

# LAHDEN AHKERAN ENNÄTYKSET SISULISÄSARJOISSA 31.12.2025

## P 15

60 m	7,30 i	Tuukka Koskinen -03	2018
100 m	11,27	+1,6 Oskari Syväranta -09	2024
150 m	17,49	-0,8 Matias Salminen -06	2021
200 m	22,98	+1,7 Tuukka Koskinen -03	2018
300 m	36,48	Oskari Syväranta -09	2024
400 m	52,47	Lauri Eerola -99	2014
600 m	1.27,66	Aleksi Rajaniemi -03	2017
800 m	1.58,92	Aleksi Rajaniemi -03	2018
1000 m	2.43,78	Marko Lindqvist -67	1981
1500 m	3.58,44	Leo Rajaniemi -09	2024
2000 m	5.33,77	Leo Rajaniemi -09	2024
3000 m	8.28,54	Leo Rajaniemi -09	2024
5000 m	15.04,78	Leo Rajaniemi -09	2024
5 km tiejuoksu	15.51	Leo Rajaniemi -09	2024
10 km tiejuoksu	35.15	Wilho Hautala -99	2014
40 m aid. 83,8cm (3 kpl) halli	6,19	Markus Tuomela -84	1999
60 m aid. 91,4cm (5 kpl) halli	9,89	Vesa Painilainen -79	1994
60 m aid. 83,8cm (5 kpl) halli	8,44	Markus Vainio -08	2022
60 m aid. 83,8cm (6 kpl) halli	9,76	Marko Koivunen -81	1995
75 m aid. 91,4cm käsiajanotto	11,1	Kauko Känkänen -46	1961
80 m aid. 83,8cm	11,92	-1,2 Jooa Korhonen -10	2024
100 m aid. 91,4 cm	14,26	+1,5 Petteri Illmen -65	1980
100 m aid. 83,8 cm	13,13	+0,8 Markus Vainio -08	2023
110 m aid. 91,4cm	16,28	+1,0 Jooa Korhonen -10	2025
200 m aid. 76,2 cm	27,08	+1,0 Jimi Rekola -97	2012
300 m aid. 76,2	39,67	Markus Vainio -08	2022
400 m aid. 91,4 cm	62,25	Vesa Painilainen -79	1994
400 m aid. 83,8 cm	59,42	Janne Kanerva -99	2014
1500 m est. 91,4	4.41,3	Markku Kyyrönen -69	1984
1500 m est. 76,2	4.25,06	Leo Rajaniemi -09	2024
Korkeus	189	Kiril Popov -84	1999
Seiväs	421 i	Eerik Mäkelä -04	2019
Pituus	647	Petteri Illmen -65	1980
	637	+1,3 Markus Tuomela -84	1999
Kolmiloikka	13.58	Petteri Illmen -65	1980
	13.45	+1,3 Petteri Illmen -65	1980
Kuula 5,4kg	14.73	Antti Perho -84	1998
Kuula 4 kg	18.10	Antti Perho -84	1998
Kiekko 2 kg	34.17	Olli Takala -95	2010
Kiekko 1,75 kg	38.42	Olli Takala -95	2010
Kiekko 1,5kg	48.25	Olli Takala -95	2010
Kiekko 1kg	61.03	Olli Takala -95	2010
Moukari 5kg	42.76	Sakari Mäkelä -07	2022
Moukari 4kg	53.51	Sakari Mäkelä -07	2022
Keihäs 800g (uusi malli v:sta 1986)	56.30	Henri Alm -81	1996

<b>Keihäs 700g</b>	<b>62.36</b>	<b>Henri Alm -81</b>	<b>1996</b>
<b>Keihäs 600g</b>			
(uusi malli v:sta 1999)	<b>65.54</b>	<b>Elias Kemppainen -08</b>	<b>2023</b>
(vanha malli v:een 1998)	<b>71.32</b>	<b>Henri Alm -81</b>	<b>1996</b>
<b>Painonheitto 9,07 kg</b>	<b>16.13</b>	<b>Onni Rustholkarhu -05</b>	<b>2020</b>
<b>8-ottelu</b> (100 m aid. 91,4cm, kiekko 1,5kg, seiväs, keihäs 600g, 100 m, pituus, kuula 5,4kg, 1000 m)	<b>3880</b>	<b>Pertti Karjalainen -69</b>	<b>1984</b>
		15,7 28.52 260 38.50 12,1 574 9.32 2.56,6	
<b>6-ottelu</b> (100 m, korkeus, kuula 5,4kg, pituus, keihäs 700g, 300 m)	<b>3186</b>	<b>Pauli Tolsa -50</b>	<b>1965</b>
		11,9 170 8.87 609 40.06 40,6	
<b>Sisulisä 7-ottelu</b> (60 m, pituus, kuula 4kg, korkeus, 60 m aid. 84cm, seiväs, 800 m)			
<b>halli</b>	<b>4211</b>	<b>Aleksi Laitinen -91</b>	<b>2006</b>
		8,21 572 13.11 173 9,20 290 2.36,68	
<b>Sisulisä 6-ottelu</b> (100 m aid. 83,8 cm, pituus, keihäs 600g, seiväs, kiekko 1kg, 800 m)	<b>3424</b>	<b>Henri Alm -81</b>	<b>1996</b>
		15,90 550 65.12 230 41.20 2.30,71	
<b>Sisulisä 5-ottelu</b> (100 m aid. 83,8 cm, kiekko 1kg, seiväs, keihäs 600g, 1000 m)	<b>3572</b>	<b>Eetu Taskinen -91</b>	<b>2006</b>
		14,65/0,0 44.38 420 49.49 3.04,57	
<b>Sisulisä 5-ottelu</b> (100 m aid. 83,8 cm, pituus, seiväs, keihäs 600g, 1000 m)	<b>3346</b>	<b>Elias Kemppainen -08</b>	<b>2023</b>
		14,21/-0,3 578/+1,5 365 47.42 3.08,01	
<b>Sisulisä 5-ottelu</b> (60 m aid. 83,8 cm, pituus, kuula 4 kg, seiväs, 1000 m)			
<b>halli</b>	<b>3432</b>	<b>Elias Kemppainen -08</b>	<b>2023</b>
		8,98 571 13.24 380 3.07,27	
<b>Heitto 5-ottelu</b> (kuula, kiekko, moukari, keihäs, paino)	<b>3092</b>	<b>Onni Rustholkarhu -05</b>	<b>2020</b>
		13.86 41.18 44.48 34.78 14.92	
<b>Heitto 4-ottelu</b> (kuula, kiekko, moukari, keihäs)	<b>2469</b>	<b>Onni Rustholkarhu -05</b>	<b>2020</b>
		13.86 41.18 44.48 34.78	
<b>1000 m ratakävely</b>	<b>5.33,74</b>	<b>Mikael Nordenswan -01</b>	<b>2015</b>
<b>3000 m ratakävely</b>	<b>17.24,69</b>	<b>Mikael Nordenswan -01</b>	<b>2015</b>
<b>3 km tiekävely</b>	<b>17.21</b>	<b>Antti Marjamaa -67</b>	<b>1982</b>
<b>4x100 m viesti</b>	<b>44,41</b>	<b>Ahkera</b>	<b>2022</b>
		Oskari Syväranta, Markus Vainio, Elias Kemppainen, Mikael Salminen	
<b>1000 m viesti</b>	<b>2.15,54</b>	<b>Ahkera</b>	<b>2010</b>
(100 m + 200m + 300 m + 400 m)		Joona Ruuhonen, Otto Lätti, Mikko Viinanen, Atte Ouninkorpi	
<b>4x300 m viesti</b>	<b>2.39,23</b>	<b>Ahkera</b>	<b>1992</b>
		Kimmo Kytölaakso, Heikki Ovaska, Jyri Ahola, Tomi Westman	
<b>3x800 m viesti</b>	<b>6.44,56</b>	<b>Ahkera</b>	<b>2005</b>
		Kalle Piira, Lauri Ojala, Joonas Lindberg	
<b>4x800 m viesti</b>	<b>8.24,5</b>	<b>Ahkera</b>	<b>2018</b>
		Danil Schröder, Justus Luonela, Wäinö Hautala, Aleksi Rajaniemi	
<b>P/T 4x800 m viesti</b>	<b>9.22,14</b>	<b>Ahkera</b>	<b>2016</b>
		Aleksi Rajaniemi, Pinja Kotinurmi, Lauri Syväranta, Silja Rönkä	

4x80 m aitaviesti 76,2cm	45,51	Ahkera	2023
		Elias Kemppainen, Niilo Kemppainen, Juho Taavila, Markus Vainio	
4x100 m aitaviesti 84cm	64,82	Ahkera	1992
		Tomi Westman, Ville Lehtovaara, Joni Painilainen, Kimmo Kytölaakso	

## P 14

60 m	7,54	i Markus Vainio -08	2022
100 m	11,67	-0,1 Markus Vainio -08	2022
150 m	18,08	-0,8 Santtu Kekkonen -07	2021
200 m	23,50	+0,3 Markus Vainio -08	2022
300 m	38,50	Joni Takala -00	2014
400 m	55,34	Aleksi Rajaniemi -03	2017
600 m	1.27,66	Aleksi Rajaniemi -03	2017
800 m	2.02,06	Aleksi Rajaniemi -03	2017
1000 m	2.43,78	Marko Lindqvist -67	1981
1500 m	4.42,66	Wilho Hautala -99	2013
2000 m	5.52,82	Leo Rajaniemi -09	2023
3000 m	10.02,22	Kevin Niittyviita -11	2024
5000 m	16.59,25	Kevin Niittyviita -11	2025
5 km tiejuoksu	16.07	Leo Rajaniemi -09	2023
10 km tiejuoksu	36.09	Aleksi Rajaniemi -03	2017
60 m aid. 83,8cm (5 kpl) halli	8,44	Markus Vainio -08	2022
60 m aid. 83,8cm (6 kpl) halli	9,76	Marko Koivunen -81	1995
80 m aid. 83,8cm	11,92	-1,2 Jooa Korhonen -10	2024
100 m aid. 91,4 cm käsiajanotto	15,8	Antti Hallman -75	1989
100 m aid. 83,8 cm	13,33	+0,4 Markus Vainio -08	2022
200 m aid. 76,2cm	28,40	+0,1 Kalle Petrelius -94	2008
300 m aid. 83,8cm	45,0	Joonas Ruohonen -94	2009
300 m aid. 76,2	39,67	Markus Vainio -08	2022
1500 m est. 91,4	5.12,2	Ari Helminen -61	1972
1500 m est. 76,2	4.45,23	Leo Rajaniemi -09	2023
Korkeus	179	Kiril Popov -84	1998
Seiväs	350	Mika Viitanen -63	1977
	350	Elias Kemppainen -08	2022
Pituus	622	Pertti Karjalainen -69	1983
	614	-0,4 Markus Tuomela -84	1998
	(625	+3,0 Markus Tuomela -84	1998)
Kolmiloikka	12.71	+0,3 Eelis Snåre -03	2017
Kuula 5,4kg	14.73	Antti Perho -84	1998
Kuula 4 kg	18.10	Antti Perho -84	1998
Kiekko 1,5kg	42.46	Antti Perho -84	1998
Kiekko 1kg	53.72	Antti Perho -84	1998
Moukari 5kg	37.53	Onni Rustholkarhu -05	2019
Moukari 4kg	45.66	Onni Rustholkarhu -05	2019
Keihäs 800g (uusi malli v:sta 1986)	51.52	Henri Alm -81	1995
Keihäs 600g			
(uusi malli v:sta 1999)	58.86	Elias Kemppainen -08	2022
(vanha malli v:een 1998)	64.56	Henri Alm -81	1995
Painonheitto 9,07 kg	13.77	Onni Rustholkarhu -05	2019

