

Årsbästa i SFI per 20.09.2006

H e r r a r

100m

10,60 Tommi Hartonen -77 HIFK
10,63 Jonathan Åstrand -85 IF Kraft
--- A-klass 10,95
10,99 Fredrik Paul -81 HIFK
11,03 Simon Sundsten -78 IK Falken
11,07 Oki Vuonoranta -83 Esbo IF
11,13 Mats-Johan Hagman -81 IF Kraft
11,19 Mats Peräsalo -87 Virkby Start
11,20 Markus Norrgård -84 IF Femman
11,24 Andreas Osowski -78 IF Kraft
11,25 Kyösti Linna -78 IF Kraft
11,25 Andreas Kastrén -88 IF Åsarna

200m

21,22 Tommi Hartonen -77 HIFK
21,34 Jonathan Åstrand -85 IF Kraft
22,04 Fredrik Paul -81 HIFK
22,13 Oki Vuonoranta -83 Esbo IF
--- A-klass 22,20
22,50 Gustav Klingstedt -85 HIFK
22,52 Mats-Johan Hagman -81 IF Kraft
22,58 Jan Bosas -85 Esbo IF
22,67 Mats Boman -85 IF Åland
22,83 Markus Lagerroos -87 Hangö IK
22,95 Aleks Kujanpää -89 HIFK

400m

48,32 Jan Bosas -85 Esbo IF
48,76 Robert Rotkirch -84 Esbo IF
49,03 Gustav Klingstedt -85 HIFK
49,55 Richard Mitts -84 IF Kraft
--- A.klass 49,60
49,66 Andreas Uthardt -79 Vasa IS
49,81 Tommy Granlund -83 GIF
49,98 Markus Lagerroos -87 Hangö IK
50,06 Johan Nordmyr -84 IF Kraft
50,10 Mathias Björkqvist -80 Kyrksätt IF
50,11 Anders Lindahl -87 IF Länken

800m

1.49,33 Robert Rotkirch -84 Esbo IF
1.50,74 Tommy Granlund -83 GIF
1.50,80 Richard Mitts -84 IF Kraft

1.51,38 Niclas Sandells -84 IK Falken
1.52,76 Mathias Björkqvist -80 Kyrkslätt IF
1.53,14 Jani Hautala -86 GIF
1.53,77 Anders Lindahl -87 IF Länken
--- A-klass 1.54,00
1.54,96 Frank Lindqvist -88 IF Länken
1.56,49 Sebastian Härtull -88 IF Drott
1.56,82 Robert Hagström -87 GIF

1500m

3.45,64 Niclas Sandells -84 IK Falken
3.48,28 Tommy Granlund -83 GIF
3.53,40 Jani Hautala -86 GIF
--- A-klass 3.55,0
3.59,93 Santeri Uttula -79 Ekenäs IF
4.03,20 Anders Lindahl -87 IF Länken
4.04,25 Obed Kipkurui -86 Sjundeå IF
4.04,29 Jan-Erik Salo -75 IF Åsarna
4.04,77 Joni Hautala -88 GIF
4.05,57 Richard Mitts -84 IF Kraft
4.06,71 Kristoffer Fant -87 IF Femman

3000m

8.13,72 Mikael Bergdahl -83 GIF
8.22,53 Mårten Boström -82 Sjundeå IF
8.30,09 Obed Kipkurui -86 Sjundeå IF
8.33,5 Jarkko Hamberg -82 Sjundeå IF
--- A-klass 8.35,00
8.45,82 Marko Heiskanen -72 Sjundeå IF
9.07,32 Johan Träskelin -84 IF Femman
9.12,60 Lennart Söderlund -84 Sjundeå IF
9.13,50 Magnus Hellström -75 Sjundeå IF
9.14,17 Johan Kronström -83 GIF
9.16,38 Eric Storvall -89 IF Åsarna

