

SFI-rekord per 31.10.2023

Rekord noterade 2023 med fet stil

Rekord noterade 2024 med rött (inte ännu godkända av FR)

Herrar

100 m	10,21	Tommi Hartonen-77, Helsingfors IFK	Vasa 23.6.2001
200 m	20,47	Tommi Hartonen-77, Helsingfors IFK	Sydney AUS 27.9.2000
400 m	45,86	Mikael Söderman-65, IF Drott	Helsingfors/S 27.6.1991
800 m	1.45,20	Mikael Söderman-65, IF Drott	Villmanstrand 26.7.1994
1000 m	2.22,05	Niklas Rehula-65, Esbo IF	Helsingfors/S 4.7.1985
1500 m	3.36,88	Niclas Sandells-84, IK Falken	Lapinlahti 8.7.2012
1 eng.mil	4.00,38	Niclas Sandells-84, IK Falken	Joensuu 21.8.2010
2000 m	5.14,3	Rune Holmén-45, Helsingfors IFK	Coos Bay USA 9.5.1975
3000 m	7.52,8	Lasse Orimus-50, Gamlakarleby IF	Saarijärvi 26.6.1976
5000 m	13,18,19	Lasse Orimus-50, Gamlakarleby IF	Stockholm SVE 5.7.1976
10000 m	28.05,72	Lasse Orimus-50, Gamlakarleby IF	Helsingfors/S 30.6.1977
1 timme	18 890 m	Bruno Holmroos-32, Ekenäs IF	Villmanstrand 12.7.1964
10 km lv	29.03	Janne Holmén-77 IF Åland	Porto, POR 29.12.2002
1/2-maraton	1.02.35	Janne Holmén -77, IF Åland	Sevilla SPA 16.12.2007
Maraton	2.10.46	Janne Holmén -77, IF Åland	Rotterdam NED 13.4.2008
110 m häck	13,64	Mikael Ylöstalo-63, IF Sibbo-Vargarna	Lojo 28.8.1988
200 m häck	23,24	Oskari Möro-93 , Esbo IF	Lahtis 7.6.2020
400 m häck	49,04	Oskari Möro-93, Esbo IF	RiodeJaneiro BRA15.8.2016
2000 m h	5.28,80	Kim Bergdahl-78, Gamlakarleby IF	Barcelona SPA 9.7.2004
3000 m h	8.23,25	Jörgen Salo-66, IF Åsarna	Helsingfors/S 27.6.1991
Höjd	230	Oskari Frösén-76, IF Länken	Kuortane 17.6.2001
	231i	Oskari Frösén -76 IF Länken	Tallinn EST 25.2.2004
Stav	560	Jussi Autio-74, Helsingfors	IFK Somero 18.7.1999
Längd	802	Mikko Kivinen -88, Esbo IF	Jämsä 16.6.2012
Tresteg	16,95	Johan Meriluoto-74, Borgå Akilles	Åbo 20.8.2000
Kula	21,69	Reijo Ståhlberg-52, Esbo IF	Fresno, USA 5.5.1979
Diskus	69,97	Frantz Kruger-75, Vasa IS	Helsingborg SVE 15.9.2007
Slägga	78,83	David Söderberg-79, IF VOM	Lahtis 2.7.2003
Spjut	88,02	Oliver Helander-97, IF Raseborg	Jakobstad 7.7.2018
Tiokamp	7931	Kaj Ekman-64, Vasa IS	Vasa 24-25.8.1991

(10,6 684 14,33 197 48,2 14,4 44,38 450 59,92 4,38,6)

4x100 m 40,38 Esbo IF Kotka/Karhula 12.9.2020

(Jonathan Brace-95, Tuukka Huuskola-98, Oskari Möro-93, Roope Saarinen-94)

1000 m stafett 1.55,64 Helsingfors IFK Åbo 28.7.1988

(Christopher Mosley-69, Mårten Henrichson-66, Rolf Winberg-58, Tomas Back-64)

4x400 m 3.12,06 IF Drott Lahtis 4.7.1993

(Janne Pajunen-68, Krister Storbacka-66, Kaj Nyman-63, Mikael Söderman-65)

4x800 m 7.27,42 IK Falken Tusby 9.7.2011

(Christoffer Envall-91, Tommy Granlund-83, Mikael Bergdahl-83, Niclas Sandells-84)

4000 m stafett 10.08,45 Gamlakarleby IF Åbo 9.9.2023

(Väinö Venetjoki -00, Kasper Biskop -05, Onni Mäkelä -02, Joni Virkkala -95)

