

# LAHDEN AHKERAN ENNÄTYKSET SISULISÄSARJOISSA 31.12.2023

## P 15

60 m	7,30 i	Tuukka Koskinen -03	2018
100 m	11,42	+0,8Tuukka Koskinen -03	2018
150 m	17,49	-0,8 Matias Salminen -06	2021
200 m	22,98	+1,7Tuukka Koskinen -03	2018
300 m	37,31	Lauri Eerola -99	2014
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	4.17,07	Aleksi Rajaniemi -03	2018
2000 m	5.47,83	Wilho Hautala -99	2014
3000 m	9.33,0	Hannu Leppänen -53	1968
5 km tiejuoksu	16.07	Leo Rajaniemi -09	2023
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 käsiäjanotto	11,1	Kauko Känkänen -46	1961
80 m aid. 83,8cm	12,33	+0,2Kristian Lång -92	2006
80 m aid. 76,2cm	12,29	-1,0 Kimmo Kytölaakso -77	1991
100 m aid. 91,4 cm	14,26	+1,5Petteri Illmen -65	1980
100 m aid. 83,8 cm	13,13	+0,8Markus Vainio -08	2023
110 m aid. 91,4cm käsiäjanotto	19,6	Esko Nikander -49	1964
200 m aid. 76,2 cm	27,08	+1,0Jimi 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	4.29,92	Wilho Hautala -99	2014
Korkeus	189	Kiril Popov -84	1999
Seiväs	421 i	Eerik Mäkelä -04	2019
Pituus	647	Petteri Illmen -65	1980
	637	+1,3Markus Tuomela -84	1999
Kolmiloikka	13.58	Petteri Illmen -65	1980
	13.45	+1,3Petteri 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)			
<i>halli</i>	<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)			
<i>halli</i>	<b>3432</b>	<b>Elias Kemppainen -08</b>	<b>2023</b>
		8,98 571 13.24 380 3.07,27	
<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>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>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>4x80 m aitaviesti 76,2cm</b>	<b>45,51</b>	<b>Ahkera</b>	<b>2023</b>
		Elias Kemppainen, Niilo Kemppainen, Juho Taavila, Markus Vainio	

<b>4x100 m aitaviesti 84cm</b>	<b>64,82</b>	<b>Ahkera</b>	<b>1992</b>
		Tomi Westman, Ville Lehtovaara, Joni Painilainen, Kimmo Kytölaakso	

## P 14

<b>60 m</b>	<b>7,54</b>	<b>i Markus Vainio -08</b>	<b>2022</b>
<b>100 m</b>	<b>11,67</b>	<b>-0,1 Markus Vainio -08</b>	<b>2022</b>
<b>150 m</b>	<b>18,08</b>	<b>-0,8 Santtu Kekkonen -07</b>	<b>2021</b>
<b>200 m</b>	<b>23,50</b>	<b>+0,3 Markus Vainio -08</b>	<b>2022</b>
<b>300 m</b>	<b>38,50</b>	<b>Joni Takala -00</b>	<b>2014</b>
<b>400 m</b>	<b>55,34</b>	<b>Aleksi Rajaniemi -03</b>	<b>2017</b>
<b>600 m</b>	<b>1.27,66</b>	<b>Aleksi Rajaniemi -03</b>	<b>2017</b>
<b>800 m</b>	<b>2.02,06</b>	<b>Aleksi Rajaniemi -03</b>	<b>2017</b>
<b>1000 m</b>	<b>2.43,78</b>	<b>Marko Lindqvist -67</b>	<b>1981</b>
<b>1500 m</b>	<b>4.42,66</b>	<b>Wilho Hautala -99</b>	<b>2013</b>
<b>2000 m</b>	<b>5.52,82</b>	<b>Leo Rajaniemi -09</b>	<b>2023</b>
<b>3000 m</b>	<b>10.32,75</b>	<b>Antti-Pekka Syvälahti -78</b>	<b>1992</b>
<b>5 km tiejuoksu</b>	<b>16.07</b>	<b>Leo Rajaniemi -09</b>	<b>2023</b>
<b>10 km tiejuoksu</b>	<b>36.09</b>	<b>Aleksi Rajaniemi -03</b>	<b>2017</b>
<b>60 m aid. 83,8cm (5 kpl) halli</b>	<b>8,44</b>	<b>Markus Vainio -08</b>	<b>2022</b>
<b>60 m aid. 83,8cm (6 kpl) halli</b>	<b>9,76</b>	<b>Marko Koivunen -81</b>	<b>1995</b>
<b>80 m aid. 83,8cm</b>	<b>12,33</b>	<b>+0,2 Kristian Lång -92</b>	<b>2006</b>
<b>80 m aid. 76,2cm</b>	<b>12,29</b>	<b>-1,0 Kimmo Kytölaakso -77</b>	<b>1991</b>
<b>100 m aid. 91,4 cm käsiajanotto</b>	<b>15,8</b>	<b>Antti Hallman -75</b>	<b>1989</b>
<b>100 m aid. 83,8 cm</b>	<b>13,33</b>	<b>+0,4 Markus Vainio -08</b>	<b>2022</b>
<b>200 m aid. 76,2cm</b>	<b>28,40</b>	<b>+0,1 Kalle Petrelius -94</b>	<b>2008</b>
<b>300 m aid. 83,8cm</b>	<b>45,0</b>	<b>Joona Ruohonen -94</b>	<b>2009</b>
<b>300 m aid. 76,2</b>	<b>39,67</b>	<b>Markus Vainio -08</b>	<b>2022</b>
<b>1500 m est. 91,4</b>	<b>5.12,2</b>	<b>Ari Helminen -61</b>	<b>1972</b>
<b>1500 m est. 76,2</b>	<b>4.45,23</b>	<b>Leo Rajaniemi -09</b>	<b>2023</b>
<b>Korkeus</b>	<b>179</b>	<b>Kiril Popov -84</b>	<b>1998</b>
<b>Seiväs</b>	<b>350</b>	<b>Mika Viitanen -63</b>	<b>1977</b>
	<b>350</b>	<b>Elias Kemppainen -08</b>	<b>2022</b>
<b>Pituus</b>	<b>622</b>	<b>Pertti Karjalainen -69</b>	<b>1983</b>
	<b>614</b>	<b>-0,4 Markus Tuomela -84</b>	<b>1998</b>
	<b>(625</b>	<b>+3,0 Markus Tuomela -84</b>	<b>1998)</b>
<b>Kolmiloikka</b>	<b>12.71</b>	<b>+0,3 Eelis Snåre -03</b>	<b>2017</b>
<b>Kuula 5,4kg</b>	<b>14.73</b>	<b>Antti Perho -84</b>	<b>1998</b>
<b>Kuula 4 kg</b>	<b>18.10</b>	<b>Antti Perho -84</b>	<b>1998</b>
<b>Kiekko 1,5kg</b>	<b>42.46</b>	<b>Antti Perho -84</b>	<b>1998</b>
<b>Kiekko 1kg</b>	<b>53.72</b>	<b>Antti Perho -84</b>	<b>1998</b>
<b>Moukari 5kg</b>	<b>37.53</b>	<b>Onni Rustholkarhu -05</b>	<b>2019</b>
<b>Moukari 4kg</b>	<b>45.66</b>	<b>Onni Rustholkarhu -05</b>	<b>2019</b>
<b>Keihäs 800g (uusi malli v:sta 1986)</b>	<b>51.52</b>	<b>Henri Alm -81</b>	<b>1995</b>
<b>Keihäs 600g</b>			
(uusi malli v:sta 1999)	<b>58.86</b>	<b>Elias Kemppainen -08</b>	<b>2022</b>
(vanha malli v:een 1998)	<b>64.56</b>	<b>Henri Alm -81</b>	<b>1995</b>
<b>Painonheitto 9,07 kg</b>	<b>13.77</b>	<b>Onni Rustholkarhu -05</b>	<b>2019</b>
<b>Sisulisä 6-ottelu (80 m aid. 83,8 cm, pituus, keihäs 600g, seiväs, kiekko 1kg, 800 m)</b>	<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 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>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>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>Ahkera</b>	<b>1994</b>
		Tero Vehko, Arto Kärkkäinen, Iiro Christensen, Olli Karjalainen	
<b>4x800 m viesti</b>	<b>9.18,2</b>	<b>Ahkera</b>	<b>1981</b>
		Vesa Salminen, Lasse Hurmalainen, Jari Saari, Marko Lindqvist	
<b>3x80 m aitaviesti 76,2cm</b>	<b>39,47</b>	<b>Ahkera</b>	<b>1994</b>
		Iiro Christensen, Olli Karjalainen, Arto Kärkkäinen	
<b>4x80 m aitaviesti 76,2 cm</b>	<b>47,91</b>	<b>Ahkera</b>	<b>2021</b>
		Markus Vainio, Saku Puustinen, Oliver Koskelainen, Touko Tarvonen	