5000m

14.21,76 Mårten Boström -82 Sjundeå IF
14.27,82 Obed Kipkurui -86 Sjundeå IF
14.28,60 Jarkko Hamberg -82 Sjundeå IF
--- A-klass 14.50,00
15.21,99 Thomas Ramstedt -84 Pargas IF
15.31,24 Johan Kronström -83 GIF
15.32,95 Magnus Hellström -75 Sjundeå IF
15.41,19 Kim Bergdahl -78 GIF
15.46,54 Joakim Träskelin -84 IF Femman
15.59,30 Mikko Välimäki -76 Sjundeå IF

16.14,25 Jari Vanhanen -72 Sjundeå IF

10000m

29.39,41 Mårten Boström -82 Sjundeå IF

30.24,46 Obed Kipkurui -86 Sjundeå IF

30.43,10 Jarkko Hamberg -82 Sjundeå IF

--- A-klass 31.15,00

31.33,29 Petteri Muukkonen -76 Sjundeå IF

33.09,95 Jari Vanhanen -72 Sjundeå IF

33.47,49 Dan-Olof Spets -75 IF Åsarna

33.54,38 Mikko Välimäki -76 Sjundeå IF

34.04,64 Stefan Storvall -61 IF Åsarna

35.48,57 Marcus Mohlin -82 Hangö IK

Halvmaraton

1.05.56 Janne Holmén -77 IF Åland

1.08.28 Obed Kipkurui -86 Sjundeå IF

--- A-klass 1.10.00

1.10.58 Dan-Olof Spets -75 IF Åsarna

1.11.04 Petteri Muukkonen -76 Sjundeå IF

1.11.50 Antti Parjanne -82 Sjundeå IF

1.12.04 Magnus Hellström -75 Sjundeå IF

1.13.27 Johan Ehre -72 IF VOM

1.13.29 Johan Kronström -83 GIF

1.13.32 Jari Vanhanen -72 Sjundeå IF

1.13.59 Mikko Välimäki -76 Sjundeå IF

Maraton

2.13.10 Janne Holmén -77 IF Åland

2.34.33 Johan Ehre -72 IF VOM

--- A-klass 2.35.00

2.45.00 Stefan Storvall -61 IF Åsarna

2.46.06 Dan-Olof Spets -75 IF Åsarna

2.49.21 Kaj Lindskog -68 IF Åsarna

2.50.06 Robert Bergkulla -69 IF Femman

2.51.19 Asmo Ahola -64 Sjundeå IF

2.52.55 Marko Heiskanen -72 Sjundeå IF

2.53.37 Emil Söderlund -75 IF Åland

2.56.59 Max Pesola -62 IF PedPojk

110m häck

--- A-klass 15,10

15,18 Kristoffer Sandell -79 IK Falken

16,06 Matti Vesterinen -80 Esbo IF

16,20 Oki Vuonoranta -83 Esbo IF

400m häck

53,25 Kristoffer Sandell -79 IK Falken

53,40 Jan Bosas -85 Esbo IF

--- A-klass 56,00

60,50 Sebastian Bagger -83 Akilles

61,10 Dennis Rehnström -86 Sjundeaå IF

61,41 Jens Smeds -86 Sjundeaå IF

62,45 Pontus Latvala -87 Akilles

62,87 Jari Ikäheimonen -72 Sjundeaå IF

3000m hinder

9.16,89 Mårten Boström -82 Sjundeaå IF

--- A-klass 9.30,00

9.40,41 Magnus Hellström -75 Sjundeaå IF

9.58,55 Marko Heiskanen -72 Sjundeaå IF

10.23,62 Lennart Söderlund -84 Sjundeaå IF

