

BÄSTA P/F 15-9 NOTERINGAR FÖR NÅID 1.1.2013.

P15

100m	Tony Pihlström, IF Raseborg	11,28	12
300m	Julian Turunen-Forsbäck, LovTor	37,06	08
	Hans Poutakari, IF Sibbo V	36,7	77
800m	Mikael Söderlund, HIK	2.02,2	78
2000m	Niklas Rehula, Esbo	5.51,5	80
100m h	Hoang Nquyen, HIFK	13,65	12
200m h	Hoang Nquyen, HIFK	26,36	12
1500m h	Mikael Lindblom, Pargas IF	4.32,7	79
3000m g	Jani Lehtinen, Esbo IF	14.18,89	88
Höjd	Henrik Broman, EIF	192	76
Stav	Caj Fors, Borgå Akilles	402	94
Längd	Ove Blomfelt, LovTor	6,57	72
3-steg	Otto Ylöstalo, IF Sibbo V	13,42	06
Kula	Mikko Törrönen, IF Sibbo V	19,60	08
Diskus	Mikko Törrönen, IF Sibbo V	63,13	08
Slägga	Fredrik Fröberg, Sjundeå IF	60,53	10
Spjut	Oliver Helander, IF Raseborg	79,06	12
5-kamp	Otto Ylöstalo, IF Sibbo V	3577	06
	Victor Fagerholm, Borgå Akilles	3452	11
4x80m h	Helsingfors IFK	47,25	12
4x100m	Helsingfors IFK	46,40	78
4x800m	Helsingfors IFK	8.56,02	12

P14

100m	Tony Pihlström, IF Raseborg	11,54	11
300m	Tony Pihlström, IF Raseborg	37,80	11
800m	Otto Luokkalahti, Karis IK	2.06,44	08
	Mikael Söderlund, Hangö IK	2.06,4	77
2000m	Mikael Söderlund, Hangö IK	6.01,3	77
80m h	Otto Ylöstalo, IF Sibbo V	11,89	05
100m h	Eljas Ylöstalo, IF Sibbo V	14,45	12
200m h	Victor Fagerholm, Borgå Akilles	28,18	10
1500m h	Fredric Suvanto, Hangö IK	5.48,44	09
3000m g	Jani Lehtinen, Esbo IF	14.18,89	88
Höjd	Ville Rämänen, V-S	188	07
Stav	Victor Fagerholm, Borgå Akilles	385	10
Längd	Ove Blomfelt, LovTor	6,05	71
	Otto Ylöstalo, IF Sibbo V	6,05	05
3-steg	Donatello Dallai, Esbo IF	13,06	10
Kula	Glenn Sveholm, Ekenäs IF	16,37	95
Diskus	Oskar Itänen, IF Sibbo V	53,95	08
Slägga	Roope Auvinen, Ingå IF	50,26	12
Spjut	Oliver Helander, IF Raseborg	68,10	11
5-kamp	Otto Ylöstalo, IF S-V	2958	05

5-kamp	Victor Fagerholm,Borgå Akilles	3133	10
--------	--------------------------------	------	----

P13

60m	Niko Sved,IF Sibbo V	7,73	05
200m	Tony Pihlström,IF Raseborg	24,43	10
600m	Erik Haajanen,Ingå IF	1.36,81	05
1000m	Mikael Söderlund,Lappvik IF	2.46,8	76
60m h	Victor Fagerholm,Borgå Akilles	9,20	09
2000m g	Björn Meriheinä,Liljendal IK	10.38,12	04
Höjd	Kari Kalliola,Esbo IF	175	76
	Tim Sumela,Borgå Akilles	175	83
Stav	Victor Fagerholm,Borgå Akilles	346	09
Längd	Oliver Borg,IF Raseborg	5,63	12
3-steg	Paulus Roiha,Esbo IF	11,83	93
Kula	Mikko Törrönen,IF Sibbo V	15,32	06
Diskus	Conny Lundström,IF Trean	59,36	97
Slägga	Roope Auvinen,Ingå IF	44,56	11
Spjut	Oliver Helander,IF Raseborg	55,19	10
4-kamp	Otto Ylöstalo,IF S-V	2182	04
	Victor Fagerholm,Borgå Akilles	2491	09
4x60m h	IF Sibbo Vargarna	42,92	08
4x100m	Borgå Akilles	51,21	94
4x600m	Borgå Akilles	6.59,50	09