4x1500 m 15.24,99 Karis IK Torneå 21.7.1985

(Erkki Hälikkä-55, Kim Berghäll-60, Juhani Holopainen-56, Jarmo Malmberg-62),

3000 m gång	11.41,8	Jani Lehtinen -74, Esbo IF	Lapinlahti 27.6.1993
5000 m gång	19.49,58	Jani Lehtinen -74, Esbo IF	Lapinlahti 27.6.1993
10000 m gång	40.52,94	Jani Lehtinen -74, Esbo IF	Helsingfors/D 1.6.1993
20000 m gång	1.27.50,6	Jani Lehtinen -74, Esbo IF	Stockholm SVE 10.9.1994
10 km gång	42,51	Jani Lehtinen -74, Esbo IF	Tusby 3.4.1993
20 km gång	1.26,14	Eemeli Kiiski -91, Esbo IF	Tusby 23.4.2016
30 km gång	2.17.30	Eemeli Kiiski -91, Esbo IF	Esbo 14.6.2015
50 km gång	3.53.36	Jani Lehtinen -74, Esbo IF	Dudince SVK 24.3.1996

3x3000 m gång 37.32,02 Esbo IF Helsingfors/D 3.7.2016

(Mikko Ruokolainen-81, Eemeli Kiiski-91, Elmo Koivunen-94)

Herrar 22 år

100 m	10,47	Viktor Thor -00, Borgå Akilles	Tammerfors 1.6.2022
		Viktor Thor -00, Borgå Akilles	Sollentuna, SVE 12.6.2022
200 m	21,12	Markus Lindahl-75, Helsingfors IFK	Natchitoches USA 18.5.1996
400 m	47,40	Oskari Mörö -93 Esbo IF	Helsingfors/S 30.8.2014
800 m	1.48,51	Mathias Björkqvist-80, Kyrkslätt IF	Villmanstrand 13.8.2000
1000 m	2.22,05	Niklas Rehula-85, Esbo IF	Helsingfors/S 4.7.1985
1500 m	3.43,3	Eero Kinaret-56, Gamlakarleby IF	Kil SVE 20.8.1978
3000 m	8.01,01	Janne Holmén-77 IF Åland	Keuruu 25.6.1999
5000 m	13.43,59	Janne Holmen-77, IF Åland	Ludvika SVE 29.6.1999
10000 m	28.36,71	Janne Holmen-77, IF Åland	Seinäjäki 8.8.1999
10 km landsväg	30.05	Mårten Boström-82, Sjundeå IF	Bornholm/Hasle DA19.7.2004
1/2-maraton	1.05.11	Obed Kipkurui-86, Sjundeå IF	Sjundeå 20.4.2008
Maraton	2.22.51	Mårten Boström-82, Sjundeå IF	Fukuoka JAP 5.12.2004
110 m häck	13,88	Jussi Kanervo -93 Helsingfors IFK	Jämsänkoski 27.6.2013
	13,88	Jussi Kanervo -93 Helsingfors IFK	Jacksonville USA 30.5.2014
400 m häck	49,08	Oskari Mörö -93 Esbo IF	Zürich SWI 13.8.2104
3000 m hinder	8.32,51	Jörgen Salo-66, IF Åsarna	Åbo 28.7.1988
Höjd	227	Oskari Frösén-76, IF Länken	Euraåminne 18.7.1998
Stav	545	Mikael Westö -82, IF Femman	Jyväskylä 30.6.2004
Längd	795	Kristian Bäck-96, Vasa IS	Formia ITA 15.5.2016
Tresteg	16,53	Johan Meriluoto-74, Borgå Akilles	El Paso USA 15.4.1995
Kula	21,26	Reijo Ståhlberg-52, Fiskars IF	Helsingfors/S 26.6.1974
Diskus	55,26	Stefan Kulla-77, IK Falken	Jalasjärvi 11.7.1999
Slägga	72,25	David Söderberg-79, IF VOM	Töysä 10.6.2001
Spjut	88,02	Oliver Helander -97 IF Raseborg	Jakobstad 7.7.2018
Tiokamp	7476	Otto Ylöstalo -91 IF Sibbo-Vargarna	Tammerfors 11-12.7.2013

(11,25 711 13,28 195 51,06 15,16 34,31 460-57,59 4,29,13)

3000 m gång	11.41,8	Jani Lehtinen-74, Esbo IF	Lapinlahti 27.6.1993
5000 m gång	19.49,58	Jani Lehtinen-74, Esbo IF	Lapinlahti 27.6.1993
10000 m gång	40.52,94	Jani Lehtinen-74, Esbo IF	Helsingfors/D 1.6.1993
10 km gång	42.51	Jani Lehtinen-74, Esbo IF	Tusby 3.4.1993
20 km gång	1.27.15	Elmo Koivunen-94, Esbo IF	Fredrikstad NOR 17.9.2016

Herrar 19 år

100 m	10,59	Markus Lindahl-75, Helsingfors IFK	Tusby 9.7.1994
200 m	21,21	Markus Lindahl-75, Helsingfors IFK	Tusby 10.7.1994