10.27,51 Jari Ikäheimonen -72 Sjundeaå IF

10.43,97 Dennis Rehnström -86 Sjundeaå IF

Höjd

228 Oskari Frösén -76 IF Länken

--- A-klass 200

195 Markus Sandbacka -87 IK Falken

191 Alexis Troberg -89 Esbo IF

190 Kristoffer Sandell -79 IK Falken

189 Matti Vesterinen -80 Esbo IF

188 Robert Nordberg -90 IF Nyk.n

188 Robert Nordberg -90 IF Nyk.n

185 Rune Wikström -87 IK Falken

185 Joakim Ålund -89 IF Kraft

185 Christian Westö -79 IF Femman

185 Sebastian Widjeskog -81 IF Åsarne

Stav

548 Mikael Westö -82 IF Femman

--- A-klass 480

465 Matti Vesterinen -80 Esbo IF

461 Christian Westö -79 IF Femman

450 Jussi Autio -75 HIFK

440 André Stenfors -86 IF Femman

420 Jens Holmberg -89 Lovisa Tor

400 Johnny Backlund -90 IK Falken

390 Otto Ylöstalo -91 IF SibboV

370 Eemi Koivu -90 IF Länken

365 Axel Holmberg -82 Hangö IK

Längd

782 Simon Sundsten -78 IK Falken

770 Kenneth Kastrén -75 HIFK

--- A-klass 700

692 Daniel Sjölin -85 IF Åsarna
 685 Matti Vesterinen -80 Esbo IF
 670 Markus Norrgård -84 IF Femman
 636 Otto Ylöstalo -91 IF SibboV
 635 Robert Bamm -90 IF VOM
 622 Andreas Kastrén -88 IF Åsarna
 615 Simon Wackström -91 Akilles
 611 Jens Holmberg -89 Lovisa Tor

Tresteg

16,18 Johan Meriluoto -74 Akilles
 14,91 Daniel Sjölin -85 IF Åsarna
 14,87 Markus Norrgård -84 IF Femman
 14,74 Rasmus Latvala -84 Akilles

--- A-klass 14,50

13,42 Otto Ylöstalo -91 IF SibboV
 13,29 Viipe Koivu -88 IF Länken
 13,11 Daniel Strandvall -81 IF Åsarna
 12,99 Eemi Koivu -90 IF Länken
 12,93 Petri Reuhkala -69 Kyrkslätt IF
 12,79 Alexis Troberg -89 Esbo IF

Kula

20,28 Robert Häggblom -82 Vasa IS
 20,23 Conny Karlsson -75 Pargas IF

--- A-klass 16,20

15,58 Niklas Söderlund -83 Karis IK
 15,10 Janne Ketola -78 IK Falken
 14,51 Jonny Karlsson -79 Pargas IF
 14,41 Ove Lehto -72 IF Åland
 13,70 Viipe Koivu -88 IF Länken
 13,51 Johan Åkerlund -64 IF Länken
 13,49 Markus Jansson -78 Esbo IF
 13,35 Stefan Kulla -77 IK Falken

Diskus

65,10 Frantz Kruger -75 Vasa IS
 57,04 Johan Åkerlund -64 IF Länken

--- A-klass 50,00

49,80 Stefan Kulla -77 IK Falken
 48,02 Robert Häggblom -82 Vasa IS
 47,50 Christer Sarin -78 IF VOM
 45,22 Ralf Högnäs -59 IK Falken
 44,80 Niklas Söderlund -83 Karis IK
 44,40 Sebastian Seuranen -86 Ekenäs IF