## P 13

<b>60 m</b>		<b>7,75</b> +5,6 <b>Markus Tuomela -84</b>	<b>1997</b>
		<b>7,79</b> -1,9 <b>Markus Tuomela -84</b>	<b>1997</b>
		<b>7,79</b> +2,0 <b>Joni Takala -00</b>	<b>2013</b>
	<i>halli</i>	<b>7,75</b> <b>Asghar Musawi -95</b>	<b>2008</b>
<b>100 m</b>		<b>12,43</b> +1,2 <b>Arttu Sandberg -01</b>	<b>2014</b>
<b>150 m</b>		<b>20,56</b> -1,3 <b>Karim Echahid -01</b>	<b>2014</b>
<b>200 m</b>		<b>25,09</b> i <b>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>
<b>3000 m</b>		<b>10.25,52</b> <b>Kevin Niittyviita -11</b>	<b>2023</b>
<b>5 km tiejuoksu</b>		<b>18.01</b> <b>Kevin Niittyviita -11</b>	<b>2023</b>
<b>10 km tiejuoksu</b>		<b>39.29</b> <b>Kevin Niittyviita -11</b>	<b>2021</b>

40 m aid. 76,2cm (4 kpl) <i>halli</i>	7,17	<i>Mikko Malminen -89</i>	2002
60m aid. 76,2cm (6 kpl)	8,91	+0,2Markus Vainio -08	2021
60 m aid. 76,2cm (7 kpl)	10,14	Toni Pihlajamäki -83	1996
<i>halli *</i>	10,10	<i>Aleksi Laitinen -91</i>	2004
80 m aid. 83,8 cm	13,81	-0,6Aleksi Laitinen -91	2004
80 m aid. 76,2cm	12,97	+1,3Vesa Painilainen -79	1992
200 m aidat	29,64	+1,0Markus 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
<i>halli *</i>	15.10	<i>Antti Perho -84</i>	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 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	Ahkera	2021
		Oskari Syväranta, Elias Kemppainen, Juho Taavila, Markus Vainio	
4x300 m viesti	3.05,24	Ahkera	1992
		Tuukka Palonen, Jarkko Tuominen, Aki Hanttu, Vesa Painilainen	
4x600 m viesti	7.03,93	Ahkera	2019
		Konsta Manninen, Otso Kaukonen, Konsta Väisänen, Samuel Pasanen	

4x800 m viesti	10.15,0	Ahkera Ilkka Blåberg, Jarkko Huttunen, Pertti Karjalainen, Ari Jaakkola	1982
3x80 m aitaviesti 76,2cm	42,97	Ahkera Jarkko Tuominen, Tuukka Palonen, Vesa Painilainen	1992
4x60 m aitaviesti 76,2 cm	40,34	Ahkera Juho Taavila, Niilo Kemppainen, Elias Kemppainen, Markus Vainio	2021

