nyberg, Nathalie Rohlén, Sofia Öberg)	6:59,53	Huddinge	2005-08-23



IFK Lidingö Friidrott Klubbrekord, utomhus 2022

Reviderad 2022-09-21



F17

	Rekordinnehavare	Rekord	Plats	Datum
100m	Vicky Ljungberg -71	12,01	Stockholm/S	1988-09-10
200m	Vicky Ljungberg -71	24,55	Huddinge	1988-08-28
400m	Carina Andersson -68	55,65	Stockholm/S	1984-09-22
800m	Sofia Öberg -90	2:05,33	Leiden, NED	2007-06-09
1500m	Nathalie Rohlén -90	4:26,96	Göteborg	2006-07-08
3000m	Nathalie Rohlén -90	10:06,16	Huddinge	2006-06-10
100m häck (0,76)	Ylva Mattiasson -75	14,29	Värnamo	1991-08-16
300m häck (0,76)	Lisa Fröberg -02	44,45	Huddinge	2017-05-19
2000m hinder	Klara Bodinson -90	4:51,18	Göteborg/U	2007-06-29
Höjd	Martina Sandvall -81	1,73	Lidingö	1997-06-01
	Madeleine Serenhov -91		Ängelholm	2007-08-19
Stav	Anna Jacobsson -92	3,36	Göteborg	2009-06-27
Längd	Julia Lärkert -89	5,80	Gävle	2005-09-11
Tresteg	Alice Lindgren -05	12,30	Sollentuna	2022-08-27
Kula (3,0)	Kristina Raisma -71	12,20	Nynäshamn	1987-08-22
Diskus (1,0)	Kristina Raisma -71	41,46	Uppsala	1988-07-03
Slägga (4,0)	Karina Töndevold -80	48,54	Stockholm/S	1997-08-29
Spjut (0,6)	Dagny Veinberg -83	39,28	Stockholm/S	1999-09-18
Sjukamp	Ylva Mattiasson -75 (14,78-157-1037-26,35-558-3098 (0,6)-2.33,76)	4 757	Kristiansand, NOR	1991-06-30
4x100m	LAG (Nike Isaksson, Tyra C-Tunander, Elisabeth Hvalgren, Edda Chin Nygård)	40,11	Uppsala	2019-08-18
1000m	LAG (Lena Udd, Sofi Alfredson, Cecilia Häggmark, Carina Andersson)	2:15,14	Stockholm/S	1985-06-09
3x800m	LAG (Helena Nyberg, Nathalie Rohlén, Sofia Öberg)	6:59,53	Huddinge	2005-08-23

F16

	Rekordinnehavare	Rekord	Plats	Datum
100m	Viktoria Ljungberg -71	12,24	Gävle	1987-06-28
200m	Viktoria Ljungberg -71	24,99	Malmö	1987-07-07
400m	Carina Andersson -68	55,65	Stockholm/S	1984-09-22
800m	Sofia Öberg -90	2.08,21	Espoo, FIN	2006-08-26
1500m	Nathalie Rohlén -90	4.31,34	Sollentuna	2006-05-28
3000m	Nathalie Rohlén -90	10.06,16	Huddinge	2006-06-16
100m häck (0,76)	Ylva Mattiasson -75	14,29	Värnamo	1991-08-16
300m häck (0,76)	Lisa Fröberg -02	44,45	Huddinge	2017-05-19
1500m hinder	Nathalie Rohlén -90	4.54,63	Hudiksvall	2005-08-13
Höjd	Karin Lundgren -67	1,70	Uppsala	1983-07-21
Stav	Anna Jacobsson -92	2,88	Stenungsund	2007-08-25
Längd	Ylva Mattiasson -75	5,58	Kristiansand, NOR	1991-06-30
Tresteg	Madeleine Aulio -02	11,04	Visby	2016-09-11
Kula (3,0)	Kristina Raisma -71	12,20	Stockholm/S	1987-09-09
Diskus (1,0)	Kristina Raisma -71	39,08	Norrtälje	1987-08-08
Slägga (3,0)	Karina Töndevold -80	38,46	Enköping	1995-08-20
Spjut (0,6)	Susanne Dahlin -75	41,00	Lidingö	1980-05-24
Sjukamp	Ylva Mattiasson -75 (14,78-157-1037-26,35-558-3098 (0,6)-2.33,76)	4 757	Kristiansand, NOR	1991-06-30
4x100m	LAG (Viktoria Ljungberg, Pernilla Manneryd, Cicilia Bergman, Arja Niskanen)	50,93	Huddinge	1987-06-01
3x800m	LAG (Helena Nyberg, Nathalie Rohlén, Sofia Öberg)	6.59,53	Huddinge	2005-08-23