400 m	48,02	Roope Saarinen-94 Esbo IF Villmanstrand 10.8.2013	
800 m	1.50,0	Niklas Rehula-65, Esbo IF Alexandria EGY 15.10.1984	
1000 m	2.23,26	Niklas Rehula-65, Esbo IF	Esbo/Köklax 5.6.1984
1500 m	3.46,0	Eero Kinaret-56, Gamlakarleby IF	Aten GRE 23.8.1975
3000 m	8.18,1	Olli Koivusalo-70, Esbo IF	Parkano 12.6.1988
5000 m	14.28,8	Per-Ole Holmnäs-61, IF Drott	Vanda/Myrbacka 23.8.1980
10000 m	30.02,04	Per-Ole Holmnäs-61, IF Drott	Helsingfors/S 24.5.1979
10 kmlandsväg	32.21	Obed Kipgurui-86, Sjundeå IF	Tavastehus 2.4.2005
110 m h 99cm	13,61	Jussi Kanervo -93 Helsingfors IFK	Barcelona SPA 11.7.2012
400 mh 91,4cm	50,80	Oskari Mörö -93 Esbo IF	Barcelona SPA 13.7.2012
3000 mh	8.52,75	Topi Raitanen -96 Sjundeå IF	Stockholm 12.9.2015
Höjd	221	Oskari Frösén-76, IF Länken	Cagliari ITA 17.9.1994
Stav	520	Mikael Westö-82, IF Femman	Tammerfors 5.8.2000
	520	Viktor Östman -94 Vasa IS	Lahtis 25.8.2012
Längd	790	Kenneth Kastrén-75, IF Åsarna	Tusby 9.7.1994
Tresteg	16,04	Johan Meriluoto-74, Borgå Akilles	Vanda/Sandkulla 10.8.1993
Kula 6,0kg	20,12 (6,25kg)	Robert Häggblom-82, Vasa IS	Ylihärmä 9.9.2001
Diskus 1,75kg	58,28	Stefan Kulla-77, IK Falken	Karleby 24.7.1996
Slägga 6,0kg	72,73	Roope Auvinen-98, Sjundeå IF	Nurmijärvi 15.6.2017
Spjut 800g	76,28	Oliver Helander -97 IF Raseborg	Eskilstuna 16.7.2015
Tiokamp	7363	Glenn Lindqvist-76, IF Åland	Nyiregyhaza UNG 30.7.1995
(11,63 662 13,68 187 50,14 15,27 42,86 460 54,34 4,32,86)			

4x100 m 42,29 Helsingfors IFK Helsingfors/D 2.7.2016
(Heikki Chen-98, Pekka Sinkkonen-98, Daniel Lundmark-98, Jesse Lehtimäki-98)

1000m stafett 2.00,6 Esbo IF Esbo/Köklax 1.9.1967
(Christer Kanerva-49, Rolf Englund-49, Kaj Widbom-50, Lauri Lindström-49)

4x400 m 3.19,35 IF Kraft Åbo 9.7.1995
(Rami Tuisku-77, Mikael Asp-77, Roland Asplund-76, Stefan Ivars-76)

3x800 m 5.52,93 IF Länken St Michel 8.7.2006
(Andreas Lindahl-87, Frank Lindqvist-88, Anders Lindahl-87)

4x100 m häck 55,05 Vasa IS Helsingfors/S 16.6.1996
(Thomas Löfgren-77, Andreas Närvä-78, Mikael Stenkull-78, Jens Wallin-77)

3000m gång	11.40,09	Jonathan Ekberg -03 Esbo IF	Urjala 16.7.2023
5000 m gång	19.49,58	Jani Lehtinen-74, Esbo IF	Lapinlahti 27.6.1993
10000 m gång	40.52,94	Jani Lehtinen -74, Esbo IF	Helsingfors/D 1.6.1993
10 km gång	42.51	Jani Lehtinen-74, Esbo IF	Tusby 3.4.1993
20 km gång	1.27.32	Jani Lehtinen-74, Esbo IF	Kisa SVE 13.6.1993

Herrar 17 år

100 m	10,60	Lauri Tuomilehto -99 Borgå Akilles	Tbilisi GEO 27.7.2015
200 m	21,61	Markus Lindahl-75, Helsingfors IFK	Vammala 16.8.1992
400 m	48,33	Christoffer Envall -91 IK Falken	Tammerfors 25.7.2008
800 m	1.53,62	Niklas Rehula-65, Esbo IF	Jakobstad 18.9.1982
1000 m	2.29,3	Niklas Rehula-65, Esbo IF	Esbo/Köklax 6.7.1982
1500 m	3.58,84	Leonard Markén-03, IF VOM	Helsingfors/D 26.8.2020
3000 m	8.28,70	Olli Koivusalo-70, Esbo IF	Ylöjärvi 19.6.1987