## P 12

60 m	8,12	Joni Takala -00	2012
	<i>halli *</i>	8,11	Markus Tuomela -84
100 m	13,30	Asghar Musawi -95	2007
150 m	21,14	Karim Echahid -01	2013
	käsiajanotto	20,9	Mikko Malminen -89
	<i>halli *</i>	21,04	Joni Takala -00
200 m	26,81	Joni Takala -00	2012
	<i>halli *</i>	26,01	Joni Takala -00
300 m	44,11	Janne Laurila -82	1994
400 m	65,67	Eric Rinne -09	2021
600 m	1.40,92	Alexi Rajaniemi -03	2015
800 m	2.19,57	Janne Laurila -82	1994
1000 m	2.59,2	Vesa Painilainen -79	1991
1500 m	5.16,48	Kalle Piira -90	2002
2000 m	6.48,19	Kevin Niittyviita -11	2023
3000 m	10.25,52	Kevin Niittyviita -11	2023
5 km tiejuoksu	18.01	Kevin Niittyviita -11	2023
10 km tiejuoksu	39.29	Kevin Niittyviita -11	2021
Puolimaraton	1.49.47	Topi Taimisto -96	2008
40 m aid. 76,2cm (4 kpl)	7,23	Mikko Malminen -89	2001
60 m aid. 76,2cm (6 kpl)	10,05	Konsta Manninen -06	2018
60 m aid. 76,2cm (7 kpl)	10,47	Alexi Harju -94	2006
	<i>halli *</i>	10,36	Sami Ylinen -89
200 m aid. 76,2cm	33,11	Karim Echahid -01	2013
Korkeus	155	Kiril Popov -84	1996
	<i>halli *</i>	158	Kiril Popov -84
Seiväs	276	Mika Viitanen -63	1975
Pituus	506	Tommi Walther -78	1990
Kolmiloikka	10.59	Alexi Laitinen -91	2003
Kuula 3kg	13.46	Antti Perho -84	1996
	<i>halli *</i>	14.01	Antti Perho -84
Kiekko 1kg	28.98	Teijo Laakso -55	1967
Kiekko 750 g	34.50	Tomas Mäkinen -11	2023
Kiekko 600g	46.72	Antti Perho -84	1996
Moukari 3kg	34.47	Onni Rustholkarhu -05	2017
Moukari 4kg	24.08	Sakari Mäkelä -07	2019
Keihäs 600g			
(vanha malli v:een 1998)	33.80	Henri Alm -81	1993
Keihäs 400g	43.98	Henri Alm -81	1993

<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 Kempainen -09</b>	<b>2021</b>
		10,85/+0,7 386/-0,3 27.77 33.25 2.44,58	
<b>Sisulisä 4-ottelu</b> (60 m aid. 76,2cm/6, korkeus, kuula 3kg, 600 m)	<b>1654</b>	<b>Aleksi Laitinen -91</b>	<b>2003</b>
		10,9 150 9.39 1.53,1	
<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>	<b>1994</b>
		11,25 130 11.37 2.23,28	
<b>Sisulisä 3-ottelu</b> (60 m, pituus, kuula 2,5kg)	<b>1193</b>	<b>Tuukka Palonen -79</b>	<b>1991</b>
		8,7 433 9.90	
<b>Heitto 4-ottelu</b> (kuula, kiekko, moukari, keihäs)	<b>1707</b>	<b>Tomas Mäkinen -11</b>	<b>2023</b>
		9.01 32.34 29.75 35.78	
<b>Heitto 5-ottelu</b> (kuula, kiekko, moukari, keihäs, paino)	<b>1870</b>	<b>Tobias Moreno -07</b>	<b>2019</b>
		9.26 28.04 22.20 29.79 10.50	
<b>2000 m ratakävely</b>	<b>12.19,42</b>	<b>Markus Jaakkola -94</b>	<b>2006</b>
<b>4x100 m viesti</b>	<b>54,10</b>	<b>Ahkera</b>	<b>1991</b>
		Tuukka Palonen, Vesa Painilainen, Aki Hanttu, Matti Kataja	
<b>4x600 m viesti</b>	<b>7.54,03</b>	<b>Ahkera</b>	<b>2002</b>
		Kalle Piira, Joonas Vanhatalo, Teemu Mikkonen, Joonas Lindberg	
<b>4x800 m viesti</b>	<b>10.16,2</b>	<b>Ahkera</b>	<b>1981</b>
		Mika Vihervuori, Kari Halonen, Ari Jaakkola, Pekka Marjamaa	

## P 11

<b>60 m</b>	<b>8,55 i</b>	<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>21,08 i</b>	<b>Verner Marttila -08</b>	<b>2019</b>
	<i>halli *</i>	<b>21,04</b>	<b>Joni Takala -00</b>
<b>200 m</b>	<b>29,95 i</b>	<b>Verner Marttila -08</b>	<b>2019</b>
	<b>käsiajanotto</b>	<b>29,5</b>	<b>Janne Laurila -82</b>
	<i>halli *</i>	<b>29,50</b>	<b>Karim Echahid -01</b>
	<i>halli käsiajanotto</i>	<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>1.48,5</b>	<b>Ossi Kekki -93</b>	<b>2004</b>
	<i>halli *</i>	<b>1.48,07</b>	<b>Walte Hautala -01</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>
<b>3000 m</b>	<b>10.43,47 i</b>	<b>Kevin Niittyviita -11</b>	<b>2022</b>
<b>10 km tiejuoksu</b>	<b>39.29</b>	<b>Kevin Niittyviita -11</b>	<b>2021</b>
<b>40 m aid. 50cm</b>	<i>halli</i>	<b>7,12</b>	<b>Sami Ylinen -89</b>
<b>60 m aid. 76,2cm (7 kpl)</b>		<b>11,17</b>	<b>Kimmo Kytölaakso -77</b>
<b>60 m aid. 76,2cm (6 kpl)</b>		<b>12,03</b>	<b>Anssi Halme -99</b>