PI2

60m	Fabian Björk,Esbo IF	7,97	92
200m	Oliver Borg,IF Raseborg	26,79	11
600m	Oliver Borg,IF Raseborg	1.40,4h	11
1000m	Kim Samuelsson,IF BygdegHopp	2.59,81	84
60m h	Oliver Borg,IF Raseborg	9,44	11
2000m g	Björn Meriheinä,Liljendal IK	10.30,56	03
Höjd	Tim Sumela,Borgå Akilles	165	82
Stav	Björn Andersson,IF H-Atlas	310	81
Längd	Paulus Roiha,Esbo IF	5,33	92
3-steg	Simon Wackström,Borgå Akilles	11,13	03
Kula 3kg	Kettil Fredriksson,Liljendal IK	12,87	04
Diskus	Sami Kankaanoja,Esbo IF	47,45	02
Slägga	Roope Auvinen,Ingå IF	37,56	10
Spjut	Oliver Helander,IF Raseborg	56,96	09
4-kamp	Oliver Borg,IF Raseborg	2002	11

P11

60m	Paulus Roiha,Esbo IF	8,35	91
150m	Tony Pihlström,Ekenäs IF	21,07	08
600m	Samu Sjöblom,Lovisa Tor	1.44,83	02
1000m	Nicolas Malmberg,Lovisa Tor	3.14,06	08
60mh 50c	Thomas Lindroos,Borgå Akilles	9,75	98
60mh 60c	Joonas Luotonen, IF Sibbo V	10,49	07
1000m g	Mårten Ollas,Liljendal IK	5.05,94	04
Höjd	Mikael Kjällman,Karis IK	151	75
	Paulus Roiha,Esbo IF	151	91
Stav	Mikael Kjällman,Karis IK	265	75
Längd	Sebastian Sahlberg,Borgå Akilles	4,84	96
	Nicolas Malmberg,Lovisa Tor	4,84	08

3-steg	Paulus Roiha, Esbo IF	10,09	91
Kula	Kari Kalliola, Esbo IF	12,95	74
Diskus	Niklas Grahn, IF H-Atlas	36,80	93
Slägga	Thomas Gustafsson, Ingå IF	33,92	88
Spjut	Oliver Helander, Karis IK	44,57	08
3-kamp	Oliver Helander, Karis IK	1296	08
4x60m h	IF Sibbo Vargarna	42,60	03
4x60m h	IF Sibbo-Vargarna	44,95	07
4x50m	Ingå IF	28,52	02
4x600m	Ingå IF	7.51,88	02

P10

60m	Henrik Blomfelt, Lovisa Tor	8,61	06
150m	Christian Stubb, Pargas IF	22,07	00
600m	Samu Sjöblom, Lovisa Tor	1.45,9	01
1000m	Juha Liimatainen, KyIF	3.14,5	82
60mh 50c	Thomas Lindroos, Borgå Akilles	10,13	97
60mh 60c	Dennis Forsman, Sjundeå IF	11,02	12
1000m g	Mårten Ollas, Liljendal IK	5.07,0	03
Höjd	Jan-Mikael Haanpää, IF Sibbo V	146	95
Stav	Sebastian Sahlberg, Borgå Akilles	228	95
Längd	Sebastian Sahlberg, Borgå Akilles	4,64	95
3-steg	Marcus Grönholm, Esbo IF	9,40	78
Kula	Mats Öhman, Ekenäs IF	10,74	72
Diskus	Niklas Koivunen, Lovisa Tor	33,24	01
Slägga	Niklas Koivunen, Lovisa Tor	27,26	01
Spjut	Juha-Pekka Pusa, Esbo IF	41,40	81
3-kamp	Robin Ullberg, IF Sibbo V	997	06

P9

40m	Emil Holmberg, Nagu IF	6,31	06
150m	Jani Backman, Borgå Akilles	23,05	05
600m	Samu Sjöblom, Lovisa Tor	1.53,53	00
1000m	Vesa-Pekka Melleri, IF Sibbo V	3.29,6	84
40mh 50c	Tony Pihlström, Ekenäs IF	7,53	06
600m g	Nicolas Malmberg, Lovisa Tor	3.26,87	06
Höjd	Marcus Hakanpää, Dragsfjärd IK	132	10
Stav	Jonas Björkvall, IF Sibbo V	205	82
Längd	Jan-Mikael Haanpää, IF Sibbo V	4,40	94
Kula	Thomas Söderlund, Karis IK	10,46	98
Diskus	Niklas Koivunen, Lovisa Tor	26,72	00
Bollk	Oliver Helander, Karais IK	55,09	06
3-kamp	Oliver Helander, Karis IK	904	06
	Simon Lindholm, IF Raseborg	830	10
8x40m	Ekenäs IF	58,01	99