10 km landsväg	33,49	Jan Flaaming-89 Sjundeå IF	Vanda 9.12.2006	
110 mh	91,4cm	13,83	Adrian Björkgren-03, IF Drott	Pedersöre 8.8.2020
400 mh	83,8cm	53,41	Pekka Sinkkonen -98 Helsingfors IFK	Kalajoki 23.8.2015
2000 mh	5.53,6	Kaj Backas -59 IF Åland	Borgå 5.8.1975	
Höjd	216	Oskari Frösén-76, IF Länken	Caen FRA 4.7.1992	
Stav	500	Mikael Westö-82, IF Femman	Kristinestad 22.8.1999	
Längd	752	Kenneth Kastrén-75, IF Åsarna	Etseri 7.6.1992	
Tresteg	15,27	Johan Meriluoto-74, Borgå Akilles	Stockholm SVE 4.8.1991	
Kula 5,0kg	19,76	Robert Häggblom-82, Vasa IS	Bydgoszcz POL 18.7.1999	
Diskus 1,75kg	59,71	Mikko Törrönen-93, IF Sibbo-Vargarna	Borgå 4.8.2010	
Slägga 5,0kg	74,94	Roope Auvinen-98 Sjundeå IF	Kalajoki 21.8.2015	
Spjut 700g	79,34	Oliver Helander-97 IF Raseborg	Helsingfors/S 30.8.2014	
Tiokamp 7426	Otto Ylöstalo-91, IF Sibbo-Vargarna Jyväskylä 14-15.6.2008			
(11,27 681 14,91 190 36,98 14,77 41,61 415 58,92 2.51,91)				

4x100 m 43,10 Vasa IS Kotka/Karhula 12.9.2020
(Nico Källberg-05, Elias Rintanen-04, Benjamin Olli-04, Ive Ntumba-04)

4x300 m 2.24,39 Helsingfors IFK Seinäjoki 5.7.2015
(Anton Tallbacka-00, Pekka Sinkkonen-98, Daniel Lundmark98, Jesse Lehtimäki-98)

3x800 m 6.06,52 Helsingfors IFK Seinäjoki 4.7.2015
(Casimir Engblom-99, Daniel Lundmark-98, Pekka Sinkkonen-98)

4x100 m h 54,42 Borgå Akilles Vammala 5.7.1998
(Anders Lindgren-81, Henrik Backman-81, Andreas Ahlfors-81, Niklas Lindgren-81)

3000m gång	13.03,49	Jonathan Ekberg-03, Esbo IF	Nådendal 11.7.2020
5000 m gång	22.18,12	Jonathan Ekberg-03, Esbo IF	Nystad 3.7.2020
10000 m gång	49.51,9	Jani Lehtinen-74, Esbo IF	Reso 16.7.1989
10 km gång	50.18	Jani Lehtinen-74, Esbo IF	Tusby 22.5.1989

Pojkar 15 år

100 m	11,07	Lauri Tuomilehto -99 Borgå Akilles	Esbo/Alberga 14.6.2014
300 m	35,30	Isac Wedenberg-01, Borgå Akilles	Kervo 11.9.2016
800 m	1.59,2	Mikael Mörn-65, IF Åland	Mariehamn 6.9.1980
2000 m	5.44,8	Kaj Backas -59, IF Åland	Åbo 4.8.1974
100 mh 84cm	13,16	Alexander Björkgren -02 IF Drott	Borgå 12.8.2017
300 mh 76,2cm	39,25	Eero Ilomäki -98 Helsingfors IFK	Tavastehus 21.8.2016
1500 m hinder	4.29,38	Jan-Erik Salo -75, IF Åsarna	Kannus 7.8.1990
Höjd	203	Oskari Frösén-76, IF Länken	Viljandi EST 11.8.1991
Stav	460	Mikael Westö-82, IF Femman	Somero 27.6.1997
Längd	685	Jouko Nikula-52, Gamlakarleby IF	Skellefteå SVE 30.8.1969
Tresteg	13,71	Donatello Dallai -96 Esbo IF	Jesolo ITA 10.8.2011
Kula 4 kg	19,60	Mikko Törrönen -93, IF Sibbo-Vargarna	Esbo/E-viken 27.9.2008
Diskus 1 kg	63,13	Mikko Törrönen -93, IF Sibbo-Vargarna	Kokemäki 26.6.2008
Slägga 4 kg	66,30	Roope Auvinen -98 Sjundeå IF	Helsingfors/Boxb. 22.9.2013
Spjut 600 g	79,06	Oliver Helander -97, IF Raseborg	Vasa 18.8.2012
5-kamp	3766	Severi Mäntylä -01, Borgå Akilles	Helsingfors/D 22.6.2016
(13,59, 6,52, 390 ,52,89, 3.23,77)			

4x100 m 44,01 Vasa IS Åbo 9.9.2023

(Eeli Bengs -08, Melwin Moliis -08, Jonas Braxén -08, Nikola Bäck-08)

4x800 m 8.42,32 IK Falken Helsingfors/D 3.7.2016

(Anton Lassen-02, Christian Tarvonen-01, Josef Höglund-02, Adam Wikman-01)