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
	<i>halli *</i>	<i>Tommi Walther -78</i>	<i>1988</i>
1m ponn.vyöhyke	477	Mikko Malminen -89	2000
Kolmiloikka	9.51	Markus Tuomela -84	1995
1m ponn.vyöhyke	9.86	Aleksi 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 4-ottelu (kuula, kiekko, moukari, keihäs)	1440	Onni Rustholkarhu -05	2016
		7.64 34.46 29.67 22.60	
1000 m ratakävely	5.58,5	Mikko Kallas -86	1996
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	
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		6,63	Teemu Laine -93	2002
		6,63	Karim Echahid -01	2010
	<i>halli *</i>	6,55	Karim Echahid -01	2010
60 m		8,71	Miko Elkala -02	2012
100 m		14,89	Karim Echahid -01	2011
	käsiajanotto	14,6	Vesa Painilainen -79	1989
150 m		21,57	Miko Elkala -02	2012
200 m	käsiajanotto	29,5	Janne Laurila -82	1992
300 m		50,0	Markku Mäkinen -54	1964
	<i>halli *</i>	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 käsiajanotto		7,9	Mikko Malminen -89	1998
	<i>halli *</i>	7,78	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 käsiajanotto		9,8	Arto Tuomi -86	1996
200 m aid. 76,2cm käsiajanotto		38,9	Jouni Ukkonen -60	1970
Korkeus		135	Juha Jokinen -76	1986
Seiväs		245	Miika Mantila -04	2014
Pituus		439	Tommi Walther -78	1988
	<i>halli *</i>	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		23.79	Onni Rustholkarhu -05	2015
	<i>halli *</i>	24.58	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	
Sisulisä 3-ottelu (60 m, pituus vyöh., pallo)		1070	Janne Laurila -82	1992
			8,9 432 50.50	
Heitto 4-ottelu (kuula, kiekko, moukari, keihäs)		1229	Tomas Mäkinen -11	2021
			7.56 27.13 2319 25.72	

1000 m ratakävely	5.58,5	Mikko Kallas -86	1996
4x50 m viesti	30,35	Ahkera	1992
		Antti Mustonen, Lauri Kankaanrinne, Toni Nykänen, Janne Laurila	
4x100 m viesti	59,74	Ahkera	1988
		Jari Halttu, Jukka Taumala, Tommi Walther, Markku Korhonen	
4x200 m viesti	2.05,38	Ahkera	1992
		Antti Mustonen, Jami Koskinen, Niklas Tarvajärvi, Janne Laurila	
4x400 m viesti	5.03,55	Ahkera	1992
		Antti Mustonen, Lauri Kankaanrinne, Toni Nykänen, Janne Laurila	
4x600 m viesti	8.28,90	Ahkera	2019
		Eetu Väisänen, Eric Rinne, Eelis Kuparinen, Leo Rajaniemi	
4x800 m viesti	10.56,0	Ahkera	1980
		Artturi Hård, Mika Kuiri, Marko Vihervuori, Janne Laukkanen	

## P 9

40 m		6,55	Oskari Syväranta -09	2018
	<i>halli *</i>	6,55	Karim Echahid -01	2010
60 m		8,93	Niklas Tarvajärvi -83	1992
100 m		15,77	Santtu Kekkonen -07	2016
	käsiajanotto	15,1	Janne Laurila -82	1991
150 m		23,25	Miika Lamminluoto -14	2023
200 m	käsiajanotto	30,0	Niklas Tarvajärvi -83	1992
300 m		54,0	Hannu Lius -55	1964
400 m		76,81	Kasper Väli-Klemelä -13	2022
	<i>halli *</i>	74,66	Arto Tuomi -86	1995
600 m		1.59,98	Ossi Kekki -93	2002
	<i>halli *</i>	1.58,52	Ossi Kekki -93	2002
800 m		2.45,38	Olli Päivärinta -85	1994
	<i>halli *</i>	2.40,0	Janne Laurila -82	1991
1000 m		3.27,00	Janne Laurila -82	1991
2000 m		7.25,05	Kevin Niittyviita -11	2020
40 m aid. 50cm		7,96	Elias Utriainen -04	2013
60 m aid. 50cm käsiajanotto		10,6	Tuomas Mantere -76	1985
60 m aid. 60cm		11,85	Miika Lamminluoto -14	2023
Korkeus		125	Kiril Popov -84	1993
		125	Tomas Mäkinen -11	2020
Seiväs		230	Miika Mantila -04	2013
Pituus		405	Janne Laurila -82	1991
	1m ponn.vyöhyke	416	Niklas Tarvajärvi -83	1992
	<i>halli *</i>	420	Niklas Tarvajärvi -83	1992
Kolmiloikka		7.39	Kalle Uusitalo -74	1983
	1m ponn.vyöhyke	8.03	Miika Lamminluoto -14	2023
	<i>halli *</i>	8.11	Joni Järvinen -00	2009
Kuula 3 kg		6.43	Onni Rustholkarhu -05	2014

<b>Kuula 2,5 kg</b>		<b>7.42</b>	<b>Ari Helminen -61</b>	<b>1970</b>
	<i>halli *</i>	<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 2,5kg</b>		<b>17.80</b>	<b>Onni Rustholkarhu -05</b>	<b>2014</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>Aleksi 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>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>823</b>	<b>Viljami Eronen -08</b>	<b>2017</b>
			6,60 357 6.83	
	<i>halli *</i>	<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>Aleksi 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	
<b>P 8</b>				
<b>40 m</b>		<b>6,86</b>	<b>Santtu Kekkonen -07</b>	<b>2015</b>
<b>60 m</b>		<b>9,72</b>	<b>Janne Laurila -82</b>	<b>1990</b>
	<b>käsiäjanotto</b>	<b>9,2</b>	<b>Niklas Tarvajärvi -83</b>	<b>1991</b>
<b>100 m</b>	<b>käsiäjanotto</b>	<b>15,3</b>	<b>Niklas Tarvajärvi -83</b>	<b>1991</b>
<b>150 m</b>		<b>24,77</b>	<b>Santtu Kekkonen -07</b>	<b>2015</b>
<b>200 m</b>	<b>käsiäjanotto</b>	<b>33,6</b>	<b>Antti Mustonen -82</b>	<b>1990</b>
	<i>halli *</i>	<b>32,9</b>	<b>Niklas Tarvajärvi -83</b>	<b>1991</b>
<b>300 m</b>		<b>58,8</b>	<b>Mika Päivelin -84</b>	<b>1992</b>
<b>400 m</b>		<b>83,7</b>	<b>Aapo Hirvonen -11</b>	<b>2019</b>