F15

100m	Lotta Kemppinen, HIFK-Friidrott	12,22	12
300m	Lotta Kemppinen, HIFK-Friidrott	40,00	12
800m	Marita Stenvik, Esbo IF	2.14,47	84
2000m	Rebecca Hannén, Sjundeå IF	6.45,64	12
80m h	Lotta Kemppinen, HIFK-Friidrott	11,57	12
200m h	Jessica Rautelin, Esbo IF	29,27	12
1500m h	Jasmin Koivunen, Esbo IF	5.30,77	10

3000m g	Mira Saastamoinen, Esbo IF	14.14,54	87
Höjd	Johanna Asplund, V-S	176	82
Stav	Henrietta French, Lovisa Tor	371	01
Längd	Miia Bollström, V-S	5,55	88
3-steg	Ida Kalliomäki, Sjundeå IF	11,65	12
Kula	Susanna Törrönen, Esbo IF	13,97	12
Diskus	Jessica Meriheinä, Liljendal IK	46,92	10
750g	Susanna Törrönen, Esbo IF	49,00	12
Slägga	Malin Manelius, Ingå IF	54,15	03
Spjut	Katja Nyberg, Esbo IF	45,52	93
5-kamp	Jessica Rautelin, Esbo IF	2710	12
4x80m h	Esbo IF	48,91	12
4x100m	Helsingfors IFK	48,90	12
4x800m	Ekenäs IF	9.33,40	95

F14

100m	Lotta Kemppinen, HIFK-Friidrott	12,22	12
300m	Lotta Kemppinen, HIFK-Friidrott	40,00	12
800m	Martina Harling, Borgå Akilles	2.17.09	87
2000m	Malin Åkerfelt, Ekenäs IF	6.46,31	92
80m h	Lotta Kemppinen, HIFK-Friidrott	11,57	12
200m h	Lotta Kemppinen, HIFK-Friidrott	29,68	12
1500m h	Jasmin Koivunen, Esbo IF	5.20,54	11
3000m g	Suvi Päälysaho, Esbo IF	15,46,90	97
Höjd	Jonna Berghem, Ekenäs IF	167	07
Stav	Henrietta French, Lovisa Tor	371	01
Längd	Lotta Kemppinen, HIFK-Friidrott	5,40	12
3-steg	Ida Kalliomäki, Sjundeå IF	11,57	12
Kula	Susanna Törrönen, Esbo IF	13,97	12
Diskus1kg	Carina Back, IF H-Atlas	37,86	90
750g	Susanna Törrönen, Esbo IF	49,00	12
Slägga	Malin Manelius, Ingå IF	49,92	02
Spjut	Katja Nyberg, Esbo IF	45,52	93
5-kamp	Lotta Kemppinen, HIFK-Friidrott	2629	12

F13

60m	Lotta Kemppinen, HIFK-Friidrott	8,07	11
200m	Nea Mattila, HIFK-Friidrott	26,38	12
600m	Riitta Paasio, Esbo IF	1.40,41	97
1000m	Jasmin Koivunen, Esbo IF	3.16,10	10
60m h	Johanna Ahola, Sjundeå IF	9,55	10
2000m g	Amanda Åström, Esbo IF	10.47,23	08
Höjd	Johanna Asplund, V-S	163	80
Stav	Saga Andersson, Esbo IF	322	12
Längd	Adriana Turunen-Forsbäck, LovTor	5,19	08
3-steg	Ida Kalliomäki, Sjundeå IF	11,06	10
Kula	Susanna Törrönen, IF Sibbo V	14,03	10
Diskus	Susanna Törrönen, IF Esbo IF	49,52	11
Slägga	Sara Nyström, Borgå Akilles	45,04	97
Spjut	Pamela Degerman, Karis IK	40,98	96
4-kamp	Nicolina Nynäs, IF Raseborg	1610	10
4x60m h	Esbo IF	42,47	10
4x100m	HIFK	53,93	02
4x600m	IF Raseborg	7.34,57	09