4x80 m häck 44,71 Helsingfors IFK Helsingfors/D 2.7.2016

(Eero Ilomäki-01, Ossian Newby-01, Akseli Salin-01, Batuhan Yildirim-01)

3000 m gång 13.59,5 Jani Lehtinen-74, Esbo IF Randers DAN 20.8.1988

Damer

100 m	11,19	Mona-Lisa Pursiainen-51, Gamlakarleby IF Warszawa POL 4.8.1973	
200 m	22,39	Mona-Lisa Pursiainen-51, Gamlakarleby IF Moskva, SOV 20.8.1973	
400 m	51,27	Mona-Lisa Pursiainen-51, Gamlakarleby IF Helsingfors/S 16.9.1973	
800 m	1.59,41	Sara Kuivisto-91, Borgå Akilles	Tokyo, JAP 31.7.2021
1000 m	2.39,14	Sara Kuivisto-91, Borgå Akilles	Borgå 2.9.2020
1500 m	4.02,35	Sara Kuivisto-91, Borgå Akilles	Tokyo, JAP 4.8.2021
1 eng.mil	4.28,12	Sara Lappalainen -91 Borgå Akilles	Stirling SCO 26.8.2023
2000 m	6.23,35	Nathalie Blomqvist-01 IK Falken	Tavastehus 21.8.2016
3000 m	8.55,10	Nina Holmén-51, Helsingfors IFK	Rom ITA 2.9.1974
	8.32,23FR	Nathalie Blomqvist-01, IK Falken	Oslo, NOR 30.5.2024
5000 m	15.11,63	Camilla Richardsson-93, Esbo IF	Uleåborg 8.7.2023
	14.59,70	Nathalie Blomqvist-01, IK Falken	Walnut, Calif.USA19.4.2024
	14.44,72FR	Nathalie Blomqvist-01, IK Falken	Rom ITA 7.6.2024
10000 m	31.12,78	Camilla Richardsson-93, Esbo IF	London, UK 20.5.2023
10 km	32.51 32,44	Nina Chydenius -90 Gamlakarleby IF	Madrid, SPA 32.12.2022
½-maraton	1.10.08	Camilla Richardsson-93 Esbo IF Ras-al-Khaima FAR 7.2.2023n	Barcelona,Spanien 11.2.224
	1.09.55FR	Camilla Richardsson-93 Esbo IF	
Maraton	2.28.53	Anne-Mari Hyryläinen-78, Nagu IF	Dubai FAR 26.1.2018
100 m h	12,72	Annimari Korte-88, Helsingfors IFK	Joensuu 24.7.2019
200 m häck	26,70	Annimari Korte-88, Helsingfors IFK	Oslo NOR 11.6.2020
400 m h	54,40	Viivi Lehikoinen -99, Helsingfors IFK	Huelva, SPA 6.6.2023
2000 m hinder	6.32,49	Sandra Eriksson-89, IF Nykarlebynejden	Göteborg SVE 27.6.2008
3000 m hinder	9.24,70	Sandra Eriksson-89, IK Falken	Lahtis 12.7.2014
Höjd	193	Linda Sandblom-89, Hangö IK	Kuortane 25.6.2016
Stav	450	Saga Andersson-00, Esbo IF	Köpenhamn DAN 27.5.2023
Längd	658	Ragne Kytölä-65, Helsingfors IFK	Helsingfors/S 19.8.1990
Tresteg	13,81	Sanna Nygård-88, Vasa IS	Torremolinos SPA 1.7.2018
Kula	17,49	Katarina Sederholm-68, Esbo IF	Reso 16.6.1996
	17,49	Katarina Sederholm-68, Esbo IF	Elimäki 31.5.1997
Diskus	56,82	Diana Back-71, IF Helsing-AAtlas	Euraåminne 15.6.1997
Slägga	67,93	Sara Killinen- 01, Esbo IF	Walnut, USA 15.4.2023
	68.05	Charlotta Sandkulla, IF Åsarna	Kangasala 8.6.2024
	68,48	Sara Killinen-01, Esbo IF	Kuortane 22.6.2024
Spjut	64,03	Mikaela Ingberg-74, Vasa IS	Berlin TYS 1.9.2000
7-kamp	6241	Tina Rättyä-68, IF Drott	Helsingfors/S 8-9.8.1994

4x100 m 44,79 Helsingfors IFK Åbo 9.9.2023

(Lotta Kemppinen-98, Viivi Lehikoinen-99, Nea Mattila-99, Nora Lindahl-04)

4x400 m 3.39,67 Helsingfors IFK Uleåborg 12.9.2021

(Inka Pöyry-04, Nea Mattila-99, Teresa Perttilä-05, Viivi Lehikoinen-99)

4x800 m 8.47,44 IK Falken Lahtis 5.7.2014

(Heidi Eriksson-86, Zenitha Eriksson-92, Sandra Eriksson-89, Karin Storbacka-87)