600 m		2.03,74	Ossi Kekki -93	2001
800 m		3.03,5	Janne Laurila -82	1990
	<i>halli *</i>	2.51,4	Antti Mustonen -82	1990
1000 m		3.34,53	Janne Laurila -82	1990
40 m aid. 50cm		8,82	Akseli Helminen -05	2013
		8,82	Eric Rinne -09	2017
		8,82	Casper Penttilä -09	2017
60 m aidat 60 cm	<i>halli *</i>	13,42	Miika Mantila -04	2012
Korkeus		111	Miika Mantila -04	2012
Seiväs		170	Teijo Laakso -55	1963
		170	Miika Mantila -04	2012
	<i>halli *</i>	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	Roope Mäenpää -09	2017
	<i>halli *</i>	6.73	Perttu Salmi -95	2003
Kiekko 1kg		11.95	Arto Helminen -59	1967
Kiekko 600g		21.48	Marko Mitronen -84	1992
Moukari 2,5 kg		13.65	Miika Mantila -04	2012
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
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)		806	Aleksi Kaasinen -12	2020
			5.39 20.52 8.77 20.65	
Heitto 5-ottelu (kuula, kiekko, moukari, keihäs, paino)		806	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
	<i>halli *</i>	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) <i>halli</i>		6,64	Paula Siltanen -87	2002
60 m aid. 76,2cm (5kpl) <i>halli</i>		9,08	Hanna Toivonen -79	1994
60m aid. 76,2cm (6kpl) <i>halli</i>		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		10.60	Hannele Mitronen -77	1992
	<i>halli *</i>	10.77	Heta Tuuri -95	2010
Kuula 3kg		13.30	Tiina Järvinen -04	2019
Kiekko 1kg		36.60	Anitta Myyrä -66	1981
Kiekko 750g		41.51	Carita Lång -93	2008
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		41.04	Jenni Väänänen -07	2022
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>	<b>1998</b>
		12,39 160 9.53 520 32.61 2.38,16	
<b>Sisulisä 5-ottelu</b> (80 m aid. 76,2cm, pituus, keihäs 400g, korkeus, 800 m)	<b>2586</b>	<b>Noora Pesola -87</b>	<b>2002</b>
		12,29 571 31.94 151 2.34,76	
<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>	<b>2023</b>
		9,39 147 7.49 541 2.21,96	
<b>Heitto 4-ottelu</b> (kuula, kiekko, moukari, keihäs)	<b>2658</b>	<b>Jenni Väänänen -07</b>	<b>2022</b>
		11.13 36.30 41.01 43.68	
<b>Heitto 5-ottelu</b> (kuula, kiekko, moukari, keihäs, paino)	<b>3220</b>	<b>Jenni Väänänen -07</b>	<b>2022</b>
		11.13 36.30 41.01 43.68 11.14	
<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>	<b>1994</b>
		Niina Pesola, Hanna Toivonen, Satu Dufva, Tarja Piri	
<b>1000 m viesti</b>	<b>2.35,63</b>	<b>Ahkera</b>	<b>2011</b>
(100 m + 200m + 300 m + 400 m)		Fiona Ruukki, Emilia Järvelä, Tuuli Kaven, Janna Hautala	
<b>4x300 m viesti</b>	<b>2.50,80</b>	<b>Ahkera</b>	<b>1994</b>
		Hanna Toivonen, Satu Dufva, Saara Nikkola, Tarja Piri	
<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>7.25,44</b>	<b>Ahkera</b>	<b>1990</b>
		Marjo Peltonen, Nina Lyytinen, Susanna Sokka	
<b>4x800 m viesti</b>	<b>9.35,42</b>	<b>Ahkera</b>	<b>2021</b>
		Hilla Tuominen, Celina Salonen, Sofia Rinne, Inka Peltola	
<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>48,64</b>	<b>Ahkera</b>	<b>2015</b>
		Kia Kemppainen, Sanna Tiilikainen, Sannamari Knuutila, Jemina Kousa	
<b>3x100 m aitaviesti 76,2cm</b>	<b>48,5</b>	<b>Ahkera</b>	<b>1997</b>
		Maija Karjalainen, Sini Kumpulainen, Laura Jääskeläinen	
<b>4x100 m aitaviesti 76,2cm</b>	<b>62,67</b>	<b>Ahkera</b>	<b>2006</b>
		Niina Kuusisto, Janette Heino, Katja Kokko, Reetta Hämäläinen	