F12

60m	Ida Kalliomäki, Sjundeaå IF	8,27	10
200m	Ida Kalliomäki, Sjundeaå IF	27,55	10
600m	Jemima Backman, Esbo IF	1.42,65	04
1000m	Krista Lindholm, Karis IK	3.21,77	08
60m h	Ida Kalliomäki, Sjundeaå IF	9,87	10
2000m g	Karita Hukkanen, Esbo IF	10,56,9	96
Höjd	Nicolina Nynäs, IF Raseborg	152	11
Stav	Saga Andersson, Esbo IF	322	12
Längd	Johanna Ahola, Sjundeaå IF	4,97	09
3-steg	Ida Kalliomäki, Sjundeaå IF	11,06	10
Kula	Susanna Törrönen, IF Sibbo V	14,03	10
Diskus	Susanna Törrönen, IF Sibbo V	45,71	10
Slägga	Henrietta French, Lovisa Tor	40,05	99
Spjut	Katja Nyberg, Esbo IF	36,94	91
4-kamp	Johanna Ahola, Sjundeaå IF	1729	09

F11

60m	Ida Kalliomäki, Sjundeaå IF	8,44	09
150m	Ida Kalliomäki, Sjundeaå IF	21,24	09
	Saga Andersson, Esbo IF	21,24	11
600m	Jemima Backman, Esbo IF	1.46,38	03
1000m	Isabella Latva, ÅIFK	3.20,56	12
60mh 50c	Cecilia Sandell, Ekenäs IF	9,80	06
60mh 60c	Johanna Ahola, Sjundeaå IF	10,30	08
1000m g	Karita Hukkanen, Esbo IF	4.57.95	97
Höjd	Nicolina Nynäs, IF Raseborg	143	10
Stav	Saga Andersson, Esbo IF	256	11
Längd	Ida Kalliomäki, Sjundeaå IF	4,86	09
3-steg	Johanna Ahola, Sjundeaå IF	9,60	08
Kula	Henrietta French, Lovisa Tor	11,01	98
Diskus	Susanna Törrönen, IF Sibbo V	35,66	09
Slägga	Henrietta French, Lovisa Tor	35,00	98
Spjut	Elin Sjölin, Ekenäs IF	32,02	07
3-kamp	Nicolina Nynäs, IF Raseborg	1201	10
4x60m h	IF Sibbo Vargarna	43,01	03
	Sjundeaå IF	43,89	08
4x50m	Sjundeaå IF	28,81	08
4x600m	Sjundeaå IF	7.15,50	08

F10

60m	Ida Kalliomäki, Sjundeaå IF	8,79	08
150m	Saga Andersson, Esbo IF	21,72	10
600m	Jemima Backman, Esbo IF	1.50,90	02
1000m	Emma Jalkanen, Borgå Akilles	3.27,83	07
60mh 50c	Heidi Pöntinen, Sjundeaå IF	10,37	04
60mh 60c	Ida Kalliomäki, Sjundeaå IF	10,40	08
1000m g	Karita Hukkanen, Esbo IF	5.02,9	96
Höjd	Nicolina Nynäs, IF Raseborg	139	09
Stav	Henrietta French, LovTor	208	97
Längd	Ida Kalliomäki, Sjundeaå IF	4,45	08
3-steg	Klara Fält, Lovisa Tor	8,94	06
Kula	Susanna Törrönen, IF Sibbo V	9,26	08

Diskus	Susanna Törrönen, IF Sibbo V	26,48	08
Slägga	Emilia Koivunen, LovTor	26,36	99
Spjut	Johanna Ahola, Sjundeå IF	26,32	07
3-kamp	Saga Andersson, Esbo IF	994	10

F9

40m	Saga Andersson, Esbo IF	6,45	09
150m	Saga Andersson, Esbo IF	23,50	09
600m	Victoria Knape, IF Sibbo V	2.01,45	12
1000m	Jeanette Latva, ÅIFK	3.40,36	12
40mh 50c	Ida Kalliomäki, Sjundeå IF	7,89	07
600m g	Victoria Knape, IF Sibbo V	3.18,70	12
Höjd	Nicolina Nynäs, Karis IK	125	08
Stav	Susanna Nyholm, Borgå Akilles	166	00
Längd	Nicolina Nynäs, Karis IK	4,15	08
Kula	Susanna Törrönen, IF Sibbo V	8,12	07
Diskus	Caroline Lindholm, IF Trean	23,98	84
Bollk	Elin Sjölund, Ekenäs IF	36,65	05
3-kamp	Erin Hildén, Ingå IF	715	10
	Matilda Sandblom, Hangö IK	682	09
8x40m	Borgå Akilles	59,4	96
	Karis IK	59,4	97