IFK Lidingö Friidrott Klubbrekord, utomhus 2022

Reviderad 2022-09-21



F15	Rekordinnehavare	Rekord	Plats	Datum
80m	Nike Isaksson -04	10,25	Hallsberg	2019-09-21
300m	Nike Isaksson -04	40,03	Västerås	2019-08-04
800m	Sofia Öberg -90	2:12,84	Gävle	2005-09-10
2000m	Nathalie Rohlén -90	6:32,04	Hudiksvall	2005-08-12
80m häck (0,76)	Alice Lindgren E -05	12,20	Spånga	2020-07-09
300m häck (0,76)	Lisa Fröberg -02	44,45	Huddinge	2017-05-19
1500m hinder	Nathalie Rohlén -90	4:54,63	Hudiksvall	2005-08-13
Höjd	Madeleine Serenhov -91	1,69	Sätra	2006-08-03
Stav	Anna Jacobsson -92	2,88	Stenungssund	2007-08-25
Längd	Ylva Mattiasson -75	5,57	Västerås	1990-09-22
Tresteg	Alice Lindgren E -05	11,49	Sollentuna	2020-08-23
Kula (3,0)	Linda Skantze -95	9,86	Stockholm/E	2010-05-23
Diskus (0,75)	Elisabeth Stigberg -46	26,90	Stockholm/K	1960-06-22
Slägga (3,0)	Karina Töndevold -80	38,46	Enköping	1995-08-20
Spjut (0,5)	Dagny Veinberg -83	33,49*	Enskede	1998-08-18
Sexkamp	Lisa Fröberg -02 (12,82-156-826-485-2204-1.37,54)	3 553	Sätra	2017-05-14
4x80m	LAG (Tyra C-Tunander, Edda C-Nygårds, Mellanie N-Nellmer, Ida Egnell)	39,68	Stockholm/S	2019-05-25
3x800m	LAG (Helena Nyberg, Nathalie Rohlén, Sofia Öberg)	6:59,53	Huddinge	2005-08-23
* spjut 600 gr				

F14	Rekordinnehavare	Rekord	Plats	Datum
80m	Ylva Mattiasson -75	10,38	Örebro	1989-06-18
300m	Elisabeth Hvalgren -02	41,37	Göteborg/U	2016-07-03
800m	Nathalie Rohlén -90	2:20,37	Göteborg/U	2004-07-02
2000m	Nathalie Rohlén -90	6:32,71	Göteborg/U	2004-07-04
80m häck (0,76)	Alice Lindgren E -05	12,27	Bålsta	2019-06-06
300m häck (0,76)	Tyra C-Tunander -04	47,30	Helsingborg	2018-07-07
1500m hinder	Julia Arnhult -01	5:26,62	Lidingö	2015-06-10
Höjd	Beata Rudolfsson -71	1,61	Helsingborg	1984-07-08
	Mellanie N-Nellner -05		Västerås	2019-09-15
Stav	Madeleine Aulio-02	2,18	Väsby	2015-08-23
Längd	Mellanie N-Nellner -05	5,31	Järvsö	2019-09-21
Tresteg	Alice Lindgren E -05	11,34	Tyresö	2019-09-01
Kula (3,0)	Maria Berg-Lissel -89	9,61	Enskede	2003-09-24
Diskus (0,75)	Elisabeth Stigberg -46	26,90	Stockholm/K	1960-06-22
Slägga (3,0)	Nike Isaksson -04	33,02	Lidingö	2018-10-24
Spjut (0,5)	Nike Isaksson -04	26,42	Täby	2017-09-04
Sexkamp	Madeleine Aulio -02 (13,28-144-761-1263-1.54,05)	2 899	Sätra	2016-05-15
4x80m	LAG (Elisabeth Anderzén, Sophie Andersson, Helena Björk, Ylva Mattiasson)	42,05	Eskilstuna	1989-06-10
3x800m	LAG (Helena Nyberg, Nathalie Rohlén, Sofia Öberg)	6:59,53	Huddinge	2005-08-23



IFK Lidingö Friidrott Klubbrekord, utomhus 2022

Reviderad 2022-09-21



F13

	Rekordinnehavare	Rekord	Plats	Datum
60m	Ida Egnell -05	8,24	Huddinge	2018-06-17
200m	Nike Isaksson -04	26,68	Göteborg/U	2017-07-02
600m	Nike Isaksson -04	1:39,99	Sollentuna	2017-06-10
1500m	Nathalie Rohlén -90	4:44,78	Eskilstuna	2003-08-21
60m häck (0,68)	Ida Egnell -05	9,38	Göteborg/U	2018-06-30
200m häck (0,68)	Ida Egnell -05	29,42	Tyresö	2018-09-15
Höjd	Beata Rudolfsson -71	1,61	Helsingborg	1984-07-08
Stav	Madeleine Aulio-02	2,18	Väsby	2015-08-23
Längd, zon	Ylva Mattiasson -75	5,20	Sollentuna	1988-06-11
Tresteg, zon	Madeleine Aulio -02	10,64	Enskede	2015-09-03
	Nike Isaksson -04		Huddinge	2017-09-06
Kula (2,0)	Maria Berg-Lissel -89	11,38	Enskede	2002-08-25
Diskus (0,6)	Rebecca Sandström -03	25,79	Lidingö	2016-06-11
Slägga (2,0)	Nike Isaksson -04	30,62	Enköping	2016-09-17
Spjut (0,4)	Susanne Dahlin -64	36,66	Sollentuna	1977-08-14
Femkamp	Lisa Fröberg -02 (10,14-148-1622-488-1.49,45)	4 462	Sätra	2014-05-18
5x60m	LAG (Madeleine Aulio, Vendela Wahlberg, Sara Svalberg, Elisabet Hvalgren, Lisa Fröberg)	39,61	Huddinge	2015-09-09
3x800m	LAG (Alicia Larsten, Victoria Psilander, Nike Isaksson)	5.19,43	Huddinge	2016-09-13