# 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			
	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	38.28		Jenni Väänänen -07	2021			
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	10.83		Sinja Johansson -05	2019			
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>Ahkerä</b>	<b>1993</b>
		Niina Pesola, Mira Ahola, Hanna Toivonen, Tarja Piri	
<b>4x300 m viesti</b>	<b>3.15,96</b>	<b>Ahkerä</b>	<b>1992</b>
		Terhi Akkanen, Satu Pöyry, Piia Autonen, Tanja Wallenius	
<b>4x400 m viesti</b>	<b>4.26,78</b>	<b>Ahkerä</b>	<b>1985</b>
		Tanja Seitsonen, Erja Savolainen, Sari Koskinen, Kirsi Kallio	
<b>4x600 m viesti</b>	<b>7.12,47</b>	<b>Ahkerä</b>	<b>2017</b>
		Minttu Kaukonen, Iлона Saarikunnas, Rosa Niittyviita, Sini Rajaniemi	
<b>3x800 m viesti</b>	<b>7.50,60</b>	<b>Ahkerä</b>	<b>1989</b>
		Susanna Sokka, Mari Vainikainen, Nina Lyytinen	
<b>4x800 m viesti</b>	<b>9.51,04</b>	<b>Ahkerä</b>	<b>2020</b>
		Celina Salonen, Hilla Tuominen, Sofia Rinne, Inka Peltola	
<b>3x80 m aitaviesti 76,2cm</b>	<b>39,46</b>	<b>Ahkerä</b>	<b>1992</b>
		Kati Poikselkä, Satu Pöyry, Hanna Toivonen	
<b>4x80 m aitaviesti 76,2cm</b>	<b>51,45</b>	<b>Ahkerä</b>	<b>1996</b>
		Sini Kumpulainen, Annika Anttila, Maija Karjalainen, Laura Jääskeläinen	
<b>3x100 m aitaviesti 76,2cm</b>	<b>52,3</b>	<b>Ahkerä</b>	<b>2001</b>
		Noora Pesola, Paula Siltanen, Tanja Rajakko	
<b>4x100 m aitaviesti 76,2cm</b>	<b>71,71</b>	<b>Ahkerä</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		26,86	+1,8 Sini Rajaniemi -04	2017
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) halli *	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		12.12	Tiina Järvinen -04	2017
	halli *	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>Ahkerä</b>	<b>2020</b>
		Ella Väisänen, Silja Niemi, Celina Salonen, Jenni Väänänen	
<b>4x200 m viesti</b> <i>halli *</i>	<b>1.55,44</b>	<b>Ahkerä</b>	<b>2000</b>
		<i>Neea Niemelä, Janita Anttila, Tanja Rajakko, Noora Pesola</i>	
<b>4x300 m viesti</b>	<b>3.19,83</b>	<b>Ahkerä</b>	<b>1989</b>
		Mari Ikäläinen, Crista Kuusisaari, Sanna Somerkoski, Tuula Korkalainen	
<b>3x600 m viesti</b>	<b>5.46,60</b>	<b>Ahkerä</b>	<b>2004</b>
		Janette Heino, Niina Kuusisto, Jenni Harmokivi	
<b>4x600 m viesti</b>	<b>7.12,47</b>	<b>Ahkerä</b>	<b>2017</b>
		Minttu Kaukonen, Ilona Saarikunnas, Rosa Niittyviita, Sini Rajaniemi	
<b>3x800 m viesti</b>	<b>8.02,49</b>	<b>Ahkerä</b>	<b>1988</b>
		Mari Vainikainen, Anita Hietalahti, Johanna Tuominen	
<b>4x800 m viesti</b>	<b>11.10,01</b>	<b>Ahkerä</b>	<b>2000</b>
		Milla Kuronen, Erika Eronen, Kati Lottanen, Minna Kuusisto	
<b>4x60 m aitaviesti 76,2cm</b>	<b>39,70</b>	<b>Ahkerä</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) (6kpl/v.8,00) halli *	9,70 10,99	Helmiina Saarikunnas -06	2018
60m aidat 76,2cm (7kpl/v. 7)	10,21	Hanna Toivonen -79	1991
200 m aid. 76,2cm	31,21	Elina Mantere -84	1996
1500 m esteet 76,2 cm	5.32,37	Helmiina Saarikunnas -06	2018
Korkeus	155	Silja Rönkä -01	2013
Seiväs	261 i	Roosa Kinnunen -01	2013
Pituus	506	Edith Rantala -05	2017
Kolmiloikka	10.41	Noora Pesola -87	1999
Kuula 4kg	7.85	Noora Pesola -87	1999
Kuula 3kg	9.72	Tiina Järvinen -04	2016
Kuula 2,5kg	11.12	Tara Vaittinen -99	2011
	halli *	Tiina Järvinen -04	2016
		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	10.17	Tiina Järvinen -04	2016
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
3000 m ratakävely	16.38,37	Rosa Niittyviita -04	2016
4x100 m viesti	54,4	Ahkera	1981
		Outi Ahokallio, Sari Korvenmäki, Susanna Onnelainen, Mari Kolunen	
4x300 m viesti	3.28,4	Ahkera	1975
		Susan Sihvonen, Taru Hartikainen, Marja Oivo, Laura Karttunen	
4x600 m viesti	7.42,96	Ahkera	2023
		Hertta-Liina Tuominen, Jasmin Redman, Jasmiina Kärkkäinen, Elsa Kempainen	
3x800 m viesti	8.02,49	Ahkera	1996
		Mari Vainikainen, Anita Hietalahti, Johanna Tuominen	
4x800 m viesti	11.17,87	Ahkera	1992
		Jenni Aaltonen, Miila Hyökki, Leeni Kataja, Minna-Maria Sokka	
4x60 m aitaviesti 76,2cm	45,13	Ahkera	2013
		Riina Mantila, Hanna Lammassaari, Silja Rönkä, Anni Sinelampi	