3000 m gång	13.14,86	Mira Saastamoinen-72, Esbo IF	Nurmijärvi 20.7.1992
5000 m gång	22.10,51	Mira Saastamoinen-72, Esbo IF	Jyväskylä 4.7.1992
10000 m gång	46.51,7	Mira Saastamoinen-72, Esbo IF	Esbo/Dalsvik 15.7.1992
10 km gång	47.14	Mira Saastamoinen-72, Esbo IF	Vanda 16.5.1992
20 km gång	1.43.53	Mikaela Löfbacka -90 Vasa IS	Esbo 14.6.2015

3x3000 m gång 43.16,7 Esbo IF Jyväskylä 20.7.1985

(Monica Robertson-51, Sari Röman-67, Helena Åström-64)

Damer 22 år

100 m	11,19	Mona-Lisa Pursiainen-51, Gamlakarleby IF Warszawa POL 4.8.1973	
200 m	22,39	Mona-Lisa Pursiainen-51, Gamlakarleby IF Moskva SOV 20.8.1973	
400 m	51,27	Mona-Lisa Pursiainen-51, Gamlakarleby IF Helsingfors/S 16.9.1973	
800 m	2,02,99	Karin Storbacka-87, IK Falken	Cardiff, UK 15.8.2009
1000 m	2.51,3	Pia Lemström-62, Helsingfors IFK	St Michel 29.6.1982
1500 m	4.08,46	Nathalie Blomqvist-01, IK Falken	Stretford, UK 12.8.2023
3000 m	9.00,48	Nina Holmén-51, Helsingfors IFK	Stockholm SVE 1.9.1973
5000 m	15.21,13	Nathalie Blomqvist -01, IK Falken	Stockholm SVE 3.9.2023
10000 m	33.53,88	Camilla Richardsson-93, Vasa IS	Århus DAN 23.5.1915
10 km	37.31	Anette Björkgård-80, Gamlakarleby IF	Oulainen 24.4.1999
½-maraton	1.21.02	Camilla Richardsson-93, Vasa IS	Lissabon POR 5.10.1914
Maraton	3.06.06	Lotta Bäckström-74, IF Drott	Helsingfors 15.8.1992
100 m häck	13,36	Matilda Bogdanoff-90, Helsingfors IFK	Göteborg SVE 1.9.2012
400 m häck	55,42	Viivi Lehikoinen-99, Helsingfors IFK	Talinn, EST 10.7.2021
3000 m hinder	9.45,50	Sandra Eriksson-89, IF Nykarlebynejden	Paris FRA 9.9.2009
Höjd	187	Susanne Sundqvist-57, IF Drott	Kuortane 26.6.1976
Stav	445	Saga Andersson-00, Esbo IF	Sibbo 6.6.2022
Längd	642	Ragne Kytölä-65, Virkby Start	Stockholm SVE 23.8.1987
Tresteg	12,97	Sanna Nygård-88, Vasa IS	Jyväskylä 18.8.2012
Kula	15,34	Katarina Sederholm-68, Virkby Start	Lojo 15.5.1990
Diskus	53,30	Diana Back-71, IF Helsing-AAtlas	Kouvola 12.8.1993
Slägga	67,93	Sara Killinen- 01, Esbo IF	Walnut, USA 15.4.2023
	68.05	Charlotta Sandkulla, IF Åsarna	Kangasala 8.6.2024
Spjut	56,43i	Emilia Karell-03, Sjundeå IF	Nastola/Pajulahti 3.3.2023
Sjukamp	5930	Ragne Kytölä-65, Virkby Start	Basel, SWI 4-5.9.1987

(14,26 178 11,58 24,96 618 41,78 2,14,07)

3000 m gång	13.14,86	Mira Saastamoinen-72, Esbo IF	Nurmijärvi 20.7.1992
5000 m gång	22.10,51	Mira Saastamoinen-72, Esbo IF	Jyväskylä 4.7.1992
10000 m gång	46.51,7	Mira Saastamoinen-72, Esbo IF	Esbo/Dalsvik 15.7.1992
10 km gång	47.14	Mira Saastamoinen-72, Esbo IF	Vanda 16.5.1992
20 km gång	1.45.48	Helena Åström-64 Esbo IF	Värnamo 10.5.1986

Damer 19 år

100 m	11,69	Nora Lindahl -04, Helsingfors IFK Diekirch, LUX 13.5.2023	
	11,6	Mona-Lisa Strandvall-51, Gamlakarleby IF Pargas 27.7.1968	
200 m	23,26	Nora Lindahl -04 Helsingfors IFK	Jerusalem ISR 9.8.2023