43,96 Jonny Karlsson -79 Pargas IF

42,66 Janne Ketola -78 IK Falken

Slägga

75,58 David Söderberg -79 IF VOM

69,51 Mats Granö -81 IF Åsarna

58,90 Mika Laiho -73 HIFK

57,15 Ville Strömblad -87 Malax IF

--- A-klass 57,00

55,52 Viipe Koivu -88 IF Länken

50,19 Tommy Söderholm -67 Ingå IF

47,90 Johan Frösén -88 IF Länken

45,40 Tapio Koskela -62 HIFK

43,49 Henrik Lohman -79 Ingå IF

42,69 Ralf Högnäs -59 IK Falken

Spjut

76,24 Teemu Pasanen -77 HIFK

--- A-klass 71,00

61,34 Toni Hiekka -84 GIF

59,09 Rami Hovinen -85 Esbo IF

55,23 Adam Näse -86 IF Åsarna

51,82 Henrik Himberg -88 Karis IK

51,80 Matti Vesterinen -80 Esbo IF

51,47 Patrik Sandell -72 IK Falken

50,77 Patrick Lindahl -85 HIFK

10-kamp

6997 Matti Vesterinen -80 Esbo IF

--- A-klass 6100

D a m e r

100m

12,07 Emma Linton -88 IF Kraft

--- A-klass 12,30

12,35 Vanessa Vandy -89 Vasa IS

12,35 Nelly Widbom -90 Esbo IF

12,40 Nora Liljestrand -90 Liljendal IK

12,52 Moa Cederberg -87 IK Falken

12,53 Erica Nordqvist -88 IF Åland

12,58 Hanna Wiss -91 IF Åland

12,76 Bettina Lindahl -86 HIFK

12,79 Michelle Vandy -89 Vasa IS

12,82 Heidi Autio -92 IF VOM

200m

--- A-klass 25,40

25,52 Emma Linton -88 IF Kraft
25,63 Karin Storbacka -87 IK Falken
25,84 Bettina Lindahl -86 HIFK
25,86 Erica Nordqvist -88 IF Åland
25,98 Moa Cederberg -87 IK Falken
26,11 Anna Storlund -84 IF VOM
26,15 Emilia Granlund -86 Pargas IF
26,17 Nora Liljestrand -90 Liljendal IK
26,17 Annika Rikberg -81 Akilles
26,20 Caroline Wärn -88 IK Falken

400m

56,36 Karin Storbacka -87 IK Falken
57,10 Annika Rikberg -81 Akilles
57,07 Anna Storlund -84 IF VOM
57,19 Emilia Granlund -86 Pargas IF
57,42 Jannica Rönnqvist -86 GIF
57,86 Bettina Lindahl -86 HIFK
--- A-klass 58,20

58,36 Caroline Wärn -88 IK Falken
60,04 Ingegerd Sandell -86 GIF
60,31 Caroline Backa -87 IK Falken
60,70 Emilia Österman -88 Ekenäs IF

800m

2.05,26 Annika Rikberg -81 Akilles
2.10,20 Anna Storlund -84 IF VOM
2.13,41 Heidi Eriksson -86 IF Nyk.nejden
2.14,79 Karin Storbacka -87 IK Falken
--- A-klass 2.16,00

2.16,80 Jeanine Nygård -91 IF Drott
2.18,27 Jenny Storlund -88 IF VOM
2.19,26 Sandra Eriksson -89 IF Nyk.nejden
2.19,66 Anette Byskata -80 GIF
2.19,90 Bettina Lindahl -86 HIFK
2.20,49 Zenitha Eriksson -92 IF Nyk.nejden

1500m

4.16,71 Annika Rikberg -81 Akilles
4.35,64 Anna Storlund -84 IF VOM
4.41,84 Anette Byskata -80 GIF
--- A-klass 4.45,00
4.47,55 Sandra Eriksson -89 IF Nyk.nejden
4.52,26 Jenny Storlund -88 IF VOM
4.57,08 Anita Vepsäläinen -87 Sjundeå IF
5.05,45 Lotta Storlund -86 IF VOM

5.09,1 Julia Kimell -87 IF Åland
 5.10,09 Nina Korpisaari -90 IF Femman
 5.12,37 Malin Boholm -89 IF Åsarna

3000m

9.45,37 Annika Rikberg -81 Akilles
 9.55,54 Anette Byskata -80 GIF
 --- A_klass 10.15,00
 10.22,71 Sandra Eriksson -89 IF Nyk.nejden
 10.35,89 Riitta Paasio -84 Esbo IF
 10.44,83 Anita Vepsäläinen -87 Sjundeå IF
 10.48,49 Heidi Strandvall -81 IF Nyk.nejden
 10.57,06 Jenny Storlund -88 IF VOM
 11.11,66 Jenny Widbom -85 Esbo IF
 11.18,83 Matleena Ojapalo -85 Sjundeå IF
 11.19,23 Julia Kimell -87 IF Åland