## T 11

60 m	8,65 i	Jenni Väänänen -07	2018
100 m	14,17	Jenni Väänänen -07	2018
150 m	21,36 i	Helmiina Saarikunnas -06	2017
200 m	30,31 i	Helmiina Saarikunnas -06	2017
300 m	48,32	Elsa Kempainen -11	2022
	<i>halli *</i>	<i>Minna-Maria Sokka -81</i>	<i>1992</i>
400 m	47,1	Silja Rönkä -01	2012
600 m	72,5	Helmiina Saarikunnas -06	2017
800 m	1.48,83	Johanna Tuominen -77	1988
	<i>halli *</i>	<i>Johanna Tuominen -77</i>	<i>1988</i>
1000 m	2.31,5	Silja Rönkä -01	2012
2000 m	3.14,89	Rosa Niittyviita -04	2015
3000 m	7.47,09	Rosa Niittyviita -04	2015
40 m aid. 50cm	12.25,85	<i>Janette Heino -91</i>	<i>2002</i>
60 m aid. 76,2cm (7kpl)	6,81	Hanna Toivonen -79	1990
60 m aid. 76,2cm (6kpl)	11,35	Helmiina Saarikunnas -06	2017
60 m aid. 60cm	10,54 i	Helmiina Saarikunnas -06	2017
60 m aid. 50cm	10,04	Janette Heino -91	2002
	<i>halli *</i>	<i>Marjukka Malin -89</i>	<i>2000</i>
Korkeus	10,04	Emma Tuominen -98	2009
Seiväs	145	Edith Rantala -05	2016
Pituus	252	Helmiina Saarikunnas -06	2017
1m ponn.vyöhyke	440 i	Helmiina Saarikunnas -06	2017
Kolmiloikka	467	Tara Vaittinen -99	2010
1m ponn.vyöhyke	8.97	Roosa Villanen -00	2011
Kuula 2,5kg	9.74	Anne Malkavaara -84	1995
	<i>halli *</i>	<i>Minna-Maria Sokka -81</i>	<i>1992</i>
Kuula 2kg	8.60	Hanna Lammassaari -01	2012
Kiekko 1kg	8.69	Anitta Myyrä -66	1977
	10.18		
	19.04		

<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</b> (60 m aj, korkeus, keihäs 400g, 800 m)	<b>1209</b>	<b>Helmiina Saarikunnas -06</b> 10,63 129 15.63 2.47,57	<b>2017</b>
<b>Sisulisä 4-ottelu</b> (60 m, pituus, kuula 2,5kg, 800 m)	<b>1215</b>	<b>Minna-Maria Sokka -81</b> 9,1 395 8.23 2.47,2	<b>1992</b>
<b>Sisulisä 3-ottelu</b> (100 m, pituus, kuula 2,5kg) sarja puuttuu, vanhat pisteet, ero n.600 p.1529		<b>Päivi Räsänen -66</b>	<b>1977</b>
<b>Sisulisä 3-ottelu</b> (60 m, pituus, kuula 2,5kg)	<b>940</b>	<b>Anna-Kaisa Hannula -78</b> 9,40 410 7.74	<b>1989</b>
<b>Sisulisä 3-ottelu</b> (60 m, pituus vyöh., kuula 2kg)	<b>1101</b>	<b>Helmiina Saarikunnas -06</b> 8,89 442 7.81	<b>2017</b>
<i>halli *</i>	<i>1101</i>	<i>Tara Vaittinen -99</i> 9,24 417 9.85	<i>2010</i>
<b>Heitto 4-ottelu</b> (kuula, kiekko, moukari, keihäs)	<b>1547</b>	<b>Jenni Väänänen -07</b> 8.87 24.47 19.72 29.02	<b>2018</b>
<b>Heitto 5-ottelu</b> (kuula, kiekko, moukari, keihäs, paino)	<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> <i>halli *</i>	<b>2.07,52</b>	<b>Ahkera</b> <i>Tiina Leppäkoski, Mariliisa Heininen, Riikka Pihkola, Marjukka Malin</i>	<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>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
	<i>halli</i> *, käsiäjanotto	30,5 i	<i>Tarja Piri -79</i>	1989
300 m		51,3	Tanja Seitsonen -71	1981
400 m		76,08	Helmiina Saarikunnas -06	2015
	<i>halli</i> *	74,19 i	<i>Aino Alaja -85</i>	1995
600 m		1.53,37 (i)	Helmiina Saarikunnas -06	2016
800 m		2.45,10	Minna-Maria Sokka -81	1991
1000 m		3.29,03	Viivi Huovinen -04	2014
40 m aid. 50cm käsiäjanotto		7,5	Janette Heino -91	2000
		7,5	Katri Simola -92	2001
	<i>halli</i>	7,14 i	<i>Janette Heino -91</i>	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		135	Heta Tuuri -95	2005
	<i>halli</i> *	140	<i>Heta Tuuri -95</i>	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
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 Johanna Hemmilä, Annika Anttila, Kirsi Lehtinen, Päivi Hietalahti	1992
4x100 m viesti	61,81	Ahkera Hilla Tuominen, Vilma Ryytty, Janni Savolainen, Olivia Ollikka	2018
4x200 m viesti	2.20,99	Ahkera Johanna Hemmilä, Minna Morosoff, Tea Sihvo, Noora Kuutti	1992
4x400 m viesti	5.13,91	Ahkera Vilja Sormunen, Teija Takala, Aino Alaja, Iina Toivanen	1995
4x600 m viesti	8.54,89	Ahkera Enni Notkonen, Iida Salonen, Minttu Marttila, Meja Koskinen	2019
3x800 m viesti	8.57,6	Ahkera Heidi Westerlund, Minna Vapamaa, Tanja Seitsonen	1981
4x60 m aitaviesti 60cm	46,21	Ahkera Hilla Tuominen, Janni Savolainen, Vilma Ryytty, Olivia Ollikka	2018