400 m	53,96	Sonja Finell-68, Vasa IS	Stockholm SVE 22.8.1987
	53,5	Mona-Lisa Strandvall-51, Gamlakarleby IF	Bonn TYS 26.9.1970
800 m	2.06,7	Monika Rönholm-70, IF Femman	Saarijärvi 25.6.1988
1500 m	4.15,13	Nathalie Blomqvist-01, IK Falken	Stockholm SVE 24.8.2019
3000 m	9.19,65	Nathalie Blomqvist-01, IK Falken	Bydgoszcz POL 10.8.2019
5000 m	17.37,97	Anna-Lena Snickars-66, IF Kraft	Varkaus 26.7.1985
100 m häck	13,56	Jonna Berghem-93, Hangö IK	Barcelona SPA 15.7.2012
	13.46	Mila Heikkonen-06, HIFK	Jämsänkoski 7.7.2024
400 m häck	56,49	Viivi Lehikoinen-99 Helsingfors IFK	Grosseto ITA 23.7.2017
3000 m hinder	10.00,87	Sandra Eriksson-89 IF Nykarlebynejden	Bydgoszcz POL 10.7.2008
Höjd	187	Susanne Sundqvist-57, IF Drott	Kuortane 26.6.1976
Stav	442	Saga Andersson-00 Esbo IF	Tammerfors 25.8.2017
Längd	616	Iida Kalliomäki-98 Esbo IF	Jämsä 27.6.2015
Tresteg	12,80	Sanna Nygård-88, Vasa IS	Villmanstrand 3.8.2007
Kula	14,62	Anna Öhman-76, Malax IF	Drammen NOR 31.5.1995
Diskus	51,70	Diana Back-71, IF Helsing-Atlas	Esbo/Alberga 13.6.1990
Slägg	63,08	Charlotta Sandkulla -04, IF Åsarna	Tammerfors 26.8.2023
Spjut	54,64	Vivian Suominen-03, Helsingfors IFK	Vanda/S 30.5.2021
Sjukamp 5596	Tina Rättyä-68, IF Drott Cottbus, DDR 24-25.8.1985 (14,59 177 11,24 26,15 590 46,32 2,25,17)		

4x100 m 46,46 Helsingfors IFK Tammerfors 8.7.2017
(Sanni Pajasmaa-99, Viivi Lehikoinen-99, Nea Mattila-99, Aino Bergqvist-01)

4x400 m 3,50,36 IF Nykarlebynejden Tusby 10.7.2011
(Matilda Nyholm-92, Simone Wiklund-92, Zenitha Eriksson-92, Jonna Julin-93)

3x800 m 6.56,06 Esbo IF Lahtis 5.7.2014
(Jasmin Koivunen-97, Nadia Korkman-97, Jessica Rautelin-98)

4x100 häck 57,70 Helsingfors IFK St Michel 9.9.2018
(Sanni Pajasmaa-99, Nea Mattila-99, Pinja Konttinen-00, Viivi Lehikoinen-99)

3000 mgång	13.40,5	Mira Saastamoinen-72, Esbo IF	Vanda/Sandkulla 10.6.1991
5000 mgång	23.09,63	Mira Saastamoinen-72, Esbo IF	Esbo/Alberga 15.6.1991
10000 mgång	51.18,1	Helena Åström-64, Esbo IF	Esbo/Dalsvik 17.8.1983
10 km gång	48.28	Mira Saastamoinen-72, Esbo IF	Trosa SVE 14.9.1991

Damer 17 år

100 m	11,92	Lotta Kemppinen -98 Helsingfors IFK	Eskilstuna SVE 16.7.2015
	11,6	Mona-Lisa Strandvall-51, Gamlakarleby IF	Pargas 27.7.1968
200 m	24,39	Viivi Lehikoinen -99 Helsingfors IFK	Tavastehus 21.8.2016
400 m	54,94	Sonja Finell-68, Vasa IS	Tavastehus 26.7.1985
800 m	2.09,72	Anna Sandbacka-80, IF Kraft	Stockholm SVE 30.8.1997
1500 m	4.25,20	Nathalie Blomqvist -01 IK Falken	Győr UNG 8.7.2018
3000 m	9.36,41	Nathalie Blomqvist -01, IK Falken	Lapinlahti 28.7.2018
10 km landsväg	38.18	Cecilia Österblad-00, Vasa IS	Esbo 22.4.2017
100 mh 76,2cm	13,54	Viivi Lehikoinen -99 Helsingfors IFK	Kalajoki 22.8.2015
400 mh	57,65	Viivi Lehikoinen -99 Helsingfors IFK	Uleåborg 24.7.2016
2000 m hinder	6.53,08	Nathalie Blomqvist -01 IK Falken	Mariehamn 23.9.2017
Höjd	181	Susanne Sundqvist-57, IF Drott	Sotji SOV 22.9.1974
	181	Johanna Asplund-67, Virkby Start	Esbo/Otnäs 16.7.1984