<b>Sisulisä 6-ottelu</b> (80 m aid. 83,8 cm, pituus, keihäs 600g, seiväs, kiekko 1kg,800 m)	<b>2824</b>	<b>Vesa Painilainen -79</b>	<b>1993</b>
		13,5 491 37.48 270 3.76 2.18,6	
<b>Sisulisä 5-ottelu</b> (80 m aid. 83,8 cm, korkeus, kiekko 1kg, seiväs, 800 m)	<b>2659</b>	<b>Aleksi Laitinen -91</b>	<b>2005</b>
		12,48 165 35.47 310 2.38,25	
<b>Sisulisä 5-ottelu</b> (100 m aid. 83,8 cm, pituus, seiväs, keihäs 600g,1000 m)	<b>3235</b>	<b>Elias Kemppainen -08</b>	<b>2022</b>
		15,59/-06 578/+0,2 350 53.05 3.00,81	
<b>Sisulisä 4-ottelu</b> (80 m aid. 76,2cm, korkeus, kiekko 1kg, 300 m)	<b>2386</b>	<b>3135 Petteri Illmen -65</b>	<b>1979</b>
		12,3 174 28.98 42,2	
sarja puuttuu, vanhat pisteet	3257	<b>Petteri Illmen -65</b>	<b>1979</b>
<b>Heitto 5-ottelu</b> (kuula, kiekko, moukari, keihäs, paino)	<b>2502</b>	<b>Onni Rustholkarhu -05</b>	<b>2019</b>
		10.68 34.73 39.30 27.82 13.45	
<b>Heitto 4-ottelu</b> (kuula, kiekko, moukari, keihäs)	<b>2000</b>	<b>Tobias Moreno -07</b>	<b>2021</b>
		11.99 42.58 28.85 33.27	
<b>1000 m ratakävely</b>	<b>5.33,74</b>	<b>Mikael Nordenswan -01</b>	<b>2015</b>
<b>3000 m ratakävely</b>	<b>17.24,69</b>	<b>Mikael Nordenswan -01</b>	<b>2015</b>
<b>3 km tiekävely</b>	<b>17.24</b>	<b>Pertti Karjalainen -69</b>	<b>1982</b>
<b>4x100 m viesti</b>	<b>48,83</b>	<b>Ahkerä</b>	<b>1994</b>
		Tero Vehko, Arto Kärkkäinen, Iiro Christensen, Olli Karjalainen	
<b>4x800 m viesti</b>	<b>9.18,2</b>	<b>Ahkerä</b>	<b>1981</b>
		Vesa Salminen, Lasse Hurmalainen, Jari Saari, Marko Lindqvist	
<b>P/T 4x800 m viesti</b>	<b>10.24,52</b>	<b>Ahkerä</b>	<b>2013</b>
		Wilho Hautala, Aino Kuljukka, Anssi Halme, Laura Haara	
<b>3x80 m aitaviesti 76,2cm</b>	<b>39,47</b>	<b>Ahkerä</b>	<b>1994</b>
		Iiro Christensen, Olli Karjalainen, Arto Kärkkäinen	
<b>4x80 m aitaviesti 76,2 cm</b>	<b>47,91</b>	<b>Ahkerä</b>	<b>2021</b>
		Markus Vainio, Saku Puustinen, Oliver Koskelainen, Touko Tarvonen	

## P 13

<b>60 m</b>	<b>7,75</b>	<b>i Asghar Musawi -95</b>	<b>2008</b>
	<b>7,75</b>	<b>+5,6Markus Tuomela -84</b>	<b>1997</b>
<b>100 m</b>	<b>12,43</b>	<b>+1,2Arttu Sandberg -01</b>	<b>2014</b>
<b>150 m</b>	<b>20,56</b>	<b>-1,3 Karim Echahid -01</b>	<b>2014</b>
<b>200 m</b>	<b>25,09</b>	<b>i Markus Vainio -08</b>	<b>2021</b>
<b>300 m</b>	<b>40,78</b>	<b>Iiro Christensen -80</b>	<b>1993</b>
<b>400 m</b>	<b>57,37</b>	<b>Aleksi Rajaniemi -03</b>	<b>2016</b>
<b>600 m</b>	<b>1.31,09</b>	<b>Aleksi Rajaniemi -03</b>	<b>2016</b>
<b>800 m</b>	<b>2.08,21</b>	<b>Aleksi Rajaniemi -03</b>	<b>2016</b>
<b>1000 m</b>	<b>2.46,64</b>	<b>Aleksi Rajaniemi -03</b>	<b>2016</b>
<b>1500 m</b>	<b>4.54,41</b>	<b>Mikko Saukkola -83</b>	<b>1996</b>
<b>2000 m</b>	<b>6.15,91</b>	<b>Aleksi Rajaniemi -03</b>	<b>2016</b>

3000 m	10.02,22	Kevin Niittyviita -11	2024
5000 m	17.44,00	Kevin Niittyviita -11	2024
5 km tiejuoksu	18.01	Kevin Niittyviita -11	2023
10 km tiejuoksu	39.29	Kevin Niittyviita -11	2021
40 m aid. 76,2cm (4 kpl) halli	7,17	Mikko Malminen -89	2002
60m aid. 76,2cm (6 kpl)	8,91	+0,2 Markus Vainio -08	2021
60 m aid. 76,2cm (7 kpl)	10,10	Aleksi Laitinen -91	2004
80 m aid. 83,8 cm	13,81	-0,6 Aleksi Laitinen -91	2004
80 m aid. 76,2cm	12,97	+1,3 Vesa Painilainen -79	1992
200 m aidat	29,64	+1,0 Markus Vainio -08	2021
Korkeus	166	Kiril Popov -84	1997
Seiväs	330	Mika Viitanen -63	1976
Pituus	571	Markus Tuomela -84	1997
Kolmiloikka	11.43	Markus Tuomela -84	1997
Kuula 4 kg	14.25	Antti Perho -84	1997
halli *	15.10	Antti Perho -84	1997
Kuula 3 kg	16.28	Antti Perho -84	1997
Kiekko 1,5kg	30.04	Olli Takala -95	2008
Kiekko 1kg	35.64	Onni Rustholkarhu -05	2018
Kiekko 750 g	48.44	Markus Vainio -08	2021
Kiekko 600g	56.96	Antti Perho -84	1997
Moukari 4kg	34.43	Onni Rustholkarhu -05	2018
Moukari 3kg	42.47	Onni Rustholkarhu -05	2018
Keihäs 600g (vanha malli v:een 1998)	47.02	Arto Helminen -59	1972
Keihäs 400g	56.99	Elias Kemppainen -08	2021
Painonheitto 7,26 kg	10.50	Tobias Moreno -07	2019
Sisulisä 6-ottelu (80 m aid. 76,2cm, pituus, keihäs 600g, seiväs, kiekko 1kg, 800 m)	2535	Vesa Painilainen -79	1992
		13,3 423 34.38 230 28.58 2.17,05	
Sisulisä 5-ottelu (60 m aid. 76,2/6, pituus, kiekko 750g, keihäs 400g, 800 m)	2807	Juho Taavila -08	2021
		9,67/+0,7 502/+1,5 47.50 46.86 2.42,85	
Sisulisä 4-ottelu (60 m aid. 76,2cm/6, korkeus, kuula 3kg, 800 m)	2106	Asghar Musawi -95	2008
		9,54/+0,6 152 9.72 2.25,81	
Sisulisä 4-ottelu (80 m aid. 76,2cm, korkeus, kiekko 1kg, 300 m)	1839	Kimmo Kytölaakso -77	1990
		13,6 155 26.28 44,3	
Sisulisä 3-ottelu (60 m, pituus, kuula 3kg)	1646	Markus Tuomela -84	1997
		8,0 549 9.83	
Heitto 5-ottelu (kuula, kiekko, moukari, keihäs, paino)	1870	Tobias Moreno -07	2019
		9.26 28.04 22.20 29.79 10.50	
Heitto 4-ottelu (kuula, kiekko, moukari, keihäs)	2290	Tobias Moreno -07	2020
		13.56 43.31 38.69 34.73	
3000 m ratakävely	17.52,0	Vesa Painilainen -79	1992
3 km tiekävely	17.24	Pertti Karjalainen -69	1982
4x100 m viesti	50,16	Ahkerä	2021
		Oskari Syväranta, Elias Kemppainen, Juho Taavila, Markus Vainio	

4x300 m viesti	3.05,24	<b>Ahkera</b> Tuukka Palonen, Jarkko Tuominen, Aki Hanttu, Vesa Painilainen	1992
4x600 m viesti	7.03,93	<b>Ahkera</b> Konsta Manninen, Otso Kaukonen, Konsta Väisänen, Samuel Pasanen	2019
P/T 4x600 m viesti	7.11,08	<b>Ahkera</b> Leevi Kallio, Roosa Kinnunen, Walte Hautala, Silja Rönkä	2013
4x800 m viesti	10.15,0	<b>Ahkera</b> Ilkka Blåberg, Jarkko Huttunen, Pertti Karjalainen, Ari Jaakkola	1982
3x80 m aitaviesti 76,2cm	42,97	<b>Ahkera</b> Jarkko Tuominen, Tuukka Palonen, Vesa Painilainen	1992
4x60 m aitaviesti 76,2 cm	40,34	<b>Ahkera</b> Juho Taavila, Niilo Kemppainen, Elias Kemppainen, Markus Vainio	2021

## P 12

60 m		8,12	<b>Joni Takala -00</b>	2012
	halli *	8,11	<b>Markus Tuomela -84</b>	1996
100 m		13,30	<b>Asghar Musawi -95</b>	2007
150 m		21,04	<b>Joni Takala -00</b>	2011
200 m		26,01	<b>Joni Takala -00</b>	2012
300 m		44,11	<b>Janne Laurila -82</b>	1994
400 m		65,67	<b>Eric Rinne -09</b>	2021
600 m		1.40,92	<b>Aleksi Rajaniemi -03</b>	2015
800 m		2.19,57	<b>Janne Laurila -82</b>	1994
1000 m		2.59,2	<b>Vesa Painilainen -79</b>	1991
1500 m		5.16,48	<b>Kalle Piira -90</b>	2002
2000 m		6.48,19	<b>Kevin Niittyviita -11</b>	2023
3000 m		10.25,52	<b>Kevin Niittyviita -11</b>	2023
5 km tiejuoksu		18.01	<b>Kevin Niittyviita -11</b>	2023
10 km tiejuoksu		39.29	<b>Kevin Niittyviita -11</b>	2021
Puolimaraton		1.49.47	<b>Topi Taimisto -96</b>	2008
40 m aid. 76,2cm (4 kpl)halli		7,23	<b>Mikko Malminen -89</b>	2001
60 m aid. 76,2cm (6 kpl)		10,05	<b>Konsta Manninen -06</b>	2018
60 m aid. 76,2cm (7 kpl)		10,36	<b>Sami Ylinen -89</b>	2001
200 m aid. 76,2cm		33,11	<b>Karim Echahid -01</b>	2013
Korkeus		155	<b>Kiril Popov -84</b>	1996
	halli *	158	<b>Kiril Popov -84</b>	1996
Seiväs		276	<b>Mika Viitanen -63</b>	1975
Pituus		506	<b>Tommi Walther -78</b>	1990
Kolmiloikka		10.59	<b>Aleksi Laitinen -91</b>	2003
Kuula 3kg		13.46	<b>Antti Perho -84</b>	1996
	halli *	14.01	<b>Antti Perho -84</b>	1996
Kiekko 1kg		28.98	<b>Teijo Laakso -55</b>	1967
Kiekko 750 g		34.50	<b>Tomas Mäkinen -11</b>	2023
Kiekko 600g		46.72	<b>Antti Perho -84</b>	1996