## T 9

40 m	6,56	Helmiina Saarikunnas -06	2015
60 m	9,40	Hanna Salomäki -94	2003
100 m	16,08	Vilma Ryytty -08	2017
150 m	23,90	Veera Salomäki -95	2004
	käsiajanotto	Hanna Salomäki -94	2003
	<i>halli *</i>	<i>Hanna Salomäki -94</i>	<i>2003</i>
200 m	33,35	Silja Rönkä -01	2010
	käsiajanotto	Minna-Maria Sokka -81	1990
300 m	53,8	Minna-Maria Sokka -81	1990
400 m	76,08	Helmiina Saarikunnas -06	2015
600 m	1.58,33	Helmiina Saarikunnas -06	2015
800 m	2.52,5	Minna-Maria Sokka -81	1990
	<i>halli *</i>	<i>Minna-Maria Sokka -81</i>	<i>1990</i>
1000 m	3.40,58	Helmiina Saarikunnas -06	2015
40m aid. 50cm käsiajanotto	7,5	Janette Heino -91	2000
	7,5	Katri Simola -92	2001
60 m aid. 60 cm	12,37	Eevi Hautaniemi -10	2019
60 m aid. 50cm	11,31	Emma Tuominen -98	2007
Korkeus	132	Heta Tuuri -95	2004
	<i>halli *</i>	<i>Heta Tuuri -95</i>	<i>2004</i>
Seiväs	160	Säde Tiensuu -92	2001
Pituus	385	Anita Hietalahti -77	1986
	<i>halli *</i>	<i>Anna-Kaisa Hannula -78</i>	<i>1987</i>
1m ponn.vyöhyke	398	Hanna Salomäki -94	2003
Kolmiloikka 1m ponn.vyöhyke	7.65	Helmiina Saarikunnas -06	2015
Kuula 2,5kg	6.29	Kristiina Tapionlinna -71	1980
	<i>halli *</i>	<i>Minna Järvelä -77</i>	<i>1986</i>
Kuula 2kg	7.18	Heta Tuuri -95	2004
	<i>halli *</i>	<i>Heta Tuuri -95</i>	<i>2004</i>

<b>Kiekko 600g</b>	<b>22.28</b>	<b>Heta Tuuri -95</b>	<b>2004</b>
<b>Moukari 2,5kg</b>	<b>16.84</b>	<b>Matilda Suhonen -99</b>	<b>2008</b>
<b>Keihäs 400g</b>	<b>23.12</b>	<b>Kristiina Tapionlinna -71</b>	<b>1980</b>
<b>Junnukeihäs 350 g</b>	<b>20.10</b>	<b>Henna Takki -04</b>	<b>2013</b>
<b>Pallo</b>	<b>35.12</b>	<b>Petra Jaakola -91</b>	<b>2000</b>
<b>Painonheitto 4 kg</b>	<b>5.16</b>	<b>Eevi Hautaniemi -10</b>	<b>2019</b>
<b>Sisulisä 4-ottelu</b> (40 m, korkeus, keihäs, 800 m)	<b>718</b>	<b>Eevi Hautaniemi -10</b> 7,00 109 14.19 3.06,84	<b>2019</b>
<b>Sisulisä 3-ottelu</b> (60 m, pituus, kuula 2,5kg)	<b>648</b>	<b>Anita Hietalahti -77</b> 9,7 362 5.15	<b>1986</b>
<b>Sisulisä 3-ottelu</b> (60 m, pituus vyöh., kuula 2kg)	<b>785</b>	<b>Veera Salomäki -95</b> 6,5 388 5.88	<b>2004</b>
<b>Sisulisä 3-ottelu</b> (40 m, pituus vyöh., pallo)	<b>717</b>	<b>Hanna Salomäki -94</b> 6,4 398 25.11	<b>2003</b>
<b>Heitto 4-ottelu</b> (kuula, kiekko, moukari, keihäs)	<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</b> (kuula, kiekko, moukari, keihäs, paino)	<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</b>	<b>17,0</b>	<b>Minna-Maria Sokka -81</b>	<b>1989</b>
<b>150 m</b>	<b>24,87</b>	<b>Eevi Hautaniemi -10</b>	<b>2018</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>



800 m	3.05,0	Minna-Maria Sokka -81	1989
1000 m	3.55,49	Helmiina Saarikunnas -06	2014
40 m aid. 50cm	8,37	Lumi Terviö -12	2020
60 m aid. 60 cm	13,21	Janni Savolainen -08	2016
60 m aid. 50 cm	halli * 13,01	Katri Simola -92	2000
Korkeus	120	Heta Tuuri -95	2003
Pituus	331	Minna-Maria Sokka -81	1989
	halli * 364	Tea Vihelmaa -80	1988
1m ponn.vyöhyke	370	Heta Tuuri -95	2003
	halli * 377	Veera Salomäki -95	2003
Kolmiloikka 1m ponn.vyöhyke	6.85	Helmiina Saarikunnas -06	2014
Kuula 2,5kg	4.92	Minna-Maria Sokka -81	1989
Kuula 2kg	5.95 i	Enna Pasanen -15	2023
Kiekko 600g	15.78	Juulia Hintsala -12	2020
Moukari 2,5 kg	10.68	Saana Heino -06	2014
Keihäs 400g	19.90	Kristiina Tapionlinna -71	1979
Junnukeihäs 350 g	15.25	Henna Takki -04	2012
Pallo	26.14	Heta Tuuri -95	2003
Painonheitto 4 kg/5,44 kg	3.58	Juulia Hintsala -12	2020
Sisulisä 4-ottelu (40 m, korkeus, keihäs, 800 m)	640	Janni Savolainen -08	2016
		7,07 110 9.83 3.11,86	
Sisulisä 3-ottelu (60 m, pituus, kuula 2,5kg)	472	Minna-Maria Sokka -81	1989
		10,6 300 4.92	
Sisulisä 3-ottelu (40 m, pituus vyöh., kuula 2kg)	608	Eevi Hautaniemi -10	2018
		6,89 317 5.07	
Sisulisä 3-ottelu (40 m, pituus vyöh., pallo)	534	Heta Tuuri -95	2003
		6,9 365 21.73	
Heitto 4-ottelu (kuula, kiekko, moukari, keihäs)	505	Juulia Hintsala -12	2020
		4.40 14.45 10.07 8.40	
Heitto 5-ottelu (kuula, kiekko, moukari, keihäs, paino)	598	Juulia Hintsala -12	2020
		4.40 14.45 10.07 8.40 3.24	
1000 m ratakävely	7.04,3	Katri Ojala -84	1992

halli \* = Ennen vuotta 2016 tehty hallitulos. Vuodesta 2016 alkaen hallitulokset on hyväksytty tasavertaisina ennätystuloksiksi.