Stav	442	Saga Andersson-00 Esbo IF	Jämsä 27.6.2015
Längd	616	Iida Kalliomäki-98, Sjundeå IF	Jämsä 27.6.2015
Tresteg	12,72	Iida Kalliomäki-98 Sjundeå IF	Orimattila 25.8.2013
Kula 4 kg	13,55	Marina Åstrand-64, IK Myran	Karleby 14.7.1981
Kula 3 kg	16,03	Patricia Kellgren-03, Helsingfors IFK	Esbo/Alberga 16.6.2018
Diskus 1,0kg	49,72	Patricia Kellgren-03, Helsingfors IFK	Esbo/E-viken 1.8.2020
Slägga 4 kg	56,12	Junia Koivu-93, Esbo IF	Töysä 8.5.2010
Slägga 3 kg	63,67	Charlotta Sandkulla-04, IF Åsarna	Hyvinge 7.8.2021
Spjut 600 g	53,14	Emilia Karell-03, Sjundeå IF	Åbo 14.8.2020
Spjut 500 g	57,98	Vivian Suominen-03, Helsingfors IFK	Pihtipudas 27.6.2019
7-kamp	5596	Tina Rättyä-68, IF Drott	Cottbus, DDR 24-25.8.1985
(14,59 177 11,24 26,15 590 46,32 2,25,17)			

4x100 m 46,66 Helsingfors IFK Helsingfors/D 2.7.2016
(Sanni Pajasmaa-99, Viivi Lehtikainen-99, Nea Mattila-99, Aino Bergqvist-01)

4x300 m 2.40,15 Helsingfors IFK Helsingfors/D 3.7.2016
(Sanni Pajasmaa-99, Aino Bergqvist-01, Nea Mattila-99, Viivi Lehtikainen-99)

3x800 m 6.56,06 Esbo IF Lahtis 5.7.2014
(Jasmin Koivunen-97, Nadia Korkman-97, Jessica Rautelin-98)

4x100 m häck 57,05 Helsingfors IFK Åbo 10.9.2023
(Mila Heikkonen -06, Charlotte Kajander -06, Kiia Äikää -06, Elmiina Siikala -06)

3000 m gång	13.51,7	Mira Saastamoinen-72, Esbo IF Kankaanpää	13.8.1988
5000 m gång	23.45,3	Mira Saastamoinen-72, Esbo IF Randers DAN	20.8.1988
5 km gång	25.25	Mira Saastamoinen-72, Esbo IF Östhammar/Gimo S	12.7.1987
10 km gång	55.41,3	Helena Åström-64, Esbo IF Esbo/Dalsvik	13.9.1980

Flickor 15 år

100 m	12,06	Iida Kalliomäki -98 Sjundeå IF Åbo	18.8.2013
300 m	39,55	Nea Mattila -99 Helsingfors IFK Imatra	31.8.2013
800 m	2.12,84	Winnie Markén -08 IF VOM Kelviå	19.8.2023
2000 m	6.23,35	Nathalie Blomqvist-01, IK Falken Tavastehus	21.8.2016
80 m h 76,2cm	11,31	Ella Wallin -08 Vasa IS Imatra	5.8.2023
300 m häck	43,02	Viivi Lehtikainen -99 Helsingfors IFK Helsingfors/D	9.8.2014
1500 m hinder	5.20,52	Jill Friberg-06, IF Raseborg Karleby	6.8.2021
Höjd	176	Johanna Asplund -67, Virkby Start Karleby	4.7.1982
Stav	395	Saga Andersson -00 Esbo IF Borgå	19.7.2015
Längd	578	Tilda Lipasti -98 Helsingfors IFK Esbo/Otnäs	24.5.2013
Tresteg	12,72	Iida Kalliomäki -98 Sjundeå IF Orimattila	25.8.2013
Kula 3 kg	16,03	Patricia Kellgren-03, Helsingfors IFK Esbo/Alberga	16.6.2018
Diskus 0,75 kg	55,51	Patricia Kellgren -03, Helsingfors IFK Esbo/E-viken	23.7.2018
Slägga 3 kg	61,82	Junia Koivu -93, IF Länken Esbo/E-viken	19.10.2008
Spjut 400 g	57,22	Emilia Karell -03, Sjundeå IF Tavastehus	16.9.2018
5-kamp	3028	Viivi Lehtikainen -99 Helsingfors IFK Jakobstad	7.9.2014
(11,56 571 30,69 163 2.20,22)			

4x100 m 48,16 Helsingfors IFK Esbo/Alberga 7.8.2013
(Riikka Mäkinen-98, Viivi Lehtikainen-99, Nea Mattila-99, Lotta Kemppinen-98)

4x800 m 9.29,43 Helsingfors IFK St Michel 9.9.2018
(Inka Pöyry-04, Teresa Perttilä-05, Iris Engeness-03, Emma Nyström-04)

4x80 m häck 48,04 Helsingfors IFK Kotka/Karhula 12.9.2020
(Kiia Äikää-06, Elinda Koivula-06, Charlotte Kajander-06, Teresa Perttilä-05)

3000 m gång 14.14,54 Mira Saastamoinen-72, Esbo IF Kuusankoski 17.7.1987