5000m

16.52,89 Anette Byskata -80 GIF
 --- A-klass 18.10,00
 18.49,48 Riitta Paasio -84 Esbo IF
 19.33,2 Carita Södergård -73 IF Åland
 20.00,76 Pernilla Lindberg -90 Ekenäs IF
 20.09,26 Jessica Strandholm -82 IF Fyren
 20.31,52 Matleena Ojapalo -85 Sjundeå IF

10000m

35.21,14 Anette Byskata -80 GIF
 --- A-klass 38.00,00
 40.24,45 Anita Vepsäläinen -87 Sjundeå IF

Halvmaraton

1.18.11 Minna Kauppi -82 Sjundeå IF
 1.20.32 Anna Byskata -80 GIF
 --- A-klass 1.27.00
 1.27.44 Riitta Paasio -84 Esbo IF
 1.29.33 Tiina Toivanen -74 Esbo IF
 1.35.21 Paula Holma -85 IF VOM
 1.33.59 Benita Norrbäck-Stenman -63 IF Drott
 1.36.43 Riitta Östman -63 IF PedPojk
 1.37.03 Sol-Britt Björklund -57 IF Femman
 1.38.18 Päivi Lassvik - IF PedPojk
 1.40.15 Astra Francke -72 Sjundeå IF

Maraton

--- A-klass 3.10.00
 3.25.18 Riitta Paasio -84 Esbo IF

3.26,24 Benita Norrbäck-Stenman -63 IF Drott
 3.33.42 Nina Bergkulla -71 IF Femman
 3.35.34 Riitta Östman -63 IF PedPojk
 3.36.42 Gerd Kronqvist -50 IF Nyk.nejden
 3.37.45 Nina Ehrnrooth -62 HIFK
 3.38.29 Birgit Walander -60 IF SibboV
 3.40.40 Malin Källman -79 IF Drott
 3.41.31 Johanna Mattsson -70 Pargas IF
 3.41.42 Tuula Winberg -67 HIFK

100m häck

13,84 Giia Lindström -87 Esbo IF
 --- A-klass 14,75
 15,74 Vanessa Vandy -89 Vasa IS
 15,83 Bettina Lindahl -86 HIFK
 15,83 Sanna Nygård -88 Vasa IS
 16,01 Hanna Ylöstalo -92 IF SibboV
 16,44 Anna Järvinen -88 IF Femman
 16,75 Karin Storbacka -87 IK Falken
 16,85 Linda Westö -90 IF Femman
 17,44 Annika Pynnä -90 Esbo IF

400m häck

63,07 Giia Lindström -87 Esbo IF
 63,31 Caroline Backa -87 IK Falken
 --- A-klass 64,50
 66,58 Isabella Berglund -88 Vasa IS
 71,37 Christina Ingo -88 IF Femman
 73,09 Maxine Mattsson -87 Hangö IK
 75,21 Matilda Knuts -90 IF SibboV

3000m hinder

10.54,82 Sandra Eriksson -89 IF Nyk.nejden
 12.19,07 Matleena Ojapalo -85 Sjundeå IF
 --- A-klass 12.20,00
 13.11,18 Jenny Widbom -85 Esbo IF

Höjd

167 Linda Sandblom -89 Hangö IK
 --- A-klass 167
 165 Maija Krook -89 IF Kraft
 164 Anna Järvinen -88 IF Femman
 163 Bettina Lindahl -86 HIFK
 162 Jessica Ingo -90 Vasa IS
 162 Sandra Lindholm -91 Nagu IF
 160 Andrea Johansson -92 IF Åland
 158 Lina Back -90 IK Falken