<b>Moukari 3kg</b>	<b>34.47</b>	<b>Onni Rustholkarhu -05</b>	<b>2017</b>
<b>Moukari 4kg</b>	<b>24.08</b>	<b>Sakari Mäkelä -07</b>	<b>2019</b>
<b>Keihäs 600g</b> (vanha malli v:een 1998)	<b>33.80</b>	<b>Henri Alm -81</b>	<b>1993</b>
<b>Keihäs 400g</b>	<b>43.98</b>	<b>Henri Alm -81</b>	<b>1993</b>
<b>Painonheitto 7,26 kg</b>	<b>10.50</b>	<b>Tobias Moreno -07</b>	<b>2019</b>
<b>Sisulisä 5-ottelu</b> (60 m aid. 76,2cm/6, pituus, kiekko 750g, keihäs 400g, 800 m)	<b>1789</b>	<b>Niilo Kemppainen -09</b> 10,85/+0,7 386/-0,3 27.77 33.25 2.44,58	<b>2021</b>
<b>Sisulisä 4-ottelu</b> (60 m aid. 76,2cm/6, korkeus, kuula 3kg, 600 m)	<b>1654</b>	<b>Aleksi Laitinen -91</b> 10,9 150 9.39 1.53,1	<b>2003</b>
<b>Sisulisä 4-ottelu</b> (60 m aid. 76,2cm/7, korkeus, kuula 2,5kg, 800 m)	<b>1764</b>	<b>Janne Laurila -82</b> 11,25 130 11.37 2.23,28	<b>1994</b>
<b>Sisulisä 3-ottelu</b> (60 m, pituus, kuula 2,5kg)	<b>1193</b>	<b>Tuukka Palonen -79</b> 8,7 433 9.90	<b>1991</b>
<b>Heitto 5-ottelu</b> (kuula, kiekko, moukari, keihäs, paino)	<b>1870</b>	<b>Tobias Moreno -07</b> 9.26 28.04 22.20 29.79 10.50	<b>2019</b>
<b>Heitto 4-ottelu</b> (kuula, kiekko, moukari, keihäs)	<b>1707</b>	<b>Tomas Mäkinen -11</b> 9.01 32.34 29.75 35.78	<b>2023</b>
<b>1000 m ratakävely</b>	<b>5.32,27</b>	<b>Peetu Pikkusaari -13</b>	<b>2025</b>
<b>2000 m ratakävely</b>	<b>11.41,95</b>	<b>Peetu Pikkusaari -13</b>	<b>2025</b>
<b>4x100 m viesti</b>	<b>54,10</b>	<b>Ahkera</b> Tuukka Palonen, Vesa Painilainen, Aki Hanttu, Matti Kataja	<b>1991</b>
<b>4x600 m viesti</b>	<b>7.54,03</b>	<b>Ahkera</b> Kalle Piira, Joonas Vanhatalo, Teemu Mikkonen, Joonas Lindberg	<b>2002</b>
<b>P/T 4x600 m viesti</b>	<b>7.47,30</b>	<b>Ahkera</b> Walte Hautala, Roosa Kinnunen, Lassi Forss, Silja Rönkä	<b>2012</b>
<b>4x800 m viesti</b>	<b>10.16,2</b>	<b>Ahkera</b> Mika Vihervuori, Kari Halonen, Ari Jaakkola, Pekka Marjamaa	<b>1981</b>

## **P 11**

<b>60 m</b>	<b>8,55</b> i	<b>Verner Marttila -08</b>	<b>2019</b>
<b>100 m</b>	<b>14,44</b>	<b>Miko Elkala -02</b>	<b>2013</b>
	<b>käsiajanotto</b>	<b>13,4</b>	<b>Markus Tuomela -84</b>
<b>150 m</b>	<b>21,04</b> i	<b>Joni Takala -00</b>	<b>2011</b>
<b>200 m</b>	<b>29,50</b> i	<b>Karim Echahid -01</b>	<b>2012</b>
	<b>halli * käsiajanotto</b>	<b>29,0</b>	<b>Tommi Walther -78</b>
<b>300 m</b>	<b>45,82</b>	<b>Janne Laurila -82</b>	<b>1993</b>
<b>400 m</b>	<b>69,4</b>	<b>Janne Laurila -82</b>	<b>1992</b>
<b>600 m</b>	<b>1.48,07</b> i	<b>Walte Hautala -01</b>	<b>2012</b>
<b>800 m</b>	<b>2.27,2</b>	<b>Janne Laurila -82</b>	<b>1993</b>
<b>1000 m</b>	<b>3.09,0</b>	<b>Kari Halonen -69</b>	<b>1980</b>
<b>2000 m</b>	<b>7.00,48</b>	<b>Kevin Niittyviita -11</b>	<b>2021</b>

3000 m	10.43,47	i	Kevin Niittyviita -11	2022
10 km tiejuoksu	39.29		Kevin Niittyviita -11	2021
40 m aid. 50cm halli	7,12		Sami Ylinen -89	2000
60 m aid. 76,2cm (7 kpl)	11,17		Kimmo Kytölaakso -77	1988
60 m aid. 76,2cm (6 kpl)	12,03		Anssi Halme -99	2010
60 m aid. 60cm	9,99		Karim Echahid -01	2012
60 m aid. 50cm	9,77		Mikko Malminen -89	2000
200 m aid. 76,2cm käsiajanotto	36,8		Jouni Ukkonen -60	1971
Korkeus	153		Kiril Popov -84	1995
Seiväs	245		Mika Viitanen -63	1974
Pituus	464		Tommi Walther -78	1989
halli *	469		Tommi Walther -78	1988
1m ponn.vyöhyke	477		Mikko Malminen -89	2000
Kolmiloikka	9.51		Markus Tuomela -84	1995
1m ponn.vyöhyke	9.86		Alexi Laitinen -91	2002
Kuula 4 kg	8.07		Heikki Vahvelainen -52	1963
Kuula 2,5 kg	10.60		Vesa Ojala -68	1979
Kiekko 1 kg	23.88		Ari Helminen -61	1972
Kiekko 750 g	29.36	i	Tomas Mäkinen -11	2022
Kiekko 600 g	35.48		Onni Rustholkarhu -05	2016
Moukari 3 kg	27.81		Onni Rustholkarhu -05	2016
Moukari 2,5 kg	30.79		Tomas Mäkinen -11	2022
Keihäs 600g (vanha malli v:een 1998)	32.60		Arto Helminen -59	1970
Keihäs 400g	38.84		Jari Kauppila -74	1985
Painonheitto 5,44 kg	10.96		Onni Rustholkarhu -05	2016
Sisulisä 4-ottelu (60 m, pituus, kuula 2,5kg, 800 m)	1490	2185	Janne Laurila -82	1993
			8,9 434 9.07 2.32,6	
sarja puuttuu, vanhat pisteet	2194		Janne Laurila -82	1993
Sisulisä 3-ottelu (60 m, pituus vyöh., kuula 2,5kg)	1181		Mikko Malminen -89	2000
			8,74 431 8.98	
Heitto 5-ottelu (kuula, kiekko, moukari, keihäs, paino)	1815		Onni Rustholkarhu -05	2016
			7.17 31.63 29.67 22.60 10.12	
Heitto 4-ottelu (kuula, kiekko, moukari, keihäs)	1440		Onni Rustholkarhu -05	2016
			7.64 34.46 29.67 22.60	
1000 m ratakävely	5.41,85		Peetu Pikkusaari -13	2024
2000 m ratakävely	13.07,2		Juha Siltovuori -80	1991
4x50 m viesti	28,88		Ahkera	2013
			Atte Kröger, Lassi Forss, Jirka Tommola, Miko Elkala	
4x100 m viesti	56,81		Ahkera	1988
			Tomi Westman, Joni Painilainen, Mikko Leppänen, Kimmo Kytölaakso	
4x600 m viesti	7.46,40		Ahkera	2020
			Eetu Väisänen, Leo Rajaniemi, Eelis Kuparinen, Eric Rinne	
P/T 4x600 m viesti	7.47,30		Ahkera	2012
			Walte Hautala, Roosa Kinnunen, Lassi Forss, Silja Rönkä	

4x800 m viesti	10.44,8	Ahkera	1981
		Mika Kuiri, Kimmo Mustonen, Marko Vihervuori, Janne Laukkanen	
4x60 m aj 60 cm	43,06	Ahkera	2019
		Jimi Pirttimäki, Eric Rinne, Rasmus Rautavirta, Markus Vainio	

## P 10

40 m	6,55	i	Karim Echahid -01	2010
60 m	8,71		Miko Elkala -02	2012
100 m	14,89		Karim Echahid -01	2011
	käsiäjanotto	14,6	Vesa Painilainen -79	1989
150 m	21,57		Miko Elkala -02	2012
200 m	käsiäjanotto	29,5	Janne Laurila -82	1992
300 m	50,0		Markku Mäkinen -54	1964
	halli *	49,3	Niklas Tarvajärvi -83	1993
400 m	69,4		Janne Laurila -82	1992
600 m	1.55,78		Ossi Kekki -93	2003
800 m	2.33,2		Janne Laurila -82	1992
1000 m	3.18,37		Kevin Niittyviita -11	2021
2000 m	7.00,48		Kevin Niittyviita -11	2021
3000 m	10.55,36		Kevin Niittyviita -11	2021
10 km tiejuoksu	39.29		Kevin Niittyviita -11	2021
40 m aid. 50cm käsiäjanotto	7,78	i	Sami Ylinen -89	1999
60 m aid. 76,2cm (7 kpl) käsiajan.	12,9		Mikko Leppänen -77	1987
60 m aid. 60cm	10,45		Miko Elkala -02	2012
60 m aid. 50cm käsiäjanotto	9,8		Arto Tuomi -86	1996
200 m aid. 76,2cm käsiäjanotto	38,9		Jouni Ukkonen -60	1970
Korkeus	135		Juha Jokinen -76	1986
Seiväs	245		Miika Mantila -04	2014
Pituus	439		Tommi Walther -78	1988
	halli *	469	Tommi Walther -78	1988
	1m ponn.vyöhyke	443	Karim Echahid -01	2011
Kolmiloikka	8.21		Pauli Tolsa -50	1960
	1m ponn.vyöhyke	9.02	Aleksi Harju -94	2004
Kuula 2,5 kg	9.28		Ari Helminen -61	1971
Kiekko 1kg	19.76		Hannu Niemi -52	1962
Kiekko 750 g	24.58	i	Onni Rustholkarhu -05	2015
Kiekko 600g	30.45		Tomas Mäkinen -11	2021
Moukari 3 kg	20.92		Onni Rustholkarhu -05	2015
Moukari 2,5kg	26.70		Miika Mantila -04	2014
Keihäs 600g				
(vanha malli v:een 1998)	26.46		Arto Helminen -59	1969
Keihäs 400g	35.60		Aleksi Kaasinen -12	2022
Pallo	50.50		Janne Laurila -82	1992
Painonheitto 5,44 kg	7.43		Onni Rustholkarhu -05	2015
Painonheitto 4 kg	9.27		Onni Rustholkarhu -05	2015
Sisulisä 3-ottelu (60 m, pituus, kuula 2,5kg)	935		Tommi Walther -78	1988
			9,3 439 7.08	

<b>Sisulisä 3-ottelu</b> (60 m, pituus vyöh., pallo)	<b>1070</b>	<b>Janne Laurila -82</b>	<b>1992</b>
		8,9 432 50.50	
<b>Heitto 5-ottelu</b> (kuula, kiekko, moukari, keihäs, paino)	<b>1539</b>	<b>Onni Rustholkarhu -05</b>	<b>2015</b>
		6.78 23.65 26.97 22.17 9.27	
<b>Heitto 4-ottelu</b> (kuula, kiekko, moukari, keihäs)	<b>1229</b>	<b>Tomas Mäkinen -11</b>	<b>2021</b>
		7.56 27.13 2319 25.72	
<b>1000 m ratakävely</b>	<b>5.58,5</b>	<b>Mikko Kallas -86</b>	<b>1996</b>
<b>4x50 m viesti</b>	<b>30,35</b>	<b>Ahkera</b>	<b>1992</b>
		Antti Mustonen, Lauri Kankaanrinne, Toni Nykänen, Janne Laurila	
<b>4x100 m viesti</b>	<b>59,74</b>	<b>Ahkera</b>	<b>1988</b>
		Jari Halttu, Jukka Taumala, Tommi Walther, Markku Korhonen	
<b>4x200 m viesti</b>	<b>2.05,38</b>	<b>Ahkera</b>	<b>1992</b>
		Antti Mustonen, Jami Koskinen, Niklas Tarvajärvi, Janne Laurila	
<b>4x400 m viesti</b>	<b>5.03,55</b>	<b>Ahkera</b>	<b>1992</b>
		Antti Mustonen, Lauri Kankaanrinne, Toni Nykänen, Janne Laurila	
<b>4x600 m viesti</b>	<b>8.28,90</b>	<b>Ahkera</b>	<b>2019</b>
		Eetu Väisänen, Eric Rinne, Eelis Kuparinen, Leo Rajaniemi	
<b>P/T 4x600 m</b>	<b>8.20,22</b>	<b>Ahkera</b>	<b>2014</b>
		Elias Utriainen, Venla Läderberg, Roni Rämä, Ilona Saarikunnas	
<b>4x800 m viesti</b>	<b>10.56,0</b>	<b>Ahkera</b>	<b>1980</b>
		Artturi Hård, Mika Kuiri, Marko Vihervuori, Janne Laukkanen	

