

NM Kast 5-kamp 2020	Slegge		Kule		Diskos		Spyd		Vektkast		Total
	Resultat	Poeng	Resultat	Poeng	Resultat	Poeng	Resultat	Poeng	Resultat	Poeng	Poeng
<b>Klasse M45 - 49</b>	7,26 kg		7,26 kg		2,00 kg		800 g		15,88 kg		
1 Ørjan Moss, FIL ASK-77	19,71	262	6,97	389	23,67	435	24,63	283	8,18	427	<b>1796</b>
<b>Klasse M50 - 54</b>	6,0 kg		6,0 kg		1,5 kg		700 g		11,34 kg		
1 Iver Hytten, Tønsberg FIK	45,45	741	14,95	945	50,43	902	53,58	825	18,85	1009	<b>4422</b>
2 Even Hytten, Tønsberg FIK	39,80	630	13,33	828	41,39	711	44,00	648	14,59	752	<b>3569</b>
3 Tom Arne Helgesen, IK Grane Arendal	44,22	717	12,25	750	39,55	673	37,73	534	14,77	763	<b>3437</b>
4 Bjørn Arne Kristiansen, Heggedal friidrett	29,83	437	9,64	563	39,04	662	45,97	684	10,84	528	<b>2874</b>
5 Roar Sigurd Uglem, Snøgg friidrett	25,62	357	11,46	693	32,56	529	20,90	239	NM	0	<b>1818</b>
<b>Klasse M55 - 59</b>	6,0 kg		6,0 kg		1,5 kg		700 g		11,34 kg		
1 Birger Søyland, FIK Orion	37,14	657	12,32	830	32,44	584	42,42	689	12,95	708	<b>3468</b>
2 Bjørn Arild Sande, Aremark IF	38,80	693	9,78	632	32,28	581	25,51	358	13,91	770	<b>3034</b>
3 Tor Inge Vikane, Laksevåg TIL	26,17	421	9,36	600	24,60	412	28,37	413	8,96	455	<b>2301</b>
- Torrey Enoksen, Lyngdal IL											<b>DNS</b>
<b>Klasse M60 - 64</b>	5,0 kg		5,0 kg		1,0 kg		600 g		9,08 kg		
1 Agnar Aadland, Laksevåg TIL	35,77	624	11,85	777	35,44	617	33,39	547	13,44	678	<b>3243</b>
2 Lars Åke Greiff, Larvik turn	32,48	553	10,68	687	30,67	516	32,45	528	12,67	632	<b>2916</b>
3 Frank Andersen, Ski IL friidrett	31,31	528	10,69	688	32,89	563	25,16	378	11,83	583	<b>2740</b>
4 Terje Aastorp, Ullensaker/Kisa IL	25,49	404	10,07	640	33,30	572	20,32	281	8,46	386	<b>2283</b>
5 Arve Keilen, Olderdalen IK	NM	0	11,71	766	31,32	529	29,61	469	8,87	410	<b>2174</b>
6 Halvard Finsrud, Lillehammer IF	20,22	294	7,95	481	26,93	437	22,91	333	8,37	381	<b>1926</b>
<b>Klasse M65 - 69</b>	5,0 kg		5,0 kg		1,0 kg		600 g		9,08 kg		
1 Odd Keilen, Rosendal TL	27,23	511	11,08	794	34,96	678	31,57	578	11,68	622	<b>3183</b>
<b>Klasse M70 - 74</b>	4,0 kg		4,0 kg		1,0 kg		500 g		7,26 kg		
1 Arild Busterud, Løten friidrett	52,41	1114	13,49	930	43,64	991	24,57	461	19,15	1131	<b>4627</b>
2 Kjell Adamski, Sarpsborg IL	41,53	848	12,00	812	42,14	951	34,35	703	15,92	917	<b>4231</b>
3 Oddbjørn Bergheim, Samhald IL	30,25	577	8,93	572	33,75	728	33,97	694	11,94	656	<b>3227</b>
4 Arne Reigstad, FIL ASK-77	30,02	571	10,01	656	26,79	548	31,35	628	12,59	698	<b>3101</b>
5 Tore Lund, GTI Stavanger	30,33	578	10,11	664	29,99	631	25,13	474	11,85	650	<b>2997</b>
6 Jostein Myrvang, Larvik turn	31,03	595	9,05	581	29,23	611	18,41	312	13,36	749	<b>2848</b>