156 Anna Solvin -88 IF Nyk.nejden

155 Johanna Eriksson -91 IF Åland

155 Minttu Nylund -91 Esbo IF

Stav

385 Vanessa Vandy -89 Vasa IS

340 Jessica Westö -86 IF Femman

340 Linda Westö -90 IF Femman

335 Maija Krook -89 IF Kraft

--- A-klass 330

320 Maria Brunberg -84 Akilles

311 Henrika Gästgivars -91 Vasa IS

310 Anna Gustafsson -86 Pargas IF

295 Pampula Koivu -93 IF Länken

275 Susanna Nyholm -91 Akilles

270 Linda Holmström -91 Ingå IF

Längd

--- A-klass 580

554 Bettina Lindahl -86 HIFK

551 Saara Pauna -89 Karis IK

545 Vanessa Vandy -89 Vasa IS

542 Sanna Nygård -88 Vasa IS

534 Annika Pynnä -90 Esbo IF

534 Nelly Widbom -90 Esbo IF

532 Hanna Wiss -91 IF Åland

526 Elin Wahlberg -91 IF Länken

521 Maija Krook -89 IF Kraft

521 Caroline Källberg -90 Hangö IK

Tresteg

12,29 Sanna Nygård -88 Vasa IS

--- A-klass 12,00

11,27 Hanna Wiss -91 IF Åland

11,23 Saara Pauna -89 Karis IK

11,20 Caroline Källberg -90 Hangö IK

11,02 Minttu Nylund -91 Esbo IF

10,98 Nathalie Brännkärr -92 Vasa IS

10,97 Erica Nordqvist -88 IF Åland

10,86 Noora Lindström -91 IF SibboV

10,70 Hanna Ylöstalo -92 IF SibboV

10,68 Heidi Autio -92 IF VOM

Kula

12,63 Heidi Järvinen -83 Vasa IS

--- A-klass 12,40

11,79 Cathrine Boman -85 Liljendal IK

11,77 Lena Solvin -86 IF Nyk.nejden
 11,62 Bettina Lindahl -86 HIFK
 10,99 Åsa Lindberg -79 Pargas IF
 10,97 Mette Fröberg -87 Sjundeå IF
 10,73 Pernilla Ek -88 IF Kraft
 10,64 Maria Airaksinen -77 Esbo IF
 10,63 Michaela Wiklund -80 IF Nyk.nejden
 10,62 Mikaela Käll -86 IK Falken

Diskus

45,65 Cathrine Boman -85 Liljendal IK
 42,15 Kirsi Kangasharju -74 IF Länken
 41,17 Nica Holmberg -87 Lovisa Tor
 --- A-klass 41,00

40,41 Pernilla Ek -88 IF Kraft
 38,95 Malin Näse -76 IF Åsarna
 38,86 Åsa Lindberg -79 Pargas IF
 35,92 Heidi Järvinen -83 Vasa IS
 35,62 Cindy Manelius -91 Ingå IF
 35,08 Sanna Rämänen -90 Virkby Start
 33,02 Minea Håkans -88 Vasa IS

Slägga

63,13 Lena Solvin -86 IF Nyk.nejden
 55,73 Maria Airaksinen -77 Esbo IF
 51,15 Nina Illman -88 Ingå IF
 --- A-klass 50,00
 48,57 Jeanette Savolainen -88 HIFK
 46,17 Malin Manelius -88 Ingå IF
 44,20 Katariina Paasio -87 Esbo IF
 42,37 Pampula Koivu -93 IF Länken
 42,28 Cathrine Boman -85 Liljendal IK
 41,65 Pernilla Ek -88 IF Kraft
 38,03 Åsa Lindberg -79 Pargas IF

Spjut

60,16 Mikaela Ingberg -74 Vasa IS
 --- A-klass 45,00
 41,12 Bettina Lindahl -86 HIFK
 35,18 Maria Dahlbacka -78 IF Nyk.nejden
 34,54 Pernilla Ek -88 IF Kraft
 33,98 Noora Lindström -91 IF SibboV
 33,72 Mette Fröberg -87 Sjundeå IF
 33,61 Anna-Lena Ekstrand -90 IF Drott
 33,36 Jessica Bäckman -90 Hangö IK
 32,90 Jessica Ingo -90 Vasa IS

32,84 Heidi Lindholm -91 IF Fyren

Sjukamp

5135 Bettina Lindahl -86 HIFK

--- A-klass 4200

2770 Martina Back -88 HIFK