## P 9

<b>40 m</b>	<b>6,55</b>	<b>Karim Echahid -01</b>	<b>2010</b>
	<b>6,55</b>	<b>Oskari Syväranta -09</b>	<b>2018</b>
<b>60 m</b>	<b>8,93</b>	<b>Niklas Tarvajärvi -83</b>	<b>1992</b>
<b>100 m</b>	<b>15,77</b>	<b>Santtu Kekkonen -07</b>	<b>2016</b>
	<b>15,1</b>	<b>Janne Laurila -82</b>	<b>1991</b>
<b>150 m</b>	<b>23,25</b>	<b>Miika Lamminluoto -14</b>	<b>2023</b>
<b>200 m</b>	<b>30,0</b>	<b>Niklas Tarvajärvi -83</b>	<b>1992</b>
<b>300 m</b>	<b>54,0</b>	<b>Hannu Lius -55</b>	<b>1964</b>
<b>400 m</b>	<b>76,81</b>	<b>Kasper Väli-Klemelä -13</b>	<b>2022</b>
	<b>74,66</b>	<b>Arto Tuomi -86</b>	<b>1995</b>
<b>600 m</b>	<b>1.58,52</b>	<b>Ossi Kekki -93</b>	<b>2002</b>
<b>800 m</b>	<b>2.45,38</b>	<b>Olli Päivärinta -85</b>	<b>1994</b>
	<b>2.40,0</b>	<b>Janne Laurila -82</b>	<b>1991</b>
<b>1000 m</b>	<b>3.27,00</b>	<b>Janne Laurila -82</b>	<b>1991</b>
<b>2000 m</b>	<b>7.25,05</b>	<b>Kevin Niittyviita -11</b>	<b>2020</b>
<b>40 m aid. 50cm</b>	<b>7,96</b>	<b>Elias Utriainen -04</b>	<b>2013</b>
<b>60 m aid. 50cm käsiäjanotto</b>	<b>10,6</b>	<b>Tuomas Mantere -76</b>	<b>1985</b>
<b>60 m aid. 60cm</b>	<b>11,85</b>	<b>Miika Lamminluoto -14</b>	<b>2023</b>

<b>Korkeus</b>	<b>125</b>	<b>Kiril Popov -84</b>	<b>1993</b>
	<b>125</b>	<b>Tomas Mäkinen -11</b>	<b>2020</b>
<b>Seiväs</b>	<b>230</b>	<b>Miika Mantila -04</b>	<b>2013</b>
<b>Pituus</b>	<b>405</b>	<b>Janne Laurila -82</b>	<b>1991</b>
<b>1m ponn.vyöhyke</b>	<b>416</b>	<b>Niklas Tarvajärvi -83</b>	<b>1992</b>
<b>halli *</b>	<b>420</b>	<b>Niklas Tarvajärvi -83</b>	<b>1992</b>
<b>Kolmiloikka</b>	<b>7.39</b>	<b>Kalle Uusitalo -74</b>	<b>1983</b>
<b>1m ponn.vyöhyke</b>	<b>8.11</b>	<b>Joni Järvinen -00</b>	<b>2024</b>
<b>Kuula 3 kg</b>	<b>6.43</b>	<b>Onni Rustholkarhu -05</b>	<b>2014</b>
<b>Kuula 2,5 kg</b>	<b>7.42</b>	<b>Ari Helminen -61</b>	<b>1970</b>
<b>halli *</b>	<b>7.90</b>	<b>Tuukka Palonen -79</b>	<b>1988</b>
<b>Kuula 2kg</b>	<b>8.40</b>	<b>Tomas Mäkinen -11</b>	<b>2020</b>
<b>Kiekko 1kg</b>	<b>17.86</b>	<b>Tomas Mäkinen -11</b>	<b>2020</b>
<b>Kiekko 750 g</b>	<b>22.34</b>	<b>Onni Rustholkarhu -05</b>	<b>2014</b>
<b>Kiekko 600g</b>	<b>24.70</b>	<b>Tomas Mäkinen -11</b>	<b>2020</b>
<b>Moukari 3 kg</b>	<b>12.75</b>	<b>Elias Wessman -16</b>	<b>2025</b>
<b>Moukari 2,5kg</b>	<b>18.51</b>	<b>Elias Wessman -16</b>	<b>2025</b>
<b>Keihäs 600g</b>			
(vanha malli v:een 1998)	<b>17.05</b>	<b>Pentti Hietalahti -52</b>	<b>1961</b>
	<b>17.05</b>	<b>Jouni Oksanen -52</b>	<b>1961</b>
<b>Keihäs 400g</b>	<b>29.98</b>	<b>Alexi Kaasinen -12</b>	<b>2021</b>
<b>Junnukeihäs 350 g</b>	<b>28.31</b>	<b>Miika Mantila -04</b>	<b>2013</b>
<b>Pallo</b>	<b>40.96</b>	<b>Jaakko Hiltunen -85</b>	<b>1994</b>
<b>Painonheitto 4 kg</b>	<b>6.72</b>	<b>Jimi Pirttimäki -08</b>	<b>2017</b>
<b>Sisulisä 3-ottelu (60 m, pituus, kuula 2,5kg)</b>	<b>766</b>	<b>Janne Laurila -82</b>	<b>1991</b>
		9,5 385 6.25	
<b>Sisulisä 3-ottelu (40 m, pituus vyöh., kuula 2 kg)</b>	<b>848</b>	<b>Karim Echahid -01</b>	<b>2010</b>
		6,65 414 5.82	
<b>Sisulisä 3-ottelu (60 m, pituus vyöh., pallo)</b>	<b>668</b>	<b>Henri Kankala -84</b>	<b>1993</b>
		9,3 382 25.92	
<b>Heitto 5-ottelu (kuula, kiekko, moukari, keihäs, paino)</b>	<b>1094</b>	<b>Alexi Kaasinen -12</b>	<b>2021</b>
		7.04 20.62 12.92 29.98 3.88	
<b>Heitto 4-ottelu (kuula, kiekko, moukari, keihäs)</b>	<b>995</b>	<b>Tomas Mäkinen -11</b>	<b>2020</b>
		8.04 22.91 14.32 22.41	
<b>1000 m ratakävely</b>	<b>6.56,6</b>	<b>Juha Siltovuori -80</b>	<b>1989</b>
<b>4x50 m viesti</b>	<b>32,30</b>	<b>Ahkerä</b>	<b>1992</b>
		Jami Koskinen, Marko Sihvonen, Jaakko Ilvonen, Niklas Tarvajärvi	
<b>4x100 m viesti</b>	<b>66,6</b>	<b>Ahkerä</b>	<b>1964</b>
<b>4x400 m viesti</b>	<b>5.25,50</b>	<b>Ahkerä</b>	<b>2021</b>
		Teemu Kauppinen, Anton Onnila, Peetu Pikkusaari, Vertti Lakkapää	
<b>4x800 m viesti</b>	<b>12.12,6</b>	<b>Ahkerä</b>	<b>1986</b>
		Sami Nieminen, Ville Kauppinen, Janne Tinnilä, Mika Mäkipelto	

## P 8

40 m	6,86	Santtu Kekkonen -07	2015	
60 m	9,72	Janne Laurila -82	1990	
	käsiäjanotto	9,2	Niklas Tarvajärvi -83	1991
100 m	käsiäjanotto	15,3	Niklas Tarvajärvi -83	1991
150 m		24,77	Santtu Kekkonen -07	2015
200 m	käsiäjanotto	33,6	Antti Mustonen -82	1990
	halli *	32,9	Niklas Tarvajärvi -83	1991
300 m		58,8	Mika Päivelin -84	1992
400 m		83,7	Aapo Hirvonen -11	2019
600 m		2.03,74	Ossi Kekki -93	2001
800 m		3.03,5	Janne Laurila -82	1990
	halli *	2.51,4	Antti Mustonen -82	1990
1000 m		3.34,53	Janne Laurila -82	1990
40 m aid. 50cm		8,74	Elias Wessman -16	2024
60 m aidat 60 cm		13,42	Miika Mantila -04	2012
Korkeus		111	Miika Mantila -04	2012
Seiväs		190	Miika Mantila -04	2012
Pituus		377	Sami Nieminen -77	1985
Kolmiloikka		6.75	Pertti Suuronen -50	1958
	1 m ponn.vyöh.	7.69	Tomas Mäkinen -11	2019
Kuula 2,5 kg		6.43	Arto Helminen -59	1967
Kuula 2kg		6.73	Perttu Salmi -95	2003
		6.73	Roope Mäenpää -09	2017
Kiekko 1kg		11.95	Arto Helminen -59	1967
Kiekko 600g		21.48	Marko Mitronen -84	1992
Moukari 2,5 kg		14.08	Jalmari Helppikangas -16	2024
Keihäs 600g(vanha malli v:een 1998)		13.64	Pentti Hietalahti -52	1960
Keihäs 400g		24.40	Petri Savola -68	1976
Junnukeihäs 350 g		26.92	Miika Mantila -04	2012
Pallo		34.74	Marko Mitronen -84	1992
Painonheitto 4 kg		5.88	Jalmari Helppikangas -16	2024
Sisulisä 3-ottelu (60 m, pituus, kuula 2,5kg)		636	Janne Laurila -82	1990
		9,86 318 5.86		
Sisulisä 3-ottelu (60 m, pituus vyöh., kuula 2 kg)		645	Mikko Malminen -89	1997
		9,9 338 6.12		
Sisulisä 3-ottelu (40 m, pituus vyöh., pallo)		564	Lauri Heino -97	2005
		6,98 342 25.99		
Heitto 4-ottelu (kuula, kiekko, moukari, keihäs)		688	Aleksi Kaasinen -12	2020
		5.39 20.52 8.77 20.65		
Heitto 5-ottelu (kuula, kiekko, moukari, keihäs, paino)		830	Tomas Mäkinen -11	2019
		6.13 17.86 10.64 16.30 5.05		
600 m ratakävely		4.17,0	Miika Mantila -04	2011
1000 m ratakävely		7.06,33	Miika Mantila -04	2012

## T 15

60 m		7,95	i	Jenni Väänänen -07	2022			
	halli *	7,79		Noora Pesola -87	2002			
100 m		12,21	-0,3	Noora Pesola -87	2002			
200 m		25,54	+1,1	Noora Pesola -87	2002			
300 m		41,05		Hilla Tuominen -08	2023			
400		58,67		Hilla Tuominen -08	2023			
600 m		1.37,37	i	Sini Rajaniemi -04	2017			
800 m		2.12,68		Pinja Kotinurmi -02	2017			
1000 m		2.55,85		Inka Peltola -07	2020			
1500 m		4.32,33		Pinja Kotinurmi -02	2017			
2000 m		6.23,60		Pinja Kotinurmi -02	2016			
3000 m		10.02,48		Inka Peltola -07	2021			
5 km tiejuoksu		17.37		Inka Peltola -07	2020			
10 km tiejuoksu		38.04		Pinja Kotinurmi -02	2017			
40 m aid. 76,2cm (4kpl) halli		6,64		Paula Siltanen -87	2002			
60 m aid. 76,2cm (5kpl) halli		9,08		Hanna Toivonen -79	1994			
60m aid. 76,2cm (6kpl) halli		9,31		Jemina Kousa -00	2015			
80m aid. 76,2cm		11,68	-1,2	Helmiina Saarikunnas -06	2021			
100 m aid. 83,8cm		15,21	+1,2	Kati Poikselkä -78	1993			
		(14,69	+2,9	Hanna Toivonen -79	1994)			
100 m aid. 76,2cm		14,42	+0,9	Hanna Toivonen -79	1994			
		(14,34	+2,1	Hanna Toivonen -79	1994)			
200 m aid. 76,2cm		29,42	+1,2	Niina Kuusisto -91	2006			
300 m aid. 76,2cm		43,03		Hanna Toivonen -79	1994			
400 m aid. 76,2cm		61,92		Hanna Toivonen -79	1994			
1500 m esteet 76,2 cm		4.51,53		Pinja Kotinurmi -02	2016			
2000 m esteet 76,2 cm		6.46,15		Pinja Kotinurmi -02	2017			
Korkeus		168		Emmi Stucki -97	2012			
Seiväs		331		Reetta Hämäläinen -92	2007			
Pituus		573	+0,6	Noora Pesola -87	2002			
		(574	+2,1	Noora Pesola -87	2002)			
Kolmiloikka		12.16	+0,7	Noora Pesola -87	2002			
Kuula 4kg		10.77	i	Heta Tuuri -95	2010			
Kuula 3kg		13.30		Tiina Järvinen -04	2019			
Kiekko 1kg		36.60		Anitta Myyrä -66	1981			
Kiekko 750g		44.84		Senja-Sofia Moilanen -10	2025			
Kiekko 600g		42.82		Anita Hietalahti -77	1991			
Moukari 4kg		43.92		Milla Nieminen -94	2009			
Moukari 3kg		53.37		Milla Nieminen -94	2009			
Keihäs 600g (uusi malli v:sta 1999)		40.38		Jenni Väänänen -07	2022			
Keihäs 500g		41.06		Piitu Tourunen -08	2023			
Keihäs 400g		47.16		Piitu Tourunen -08	2023			
Painonheitto 9,07 kg		11.13		Jenni Väänänen -07	2022			
Painonheitto 7,26 kg		14.02		Jenni Väänänen -07	2022			
7-ottelu (100 m aid. 76,2cm, korkeus, kuula 3kg, 200 m, pituus, keihäs 600g, 800 m)		4457		Hanna Toivonen -79	1994			
		14,59	150	10,00	26,00	507	28,44	2,38,35