7 Reidar Dahl, Ski IL friidrett	22,28	388	9,73	634	21,28	409	34,37	704	9,99	530	<b>2665</b>
8 Torbjørn Thorland, Runar	25,50	464	8,27	521	20,87	399	19,19	331	10,11	538	<b>2253</b>

	Slegge		Kule		Diskos		Spyd		Vektkast		Total
	Resultat	Poeng	Resultat	Poeng	Resultat	Poeng	Resultat	Poeng	Resultat	Poeng	Poeng
<b>Klasse M75 - 79</b>	4,0 kg		4,0 kg		1,0 kg		500 g		7,26 kg		
1 Jan Olav Nystrøm, Malvik IL	27,16	590	10,04	731	32,46	798	18,41	368	11,52	686	<b>3173</b>
2 Olav Egeland, Tjalve, IK	19,07	374	8,85	629	27,47	652	31,37	729	7,68	420	<b>2804</b>
3 Torleif Brathagen, Heggedal friidrett	26,06	561	8,47	597	22,80	517	19,86	407	9,32	533	<b>2615</b>
<b>Klasse M80 - 84</b>	3,0 kg		3,0 kg		1,0 kg		400 g		5,45 kg		
1 Knut Henrik Skramstad, Kongsberg IF	25,78	645	9,03	703	26,74	745	25,70	646	11,07	702	<b>3441</b>
2 John Johansen, Ullensaker/Kisa IL	23,75	583	9,30	728	20,64	542	23,62	581	10,50	660	<b>3094</b>
3 Endre Nesheim, Tyrving IL	19,60	456	7,38	552	19,31	499	17,99	409	8,11	484	<b>2400</b>
<b>Klasse M85 - 89</b>	3,0 kg		3,0 kg		1,0 kg		400 g		5,45 kg		
1 Arne Ueland, Tønsberg FIK	27,71	868	8,15	712	17,17	534	13,87	353	11,54	831	<b>3298</b>
<b>Klasse K45 - 49</b>	4,0 kg		4,0 kg		1,0 kg		600 g		9,08 kg		
1 Ragna Bull, Ski IL friidrett	30,46	683	6,85	411	19,76	347	16,00	288	8,48	553	<b>2282</b>
<b>Klasse K50 - 54</b>	3,0 kg		3,0 kg		1,0 kg		500 g		7,26 kg		
1 Gro Lappegård, Oslo Politis IL	33,01	763	9,11	627	29,31	624	17,83	353	8,92	526	<b>2893</b>
2 Kristine Rogstad, Ås IL	33,10	766	9,34	646	23,35	475	13,26	241	9,41	561	<b>2689</b>
3 Anne Merethe Dahlen, Stoverkameratene	25,79	560	8,36	564	22,33	449	16,53	321	9,44	563	<b>2457</b>
4 Jeanette Eliassen, Larvik turn	NM	0	8,61	585	23,29	473	24,84	527	10,50	641	<b>2226</b>
<b>Klasse K55 - 59</b>	3,0 kg		3,0 kg		1,0 kg		500 g		7,26 kg		
1 Ragnhild Gulvik, Larvik turn	27,69	683	8,03	595	19,49	426	17,19	380	9,97	669	<b>2753</b>
2 Kate Alnes, GTI Stavanger	24,15	575	7,37	536	16,87	356	16,44	360	8,92	586	<b>2413</b>
- Heidi Barth, Larvik turn											<b>DNS</b>
<b>Klasse K60 - 64</b>	3,0 kg		3,0 kg		1,0 kg		500 g		5,45 kg		
1 Live Båsen, Modum FIK	33,80	974	8,26	688	25,87	679	22,28	589	12,12	781	<b>3711</b>
<b>Klasse K65 - 69</b>	3,0 kg		3,0 kg		1,0 kg		500 g		5,45 kg		
1 Marit Huflåttén, Tønsberg FIK	27,10	847	6,75	608	22,06	645	18,54	546	10,00	693	<b>3339</b>
<b>Klasse K70 - 74</b>	3,0 kg		3,0 kg		1,0 kg		500 g		5,45 kg		
1 Grete Rivenes, Tønsberg FIK	26,52	950	8,02	853	21,02	716	15,90	541	10,38	815	<b>3875</b>
<b>Klasse K75 - 79</b>	2,0 kg		2,0 kg		0,75 kg		400 g		4,0 kg		
1 Elise Marie Wåle, Larvik turn	23,95	828	6,85	698	15,14	512	15,34	571	8,88	639	<b>3248</b>