<b>Sisulisä 6-ottelu</b> (80 m aid. 76,2cm, korkeus, kuula 3kg, pituus, keihäs 400g, 800 m)	<b>2945</b>	<b>Laura Pihkola -83</b> 12,39 160 9.53 520 32.61 2.38,16	<b>1998</b>
<b>Sisulisä 5-ottelu</b> (80 m aid. 76,2cm, pituus, keihäs 400g, korkeus, 800 m)	<b>2586</b>	<b>Noora Pesola -87</b> 12,29 571 31.94 151 2.34,76	<b>2002</b>
<b>Sisulisä 5-ottelu halli</b> (60 m aid. 76,2cm, pituus, kuula 3kg, korkeus, 800 m)	<b>2600</b>	<b>Hilla Tuominen -08</b> 9,39 147 7.49 541 2.21,96	<b>2023</b>
<b>Heitto 4-ottelu</b> (kuula, kiekko, moukari, keihäs)	<b>2658</b>	<b>Jenni Väänänen -07</b> 11.13 36.30 41.01 43.68	<b>2022</b>
<b>Heitto 5-ottelu</b> (kuula, kiekko, moukari, keihäs, paino)	<b>3220</b>	<b>Jenni Väänänen -07</b> 11.13 36.30 41.01 43.68 11.14	<b>2022</b>
<b>1000 m ratakävely</b>	<b>4.46,91</b>	<b>Sara Niittyviita -01</b>	<b>2015</b>
<b>2000 m ratakävely</b>	<b>10.25,24</b>	<b>Rosa Niittyviita -04</b>	<b>2017</b>
<b>3000 m ratakävely</b>	<b>15.33,50</b>	<b>Sara Niittyviita -01</b>	<b>2016</b>
<b>4x100 m viesti</b>	<b>49,53</b>	<b>Ahkera</b> Niina Pesola, Hanna Toivonen, Satu Dufva, Tarja Piri	<b>1994</b>
<b>1000 m viesti</b> (100 m + 200m + 300 m + 400 m)	<b>2.35,63</b>	<b>Ahkera</b> Fiona Ruukki, Emilia Järvelä, Tuuli Kaven, Janna Hautala	<b>2011</b>
<b>4x300 m viesti</b>	<b>2.50,80</b>	<b>Ahkera</b> Hanna Toivonen, Satu Dufva, Saara Nikkola, Tarja Piri	<b>1994</b>
<b>4x400 m viesti</b>	<b>4.26,78</b>	<b>Ahkera</b> Tanja Seitsonen, Erja Savolainen, Sari Koskinen, Kirsi Kallio	<b>1985</b>
<b>4x600 m viesti</b>	<b>7.12,47</b>	<b>Ahkera</b> Minttu Kaukonen, Ilona Saarikunnas, Rosa Niittyviita, Sini Rajaniemi	<b>2017</b>
<b>3x800 m viesti</b>	<b>7.25,44</b>	<b>Ahkera</b> Marjo Peltonen, Nina Lyytinen, Susanna Sokka	<b>1990</b>
<b>4x800 m viesti</b>	<b>9.35,42</b>	<b>Ahkera</b> Hilla Tuominen, Celina Salonen, Sofia Rinne, Inka Peltola	<b>2021</b>
<b>T/P 4x800 m viesti</b>	<b>9.22,14</b>	<b>Ahkera</b> Aleksi Rajaniemi, Pinja Kotinurmi, Lauri Syväranta, Silja Rönkä	<b>2016</b>
<b>3x80 m aitaviesti 76,2cm</b>	<b>39,46</b>	<b>Ahkera</b> Kati Poikselkä, Satu Pöyry, Hanna Toivonen	<b>1992</b>
<b>4x80 m aitaviesti 76,2cm</b>	<b>48,64</b>	<b>Ahkera</b> Kia Kemppainen, Sanna Tiilikainen, Sannamari Knuutila, Jemina Kousa	<b>2015</b>
<b>3x100 m aitaviesti 76,2cm</b>	<b>48,5</b>	<b>Ahkera</b> Maija Karjalainen, Sini Kumpulainen, Laura Jääskeläinen	<b>1997</b>
<b>4x100 m aitaviesti 76,2cm</b>	<b>62,67</b>	<b>Ahkera</b> Niina Kuusisto, Janette Heino, Katja Kokko, Reetta Hämäläinen	<b>2006</b>

## T 14

60 m	8,20	+0,6	Noora Pesola -87	2000			
	(8,19	+2,7	Roosa Villanen -00	2013)			
käsiäjanotto	7,9	+0,6	Noora Pesola -87	2000			
halli *	7,93		Tarja Piri -79	1993			
100 m	12,31	+0,6	Noora Pesola -87	2001			
200 m	25,96	-0,5	Milka Ukkonen -04	2018			
300 m	41,66		Milka Ukkonen -04	2018			
400	60,24		Hanna Toivonen -79	1993			
600 m	1.37,37	i	Sini Rajaniemi -04	2017			
800 m	2.13,82		Inka Peltola -07	2021			
1000 m	2.55,85		Inka Peltola -07	2020			
1500 m	4.33,60		Inka Peltola -07	2021			
2000 m	6.23,60		Pinja Kotinurmi -02	2016			
3000 m	10.02,48		Inka Peltola -07	2021			
5 km tiejuoksu	17.37		Inka Peltola -07	2020			
40 m aid. 76,2cm (4kpl) halli	6,70		Paula Siltanen -87	2001			
60m aid. 76,2cm (5kpl) halli	9,80		Hanna Toivonen -79	1993			
60m aid. 76,2cm (6kpl) halli	9,20		Helmiina Saarikunnas -06	2020			
80m aid. 76,2cm	11,93	+0,5	Helmiina Saarikunnas -06	2020			
100 m aid. 76,2cm	14,61	+0,5	Hanna Toivonen -79	1993			
	(14,43	+4,1	Hanna Toivonen -79	1993)			
200 m aid. 76,2cm	29,57	+1,9	Paula Siltanen -87	2001			
	(29,51	+2,2	Hanna Toivonen -79	1993)			
300 m aid. 76,2cm	44,95		Helmiina Saarikunnas -06	2020			
400 m aid. 76,2cm	63,90		Hanna Toivonen -79	1993			
1500 m esteet 76,2 cm	4.51,53		Pinja Kotinurmi -02	2016			
Korkeus	165		Olivia Ollikka -08	2022			
Seiväs	316		Reetta Hämäläinen -92	2006			
Pituus	563		Noora Pesola -87	2001			
	550	+0,7	Noora Pesola -87	2001			
Kolmiloikka	11.54	+1,7	Noora Pesola -87	2001			
Kuula 4kg	10.39		Tara Vaittinen -99	2013			
Kuula 3kg	12.75		Tiina Järvinen -04	2018			
Kiekko 1kg	32.92		Anitta Myyrä -66	1980			
Kiekko 750g	40.44		Senja-Sofia Moilanen -10	2024			
Kiekko 600g	42.82		Anita Hietalahti -77	1991			
Moukari 4kg	21.77		Sofia Al-Khatib -94	2008			
Moukari 3kg	47.28		Veera Pöyry -08	2022			
Keihäs 600g							
(uusi malli v:sta 1999)	28.37		Carita Lång -93	2007			
(vanha malli v:een 1998)	34.62		Minna Vapamaa -72	1986			
Keihäs 500g	37.96		Jenni Väänänen -07	2021			
Keihäs 400g	45.74		Jenni Väänänen -07	2021			
Painonheitto 7,26 kg	11.42		Senja-Sofia Moilanen -10	2024			
7-ottelu (100 m aid. 76,2cm, korkeus, kuula 3kg, 200 m, pituus, keihäs 600g, 800 m)	4291		Hanna Toivonen -79	1993			
	14,72	145	9.47	26,36	501	26.16	2.35,59
Sisulisä 6-ottelu (80 m aid. 76,2cm, korkeus, kuula 3kg, pituus, keihäs 400g, 800 m)	2626		Minna-Maria Sokka -81	1995			
	13,4	150	10.72	462	32.78	2.35,0	

<b>Sisulisä 5-ottelu</b> (80 m aid. 76,2cm, kuula 3kg, korkeus, keihäs 400g, 800 m)	<b>2468</b>	<b>Hanna Salomäki -94</b>	<b>2008</b>
		12,48/-0,5 507/+0,5 31.98 159 2.34,17	
<b>Sisulisä 5-ottelu halli</b> (60 m aid. 76,2cm, pituus, kuula 3kg, korkeus, 800 m)	<b>2503</b>	<b>Helmiina Saarikunnas -06</b>	<b>2020</b>
		9,32 147 8.52 503 2.27,68	
<b>Sisulisä 4-ottelu</b> (80 m aid. 76,2cm, korkeus, kuula 3kg, 200 m)	<b>1918</b>	<b>Mirka Maunula -76</b>	<b>1990</b>
		12,4 143 8.54 27,0	
<b>Sisulisä 3-ottelu</b> (80 m aid. 76,2cm, korkeus, kuula 3kg)	<b>1423</b>	<b>Kati Poikselkä -78</b>	<b>1992</b>
		12,9 145 9.35	
<b>Heitto 4-ottelu</b> (kuula, kiekko, moukari, keihäs)	<b>2510</b>	<b>Veera Pöyry -08</b>	<b>2022</b>
		10.84 35.00 43.25 35.74	
<b>Heitto 5-ottelu</b> (kuula, kiekko, moukari, keihäs, paino)	<b>3111</b>	<b>Veera Pöyry -08</b>	<b>2022</b>
		10.82 35.00 43.25 35.74 11.77	
<b>1000 m ratakävely</b>	<b>4.46,91</b>	<b>Sara Niittyviita -01</b>	<b>2015</b>
<b>2000 m ratakävely</b>	<b>10.25,24</b>	<b>Rosa Niittyviita -04</b>	<b>2017</b>
<b>3000 m ratakävely</b>	<b>15.41,93</b>	<b>Sara Niittyviita -01</b>	<b>2015</b>
<b>4x100 m viesti</b>	<b>50,04</b>	<b>Ahkera</b>	<b>1993</b>
		Niina Pesola, Mira Ahola, Hanna Toivonen, Tarja Piri	
<b>4x300 m viesti</b>	<b>3.15,96</b>	<b>Ahkera</b>	<b>1992</b>
		Terhi Akkanen, Satu Pöyry, Piia Autonen, Tanja Wallenius	
<b>4x400 m viesti</b>	<b>4.26,78</b>	<b>Ahkera</b>	<b>1985</b>
		Tanja Seitsonen, Erja Savolainen, Sari Koskinen, Kirsi Kallio	
<b>4x600 m viesti</b>	<b>7.12,47</b>	<b>Ahkera</b>	<b>2017</b>
		Minttu Kaukonen, Ilona Saarikunnas, Rosa Niittyviita, Sini Rajaniemi	
<b>3x800 m viesti</b>	<b>7.50,60</b>	<b>Ahkera</b>	<b>1989</b>
		Susanna Sokka, Mari Vainikainen, Nina Lyytinen	
<b>4x800 m viesti</b>	<b>9.51,04</b>	<b>Ahkera</b>	<b>2020</b>
		Celina Salonen, Hilla Tuominen, Sofia Rinne, Inka Peltola	
<b>T/P 4x800 m viesti</b>	<b>10.24,52</b>	<b>Ahkera</b>	<b>2013</b>
		Wilho Hautala, Aino Kuljukka, Anssi Halme, Laura Haara	
<b>3x80 m aitaviesti 76,2cm</b>	<b>39,46</b>	<b>Ahkera</b>	<b>1992</b>
		Kati Poikselkä, Satu Pöyry, Hanna Toivonen	
<b>4x80 m aitaviesti 76,2cm</b>	<b>51,45</b>	<b>Ahkera</b>	<b>1996</b>
		Sini Kumpulainen, Annika Anttila, Maija Karjalainen, Laura Jääskeläinen	
<b>3x100 m aitaviesti 76,2cm</b>	<b>52,3</b>	<b>Ahkera</b>	<b>2001</b>
		Noora Pesola, Paula Siltanen, Tanja Rajakko	
<b>4x100 m aitaviesti 76,2cm</b>	<b>71,71</b>	<b>Ahkera</b>	<b>1996</b>
		Sini Kumpulainen, Annika Anttila, Kirsi Lehtinen, Maija Karjalainen	

# T 13

60 m		8,18	i	Jenni Väänänen -07	2020
	käsiäjanotto	7,9	+0,6	Noora Pesola -87	2000
	halli *	8,05		Tarja Piri -79	1992
100 m		12,98	+2,6	Jenni Väänänen -07	2020
		13,01	-0,4	Jenni Väänänen -07	2020
200 m		26,62	0,0	Elsa Kemppainen -11	2024
300 m		43,42		Roosa Kinnunen -01	2014
400 m		60,78		Sini Rajaniemi -04	2017
600 m		1.37,37	i	Sini Rajaniemi -04	2017
800 m		2.19,23		Inka Peltola -07	2020
1000 m		2.55,85		Inka Peltola -07	2020
1500 m		4.53,77		Silja Rönkä -01	2014
2000 m		6.34,99		Inka Peltola -07	2020
3000 m		10.54,71		Sara Niittyviita -01	2014
5 km tiejuoksu		17,37		Inka Peltola -07	2020
40 m aid. 76,2cm (4kpl) halli		7,11		Paula Siltanen -87	2000
60 m aid. 76,2cm (6kpl/v.7,50)		9,36	+0,3	Jemina Kousa -00	2013
	(6kpl/v.8,00)	9,58	i	Helmiina Saarikunnas -06	2019
60m aid. 76,2cm (7kpl/v. 7)		9,77		Elina Mantere -84	1997
	halli *	9,70		Laura Jääskeläinen -82	1995
80m aid. 76,2cm		12,32	0,0	Jemina Kousa -00	2013
100 m aid. 76,2cm		16,50	-1,6	Hanna Toivonen -79	1992
200 m aid. 76,2cm		30,32	+1,5	Helmiina Saarikunnas -06	2019
300 m aid. 76,2cm		48,30		Hanna Toivonen -79	1992
1500 m esteet 76,2 cm		5.11,05		Silja Rönkä -01	2014
Korkeus		162		Jemina Kousa -00	2013
Seiväs		310		Edith Rantala -05	2018
Pituus		518		Noora Pesola -87	2000
		518	i	Milka Ukkonen -04	2017
Kolmiloikka		10.64	+1,7	Hanna Salomäki -94	2007
Kuula 4kg		8.39		Kaisa Kuhmonen -50	1963
Kuula 3kg		11.03		Tara Vaittinen -99	2012
Kuula 2,5kg		12.27		Tara Vaittinen -99	2012
Kiekko 1kg		26.00		Kristiina Tapionlinna -71	1984
Kiekko 750 g		34.88		Tanja Muotka -08	2021
Kiekko 600g		41.86		Tanja Muotka -08	2021
Moukari 3kg		37.60		Tiina Järvinen -04	2017
Moukari 2,5kg		40.63		Veera Pöyry -08	2021
Keihäs 600g					
	(vanha malli v:een 1998)	29.98		Mari Vainikainen -76	1989
Keihäs 500 g		36.38		Piitu Tourunen -08	2021
Keihäs 400g		42.82		Piitu Tourunen -08	2021
Painonheitto 5,45 kg		13.69		Jenni Väänänen -07	2020
7-ottelu (80 m aid. 76,2cm, korkeus, kuula 3kg, 200 m, pituus, keihäs 600g, 800 m)		2975		Sari Koskinen -71	1984
				14,3 142 6.69 30,6 490 19.02 2.50,5	
Sisulisä 6-ottelu (80 m aid. 76,2cm, korkeus, kuula 3kg, pituus, keihäs 400g, pituus, 800 m)		2596		Minna-Maria Sokka -81	1994
				13,29 145 9.43 468 28.50 2.26,34	

<b>Sisulisä 5-ottelu</b> (60 m aid. 76,2cm, pituus, korkeus, keihäs 400g, 800 m)	<b>1975</b>	<b>Roosa Kinnunen -01</b>	<b>2014</b>
		10,30 442 150 22.87 2.34,89	
<b>Sisulisä 4-ottelu</b> (80 m aid. 76,2cm, korkeus, kuula 3kg, 200 m)	<b>1660</b>	<b>Kati Poikselkä -78</b>	<b>1991</b>
		13,3 145 7.91 28,6	
<b>Sisulisä 4-ottelu</b> (60 m aid. 76,2cm/6, pituus, kuula 2,5kg, 800 m)	<b>1851</b>	<b>Roosa Kinnunen -01</b>	<b>2014</b>
		9,74 473 8.81 2.33,2	
<b>Sisulisä 3-ottelu</b> (80 m aid. 76,2cm, korkeus, kuula 3kg)	<b>1268</b>	<b>Hanna Toivonen -79</b>	<b>1992</b>
		13,2 140 8.11	
<b>Sisulisä 3-ottelu</b> (60 m, pituus, kuula 2,5kg)	<b>1138</b>	<b>Tarja Piri -79</b>	<b>1991</b>
		8,61 441 7.30	
<b>Heitto 4-ottelu</b> (kuula, kiekko, moukari, keihäs)	<b>2479</b>	<b>Jenni Väänänen -07</b>	<b>2020</b>
		10.37 41.49 34.47 39.18	
<b>Heitto 5-ottelu</b> (kuula, kiekko, moukari, keihäs, paino)	<b>3006</b>	<b>Jenni Väänänen -07</b>	<b>2020</b>
		10.37 34.99 34.47 38.00 12.98	
<b>1000 m ratakävely</b>	<b>5.04,4</b>	<b>Rosa Niittyviita -04</b>	<b>2015</b>
<b>2000 m ratakävely</b>	<b>10.25,24</b>	<b>Rosa Niittyviita -04</b>	<b>2017</b>
<b>3000 m ratakävely</b>	<b>16.38,37</b>	<b>Rosa Niittyviita -04</b>	<b>2016</b>
<b>4x100 m viesti</b>	<b>52,47</b>	<b>Ahkera</b>	<b>2020</b>
		Ella Väisänen, Silja Niemi, Celina Salonen, Jenni Väänänen	
<b>4x200 m viesti</b>	<b>1.55,44</b>	<b>Ahkera</b>	<b>2000</b>
		Neea Niemelä, Janita Anttila, Tanja Rajakko, Noora Pesola	
<b>4x300 m viesti</b>	<b>3.19,83</b>	<b>Ahkera</b>	<b>1989</b>
		Mari Ikäläinen, Crista Kuusisaari, Sanna Somerkoski, Tuula Korkalainen	
<b>3x600 m viesti</b>	<b>5.46,60</b>	<b>Ahkera</b>	<b>2004</b>
		Janette Heino, Niina Kuusisto, Jenni Harmokivi	
<b>4x600 m viesti</b>	<b>7.12,47</b>	<b>Ahkera</b>	<b>2017</b>
		Minttu Kaukonen, Ilona Saarikunnas, Rosa Niittyviita, Sini Rajaniemi	
<b>T/P 4x600 m viesti</b>	<b>7.11,08</b>	<b>Ahkera</b>	<b>2013</b>
		Leevi Kallio, Roosa Kinnunen, Walte Hautala, Silja Rönkä	
<b>3x800 m viesti</b>	<b>8.02,49</b>	<b>Ahkera</b>	<b>1988</b>
		Mari Vainikainen, Anita Hietalahti, Johanna Tuominen	
<b>4x800 m viesti</b>	<b>11.10,01</b>	<b>Ahkera</b>	<b>2000</b>
		Milla Kuronen, Erika Eronen, Kati Lottanen, Minna Kuusisto	
<b>4x60 m aitaviesti 76,2cm</b>	<b>39,70</b>	<b>Ahkera</b>	<b>2019</b>
		Jenni Väänänen, Jade Toivola, Vilja Hautaniemi, Helmiina Saarikunnas	

## T 12

60 m	8,31	i	Jenni Väänänen -07	2019
100 m	13,23		Jenni Väänänen -07	2019
150 m	21,36		Roosa Villanen -00	2012
200 m	28,08	i	Helmiina Saarikunnas -06	2018
300 m	46,08		Minna-Maria Sokka -81	1993
400 m	68,89		Milka Ukkonen -04	2016
600 m	1.42,84		Roosa Kinnunen -01	2013
800 m	2.25,76		Johanna Tuominen -77	1989
1000 m	3.08,30		Silja Rönkä -01	2013
1500 m	5.11,14		Pinja Piira -89	2001
2000 m	7.03,34		Jenni Johnsson -05	2017
3000 m	12.25,85		Rosa Niittyviita -04	2015
40 m aid. 76,2cm (4kpl) halli	7,69		Tanja Rajakko -87	1999
60 m aid. 76,2cm (6kpl/v.7,50)	9,70		Helmiina Saarikunnas -06	2018
(6kpl/v.8,00) halli *	10,99		Hanna Toivonen -79	1991
60m aidat 76,2cm (7kpl/v. 7)	10,21		Elina Mantere -84	1996
200 m aid. 76,2cm	31,21		Helmiina Saarikunnas -06	2018
1500 m esteet 76,2 cm	5.32,37		Silja Rönkä -01	2013
Korkeus	155		Roosa Kinnunen -01	2013
Seiväs	261	i	Edith Rantala -05	2017
Pituus	506		Noora Pesola -87	1999
Kolmiloikka	10.41		Noora Pesola -87	1999
Kuula 4kg	7.85		Tiina Järvinen -04	2016
Kuula 3kg	9.72		Tara Vaittinen -99	2011
Kuula 2,5kg	11.29	i	Tara Vaittinen -99	2011
Kiekko 1kg	21.16		Pirjo Lahtinen -63	1975
Kiekko 750 g	32.65		Tanja Muotka -08	2020
Kiekko 600g	37.24		Tanja Muotka -08	2020
Moukari 3 kg	27.51		Anni Sinelampi -01	2013
Moukari 2,5kg	33.09		Jenni Väänänen -07	2019
Keihäs 600g (vanha malli v:een 1998)	22.00		Leena Kiviranta -56	1968
Keihäs 400g	34.91		Piitu Tourunen -08	2020
Painonheitto 5,45 kg	10.92		Amanda Wessman -13	2025
Sisulisä 5-ottelu (60 m aid. 76,2cm, pituus, korkeus, keihäs 400g, 800 m)	1768		Helmiina Saarikunnas -06	2018
			10,37 418 138 21.62 2.38,25	
Sisulisä 4-ottelu (60 m aid. 76,2cm/6, pituus, kuula 2,5kg, 800 m)	1737		Helmiina Saarikunnas -06	2018
			10,00 474 7.94 2.34,75	
Sisulisä 3-ottelu (60 m, pituus, kuula 2,5kg)	1138		Tarja Piri -79	1991
			8,61 441 7.30	
Heitto 4-ottelu (kuula, kiekko, moukari, keihäs)	2017		Jenni Väänänen -07	2019
			8.92 31.90 32.91 31.44	
Heitto 5-ottelu (kuula, kiekko, moukari, keihäs, paino)	1997		Jasmiina Kärkkäinen -11	2023
			7.97 23.80 26.73 25.71 9.04	
1000 m ratakävely	5.04,4		Rosa Niittyviita -04	2015
2000 m ratakävely	10.56,49		Rosa Niittyviita -04	2016

<b>3000 m ratakävely</b>	<b>16.38,37</b>	<b>Rosa Niittyviita -04</b>	<b>2016</b>
<b>4x100 m viesti</b>	<b>54,4</b>	<b>Ahkerä</b> Outi Ahokallio, Sari Korvenmäki, Susanna Onnelainen, Mari Kolunen	<b>1981</b>
<b>4x300 m viesti</b>	<b>3.28,4</b>	<b>Ahkerä</b> Susan Sihvonen, Taru Hartikainen, Marja Oivo, Laura Karttunen	<b>1975</b>
<b>4x600 m viesti</b>	<b>7.42,96</b>	<b>Ahkerä</b> Hertta-Liina Tuominen, Jasmin Redman, Jasmiina Kärkkäinen, Elsa Kemppainen	<b>2023</b>
<b>T/P 4x600 m viesti</b>	<b>7.47,30</b>	<b>Ahkerä</b> Walte Hautala, Roosa Kinnunen, Lassi Forss, Silja Rönkä	<b>2012</b>
<b>3x800 m viesti</b>	<b>8.02,49</b>	<b>Ahkerä</b> Mari Vainikainen, Anita Hietalahti, Johanna Tuominen	<b>1996</b>
<b>4x800 m viesti</b>	<b>11.17,87</b>	<b>Ahkerä</b> Jenni Aaltonen, Miila Hyökki, Leeni Kataja, Minna-Maria Sokka	<b>1992</b>
<b>4x60 m aitaviesti 76,2cm</b>	<b>45,13</b>	<b>Ahkerä</b> Riina Mantila, Hanna Lammassaari, Silja Rönkä, Anni Sinelampi	<b>2013</b>

## T 11

<b>60 m</b>	<b>8,65</b>	<b>i Jenni Väänänen -07</b>	<b>2018</b>
<b>100 m</b>	<b>14,17</b>	<b>Jenni Väänänen -07</b>	<b>2018</b>
<b>150 m</b>	<b>21,36</b>	<b>i Helmiina Saarikunnas -06</b>	<b>2017</b>
<b>200 m</b>	<b>30,31</b>	<b>i Helmiina Saarikunnas -06</b>	<b>2017</b>
<b>300 m</b>	<b>48,32</b>	<b>Elsa Kemppainen -11</b>	<b>2022</b>
	<b>halli *</b>	<b>47,1</b>	<b>Minna-Maria Sokka -81</b>
<b>400 m</b>	<b>72,5</b>	<b>Silja Rönkä -01</b>	<b>2012</b>
<b>600 m</b>	<b>1.48,83</b>	<b>Helmiina Saarikunnas -06</b>	<b>2017</b>
<b>800 m</b>	<b>2.34,13</b>	<b>Johanna Tuominen -77</b>	<b>1988</b>
	<b>halli *</b>	<b>2.31,5</b>	<b>Johanna Tuominen -77</b>
<b>1000 m</b>	<b>3.14,89</b>	<b>Silja Rönkä -01</b>	<b>2012</b>
<b>2000 m</b>	<b>7.47,09</b>	<b>Rosa Niittyviita -04</b>	<b>2015</b>
<b>3000 m</b>	<b>12.25,85</b>	<b>Rosa Niittyviita -04</b>	<b>2015</b>
<b>40 m aid. 50cm</b>	<b>halli</b>	<b>6,81</b>	<b>Janette Heino -91</b>
<b>60 m aid. 76,2cm (7kpl)</b>	<b>11,35</b>	<b>Hanna Toivonen -79</b>	<b>1990</b>
<b>60 m aid. 76,2cm (6kpl)</b>	<b>10,54</b>	<b>i Helmiina Saarikunnas -06</b>	<b>2017</b>
<b>60 m aid. 60cm</b>	<b>10,04</b>	<b>Helmiina Saarikunnas -06</b>	<b>2017</b>
<b>60 m aid. 50cm</b>	<b>10,04</b>	<b>i Marjukka Malin -89</b>	<b>2000</b>
<b>Korkeus</b>	<b>145</b>	<b>Emma Tuominen -98</b>	<b>2009</b>
<b>Seiväs</b>	<b>252</b>	<b>Edith Rantala -05</b>	<b>2016</b>
<b>Pituus</b>	<b>440</b>	<b>i Helmiina Saarikunnas -06</b>	<b>2017</b>
	<b>1m ponn.vyöhyke</b>	<b>467</b>	<b>Helmiina Saarikunnas -06</b>
<b>Kolmiloikka</b>	<b>8.97</b>	<b>Tara Vaittinen -99</b>	<b>2010</b>
	<b>1m ponn.vyöhyke</b>	<b>9.74</b>	<b>Roosa Villanen -00</b>
<b>Kuula 2,5kg</b>	<b>8.60</b>	<b>Anne Malkavaara -84</b>	<b>1995</b>
	<b>halli *</b>	<b>8.69</b>	<b>Minna-Maria Sokka -81</b>
<b>Kuula 2kg</b>	<b>10.18</b>	<b>Hanna Lammassaari -01</b>	<b>2012</b>
<b>Kiekko 1kg</b>	<b>19.04</b>	<b>Anitta Myyrä -66</b>	<b>1977</b>
<b>Kiekko 600g</b>	<b>29.92</b>	<b>Alice Koskelainen -05</b>	<b>2016</b>

<b>Moukari 3 kg</b>	<b>17.86</b>	<b>Tara Vaittinen -99</b>	<b>2010</b>
<b>Moukari 2,5kg</b>	<b>28.50</b>	<b>Juulia Inkinen -03</b>	<b>2014</b>
<b>Keihäs 600g</b> (vanha malli v:een 1998)	<b>15.14</b>	<b>Marja-Leena Pekkanen -52</b>	<b>1962</b>
<b>Keihäs 400g</b>	<b>32.67</b>	<b>Jenni Väänänen -07</b>	<b>2018</b>
<b>Painonheitto 4 kg</b>	<b>9.02</b>	<b>Senja-Sofia Moilanen -10</b>	<b>2021</b>
<b>Sisulisä 4-ottelu (60 m aj, korkeus, keihäs 400g, 800 m)</b>	<b>1209</b>	<b>Helmiina Saarikunnas -06</b> 10,63 129 15.63 2.47,57	<b>2017</b>
<b>Sisulisä 4-ottelu (60 m, pituus, kuula 2,5kg, 800 m)</b>	<b>1215</b>	<b>Minna-Maria Sokka -81</b> 9,1 395 8.23 2.47,2	<b>1992</b>
<b>Sisulisä 3-ottelu (100 m, pituus, kuula 2,5kg)</b> sarja puuttuu, vanhat pisteet, ero n.600 p.1529		<b>Päivi Räsänen -66</b>	<b>1977</b>
<b>Sisulisä 3-ottelu (60 m, pituus, kuula 2,5kg)</b>	<b>940</b>	<b>Anna-Kaisa Hannula -78</b> 9,40 410 7.74	<b>1989</b>
<b>Sisulisä 3-ottelu (60 m, pituus vyöh., kuula 2kg)</b>	<b>1101 i</b>	<b>Tara Vaittinen -99</b> 9,24 417 9.85	<b>2010</b>
	<b>1101</b>	<b>Helmiina Saarikunnas -06</b> 8,89 442 7.81	<b>2017</b>
<b>Heitto 4-ottelu (kuula, kiekko, moukari, keihäs)</b>	<b>1547</b>	<b>Jenni Väänänen -07</b> 8.87 24.47 19.72 29.02	<b>2018</b>
<b>Heitto 5-ottelu (kuula, kiekko, moukari, keihäs, paino)</b>	<b>1579</b>	<b>Senja-Sofia Moilanen -10</b> 7.05 21.63 18.64 21.18 8.45	<b>2021</b>
<b>1000 m ratakävely</b>	<b>5.04,4</b>	<b>Rosa Niittyviita -04</b>	<b>2015</b>
<b>2000 m ratakävely</b>	<b>14.37,40</b>	<b>Essi Kankala -82</b>	<b>1993</b>
<b>3000 m ratakävely</b>	<b>17.05,23</b>	<b>Rosa Niittyviita -04</b>	<b>2015</b>
<b>4x50 m viesti</b>	<b>29,17</b>	<b>Ahkera</b> Jemina Kousa, Roosa Villanen, Roosa Kinnunen, Kia Kempainen	<b>2011</b>
<b>4x100 m viesti</b>	<b>57,31</b>	<b>Ahkera</b> Niina Pesola, Hanna Toivonen, Satu Dufva, Tarja Piri	<b>1990</b>
<b>4x200 m viesti</b>	<b>2.07,52 i</b>	<b>Ahkera</b> Tiina Leppäkoski, Mariliisa Heininen, Riikka Pihkola, Marjukka Malin	<b>2000</b>
<b>4x600 m viesti</b>	<b>7.51,44</b>	<b>Ahkera</b> Ilona Saarikunnas, Jenni Johnsson Venla Läderberg, Rosa Niittyviita	<b>2015</b>
<b>T/P 4x600 m viesti</b>	<b>7.47,30</b>	<b>Ahkera</b> Walte Hautala, Roosa Kinnunen, Lassi Forss, Silja Rönkä	<b>2012</b>
<b>3x800 m viesti</b>	<b>8.57,6</b>	<b>Ahkera</b> Heidi Westerlund, Minna Vapamaa, Tanja Seitsonen	<b>1981</b>
<b>4x60 m aitaviesti 60cm</b>	<b>41,93</b>	<b>Ahkera</b> Roosa Kinnunen, Hanna Lammassaari, Anni Sinelampi, Silja Rönkä	<b>2012</b>
<b>4x60 m aitaviesti 50cm</b>	<b>42,09</b>	<b>Ahkera</b> Veera Salomäki, Milla Nieminen, Moona Heiskari, Hanna Salomäki	<b>2005</b>

## T 10

40 m	6,56	Helmiina Saarikunnas -06	2015	
60 m	8,99	Noora Pesola -87	1997	
100 m	käsiäjanotto	15,2	Tanja Seitsonen -71	1981
150 m	22,27	i Helmiina Saarikunnas -06	2016	
200 m	31,79	i Helmiina Saarikunnas -06	2016	
	halli *, käsiäjanotto	30,5	Tarja Piri -79	1989
300 m	51,3	Tanja Seitsonen -71	1981	
400 m	76,08	Helmiina Saarikunnas -06	2015	
	halli *	74,19	Aino Alaja -85	1995
600 m	1.53,37	i Helmiina Saarikunnas -06	2016	
800 m	2.44,38	i Nelli Tenovirta -15	2025	
1000 m	3.29,03	Viivi Huovinen -04	2014	
2000 m	8.32,01	Nelli Tenovirta -15	2025	
40 m aid. 50cm	7,14	i Janette Heino -91	2001	
60 m aid. 76,2cm (7kpl)				
	käsiäjanotto	13,7	Anita Hietalahti -77	1987
60 m aid. 76,2cm (6kpl/v.7,50)	12,49	Riina Heino -04	2014	
60 m aid. 60 cm	10,65	Helmiina Saarikunnas -06	2016	
60m aid. 50cm	10,18	Janette Heino -91	2001	
Korkeus	140	i Heta Tuuri -95	2005	
Seiväs	193	Säde Tiensuu -92	2002	
Pituus	411	Minna-Maria Sokka -81	1991	
	1m ponn.vyöhyke	422	Säde Tiensuu -92	2002
Kolmiloikka	8.25	Olivia Ollikka -08	2018	
	1m ponn.vyöhyke	8.90	Heta Tuuri -95	2005
Kuula 2,5kg	7.45	Minna-Maria Sokka -81	1991	
Kuula 2kg	9.09	Heta Tuuri -95	2005	
Kiekko 1kg	13.28	Pia Viljaniemi -69	1979	
Kiekko 600g	24.44	Päivi Hietalahti -82	1992	
Moukari 2,5kg	21.47	Anni Sinelampi -01	2011	
Keihäs 600g				
	(vanha malli v:een 1998)	15.14	Marja-Leena Pekkanen -52	1962
Keihäs 400g	26.20	Janni Savolainen -08	2018	
Painonheitto 4 kg	7.38	Tiila Palo -15	2025	
Pallo	36.55	Kristiina Tapionlinna -71	1981	
Sisulisä 4-ottelu (60 m aj, korkeus, keihäs, 800 m)	1065	Helmiina Saarikunnas -06	2016	
		10,83 115 15.01 2.50,50		
Sisulisä 3-ottelu (60 m, pituus, kuula 2,5kg)	817	Minna-Maria Sokka -81	1991	
		9,5 389 7.08		
Sisulisä 3-ottelu (60 m, pituus vyöh., kuula 2kg)	943	Heta Tuuri -95	2005	
		9,5 418 8.42		
Heitto 4-ottelu (kuula, kiekko, moukari, keihäs)	994	Janni Savolainen -08	2018	
		6.38 14.18 14.41 23.80		
1000 m ratakävely	6.11,19	Eevi Hautaniemi -10	2020	
4x50 m viesti	30,66	Ahkera	1992	
		Johanna Hemmilä, Annika Anttila, Kirsi Lehtinen, Päivi Hietalahti		

4x100 m viesti	61,81	<b>Ahkera</b>	2018
		Hilla Tuominen, Vilma Ryytty, Janni Savolainen, Olivia Ollikka	
4x200 m viesti	2.20,99	<b>Ahkera</b>	1992
		Johanna Hemmilä, Minna Morosoff, Tea Sihvo, Noora Kuutti	
4x400 m viesti	5.13,91	<b>Ahkera</b>	1995
		Vilja Sormunen, Teija Takala, Aino Alaja, Iina Toivanen	
4x600 m viesti	8.54,89	<b>Ahkera</b>	2019
		Enni Notkonen, Iida Salonen, Minttu Marttila, Meja Koskinen	
T/P 4x600 m	8.20,22	<b>Ahkera</b>	2014
		Elias Utriainen, Venla Läderberg, Roni Rämä, Ilona Saarikunnas	
3x800 m viesti	8.57,6	<b>Ahkera</b>	1981
		Heidi Westerlund, Minna Vapamaa, Tanja Seitsonen	
4x60 m aitaviesti 60cm	46,21	<b>Ahkera</b>	2018
		Hilla Tuominen, Janni Savolainen, Vilma Ryytty, Olivia Ollikka	
<b>T 9</b>			
40 m	6,56	<b>Helmiina Saarikunnas -06</b>	2015
60 m	9,40	<b>Hanna Salomäki -94</b>	2003
100 m	16,08	<b>Vilma Ryytty -08</b>	2017
150 m	23,55	<b>Hanna Salomäki -94</b>	2003
200 m	33,35	<b>Silja Rönkä -01</b>	2010
	<b>käsiajanotto</b>	<b>Minna-Maria Sokka -81</b>	1990
300 m	53,8	<b>Minna-Maria Sokka -81</b>	1990
400 m	76,08	<b>Helmiina Saarikunnas -06</b>	2015
600 m	1.58,33	<b>Helmiina Saarikunnas -06</b>	2015
800 m	2.52,5	<b>Minna-Maria Sokka -81</b>	1990
	<b>halli *</b>	<b>Minna-Maria Sokka -81</b>	1990
1000 m	3.40,58	<b>Helmiina Saarikunnas -06</b>	2015
40m aid. 50cm käsiajanotto	7,5	<b>Janette Heino -91</b>	2000
	7,5	<b>Katri Simola -92</b>	2001
60 m aid. 60 cm	12,37	<b>Eevi Hautaniemi -10</b>	2019
60 m aid. 50cm	11,31	<b>Emma Tuominen -98</b>	2007
Korkeus	135	<b>Heta Tuuri -95</b>	2004
Seiväs	160	<b>Säde Tiensuu -92</b>	2001
Pituus	385	<b>Anita Hietalahti -77</b>	1986
	<b>halli *</b>	<b>Anna-Kaisa Hannula -78</b>	1987
	<b>1m ponn.vyöhyke</b>	<b>Hanna Salomäki -94</b>	2003
Kolmiloikka 1m ponn.vyöhyke	7.65	<b>Helmiina Saarikunnas -06</b>	2015
Kuula 2,5kg	6.29	<b>Kristiina Tapionlinna -71</b>	1980
	<b>halli *</b>	<b>Minna Järvelä -77</b>	1986
Kuula 2kg	7.49	<b>Heta Tuuri -95</b>	2004
Kiekko 600g	22.28	<b>Heta Tuuri -95</b>	2004
Moukari 2,5kg	16.84	<b>Matilda Suhonen -99</b>	2008
Keihäs 400g	23.12	<b>Kristiina Tapionlinna -71</b>	1980
Junnukeihäs 350 g	20.10	<b>Henna Takki -04</b>	2013
Pallo	35.12	<b>Petra Jaakola -91</b>	2000

<b>Painonheitto 4 kg</b>	<b>5.62</b>	<b>Nuppu Pakkanen -16</b>	<b>2025</b>
<b>Sisulisä 4-ottelu (40 m, korkeus, keihäs, 800 m)</b>	<b>718</b>	<b>Eevi Hautaniemi -10</b> 7,00 109 14.19 3.06,84	<b>2019</b>
<b>Sisulisä 3-ottelu (60 m, pituus, kuula 2,5kg)</b>	<b>648</b>	<b>Anita Hietalahti -77</b> 9,7 362 5.15	<b>1986</b>
<b>Sisulisä 3-ottelu (60 m, pituus vyöh., kuula 2kg)</b>	<b>785</b>	<b>Veera Salomäki -95</b> 6,5 388 5.88	<b>2004</b>
<b>Sisulisä 3-ottelu (40 m, pituus vyöh., pallo)</b>	<b>717</b>	<b>Hanna Salomäki -94</b> 6,4 398 25.11	<b>2003</b>
<b>Heitto 4-ottelu (kuula, kiekko, moukari, keihäs)</b>	<b>660</b>	<b>Eevi Hautaniemi -10</b> 5.78 10.97 8.75 16.97 5.15	<b>2019</b>
<b>Heitto 5-ottelu (kuula, kiekko, moukari, keihäs, paino)</b>	<b>852</b>	<b>Eevi Hautaniemi -10</b> 5.78 10.97 8.19 16.97	<b>2019</b>
<b>600 m ratakävely</b>	<b>3.34,83</b>	<b>Matilda Suhonen -99</b>	<b>2008</b>
<b>1000 m ratakävely</b>	<b>6.45,8</b>	<b>Päivi Hietalahti -81</b>	<b>1990</b>
<b>4x50 m viesti</b>	<b>33,62</b>	<b>Ahkera</b> Hilla Tuominen, Olga Riikonen, Janni Savolainen, Vilma Ryytty	<b>2017</b>
<b>4x100 m viesti</b>	<b>68,2</b>	<b>Ahkera</b> Miia Forsback, Minna Vapamaa, Elina Hell, Katri Rosti	<b>1981</b>
<b>4x400 m viesti</b>	<b>5.36,08</b>	<b>Ahkera</b> Venla Tiainen, Eevi Hautaniemi, Lumi Terviö, Pihla Kaukinen	<b>2019</b>
<b>3x800 m viesti</b>	<b>9.49,35</b>	<b>Ahkera</b> Eeva Salonen, Anna-Kaisa Hannula, Miia Lahtiperä	<b>1987</b>
<b>T 8</b>			
<b>40 m</b>	<b>6,81</b>	<b>Helmiina Saarikunnas -06</b>	<b>2014</b>
<b>60 m</b>	<b>9,96</b>	<b>Katri Ojala -84</b>	<b>1992</b>
	<b>9,5</b>	<b>Veera Salomäki -95</b>	<b>2003</b>
<b>100 m käsiäjanotto</b>	<b>17,0</b>	<b>Minna-Maria Sokka -81</b>	<b>1989</b>
<b>150 m käsiäjanotto</b>	<b>24,62</b>	<b>Hanna Salomäki -94</b>	<b>2002</b>
<b>200 m</b>	<b>34,68</b>	<b>Minna-Maria Sokka -81</b>	<b>1989</b>
<b>300 m</b>	<b>60,8</b>	<b>Kristiina Tapionlinna -71</b>	<b>1979</b>
<b>400</b>	<b>81,52</b>	<b>Helmiina Saarikunnas -06</b>	<b>2014</b>
<b>600 m</b>	<b>2.12,07</b>	<b>Janni Savolainen -08</b>	<b>2016</b>
<b>800 m</b>	<b>3.05,0</b>	<b>Minna-Maria Sokka -81</b>	<b>1989</b>
<b>1000 m</b>	<b>3.55,49</b>	<b>Helmiina Saarikunnas -06</b>	<b>2014</b>
<b>40 m aid. 50cm</b>	<b>8,37</b>	<b>Lumi Terviö -12</b>	<b>2020</b>
<b>60 m aid. 60 cm</b>	<b>13,21</b>	<b>Janni Savolainen -08</b>	<b>2016</b>
<b>60 m aid. 50 cm</b>	<b>13,01</b>	<b>Katri Simola -92</b>	<b>2000</b>
<b>Korkeus</b>	<b>120</b>	<b>Heta Tuuri -95</b>	<b>2003</b>

<b>Pituus</b>	<b>331</b>	<b>Minna-Maria Sokka -81</b>	<b>1989</b>
<b>halli *</b>	<b>364</b>	<b>Tea Vihelmaa -80</b>	<b>1988</b>
<b>1m ponn.vyöhyke</b>	<b>377</b> i	<b>Veera Salomäki -95</b>	<b>2003</b>
<b>Kolmiloikka 1m ponn.vyöhyke</b>	<b>6.85</b>	<b>Helmiina Saarikunnas -06</b>	<b>2014</b>
<b>Kuula 2,5kg</b>	<b>4.92</b>	<b>Minna-Maria Sokka -81</b>	<b>1989</b>
<b>Kuula 2kg</b>	<b>5.95</b> i	<b>Enna Pasanen -15</b>	<b>2023</b>
<b>Kiekko 600g</b>	<b>15.78</b>	<b>Juulia Hintsala -12</b>	<b>2020</b>
<b>Moukari 2,5 kg</b>	<b>10.68</b>	<b>Saana Heino -06</b>	<b>2014</b>
<b>Keihäs 400g</b>	<b>19.90</b>	<b>Kristiina Tapionlinna -71</b>	<b>1979</b>
<b>Junnukeihäs 350 g</b>	<b>15.25</b>	<b>Henna Takki -04</b>	<b>2012</b>
<b>Pallo</b>	<b>26.14</b>	<b>Heta Tuuri -95</b>	<b>2003</b>
<b>Painonheitto 5,44 kg</b>	<b>3.58</b>	<b>Juulia Hintsala -12</b>	<b>2020</b>
<b>Painonheitto 4 kg</b>	<b>3.97</b>	<b>Nuppu Pakkanen -16</b>	<b>2024</b>
<b>Sisulisä 4-ottelu (40 m, korkeus, keihäs, 800 m)</b>	<b>640</b>	<b>Janni Savolainen -08</b>	<b>2016</b>
		7,07 110 9.83 3.11,86	
<b>Sisulisä 3-ottelu (60 m, pituus, kuula 2,5kg)</b>	<b>472</b>	<b>Minna-Maria Sokka -81</b>	<b>1989</b>
		10,6 300 4.92	
<b>Sisulisä 3-ottelu (40 m, pituus vyöh., kuula 2kg)</b>	<b>608</b>	<b>Eevi Hautaniemi -10</b>	<b>2018</b>
		6,89 317 5.07	
<b>Sisulisä 3-ottelu (40 m, pituus vyöh., pallo)</b>	<b>534</b>	<b>Heta Tuuri -95</b>	<b>2003</b>
		6,9 365 21.73	
<b>Heitto 4-ottelu (kuula, kiekko, moukari, keihäs)</b>	<b>505</b>	<b>Juulia Hintsala -12</b>	<b>2020</b>
		4.40 14.45 10.07 8.40	
<b>Heitto 5-ottelu (kuula, kiekko, moukari, keihäs, paino)</b>	<b>598</b>	<b>Juulia Hintsala -12</b>	<b>2020</b>
		4.40 14.45 10.07 8.40 3.24	
<b>1000 m ratakävely</b>	<b>7.04,3</b>	<b>Katri Ojala -84</b>	<b>1992</b>

halli \* = Ennen vuotta 1998 tehty hallitullos. Vuodesta 1998 alkaen hallitulokset on hyväksytty tasavertaisina ennätystuloksiksi.