KAIPOLAN VIREEN SEURAENNÄTYKSET

MK päivitetty 23.10.26

MIEHET JA POJAT

Vuonna 2026 tehdyt ennätykset punaisella

Ennätys tehty hallissa = Tulos sinisellä

40M

P9	6,69	Paavo Honkanen		pm	Jyväskylä	29.3.2003

60m

P13	8.10 1.8	Juha Korhonen	26.1.85		Ähtäri	30.8.1998
P12	8,2h	Juha Korhonen	26.1.85			1997
P11	8,68	Pyry Rosala	9.3.87		Laukaa	2.8.1999
P10	8,9h	Juha Olava	27.7.71	kans	Ylöjärvi	19.7.1981
P10	8,9h	Jarkko Siitarinen	15.5.71			1981
P9	9.61	Paavo Honkanen	27.1.94	KLLpim	Jyväskylä	11.9.2003

100m

M yl	10.63 0.8	Kristian Pulli	2.9.94	karn	Jämsä/J	30.6.2019
M22	10.64 1.2	Kristian Pulli	2.9.94	SM	Lappeenranta	6.8.2016
M19	10.89 2.0	Kristian Pulli	2.9.94	kaup.mest	Tampere	13.6.2013
M18	11.16 -0.1	Kristian Pulli	2.9.94	hämeg	Riihimäki	24.7.2012
M17	11.23 1.3	Juha Korhonen	26.1.85	SM	Äänekoski	18.8.2002
M16	11.52 1.2	Juha Korhonen	26.1.85	SM	Hyvinkää	19.8.2001
P15	11.78 1.6	Juha Korhonen	26.1.85		Kalajoki	10.9.2000
P14	12.28 2.0	Juha Korhonen	26.1.85	ne	Jyväskylä	7.7.1999
P13	12.92 0.4	Juho Mäkelä	7.4.87	ka	Äänekoski	9.8.2000
P12	13,2h	Juha Olava	27.7.71			1983

150m

P11	21.62 0.6	Hermanni Harju	9.2.89	ne	Valkeakoski	13.8.2000
P11	20.8h	Hermanni Harju	9.2.89	so	Karstula	5.6.2000
P10	22.73	Taavi Moisio	16.9.96	pim	Karstula	6.8.2006
P9	24.14	Paavo Honkanen				2003

200m

Yl	21.8h	Teuvo Kuivaniemi	23.11.43		Saarijärvi	25.6.1967
M22	22.1h	Juhani Kotikoski	24.4.45		Helsinki	29.6.1966
M19	22.8h	Matti Olava		kans	Kaipola	27.7.1965
M18	22,8h	Matti Olava		pm	Laukaa	21.7.1965
M17	23,33	Juha Korhonen	26.1.85		Saarijärvi	24.7.2002
M16	24.37 -0.3	Juho Mäkelä	7.4.87	pim	Saarijärvi	24.7.2002
P15	24.37 -0.3	Juho Mäkelä	7.4.87	pim	Saarijärvi	24.7.2002
P14	25.83 0.3	Juho Mäkelä	7.4.87		Jämsä	29.8.2000
P13	25.83 0.3	Juho Mäkelä	7.4.87		Jämsä	29.8.2000
P12	28.73	Pyry Rosala	9.3.87	pm	Laukaa	3.8.1999
P11	31,62	Jouni Heinonen				1994
P10	31,62	Jouni Heinonen				1994

300m

M17	36.7h	Matti Olava	20.9.47			1964
M16	38.2	Jarmo Uotila		SM	Ylivieska	25.7.1970
P15	39.78	Juho Mäkelä	7.4.87	SM	Raisio	19.8.2001
P14	39.78	Juho Mäkelä	7.4.87	SM	Raisio	19.8.2001
P13	43,6h	Juha Olava	27.7.71	kans	Helsinki	9.7.1983
P12	43,6h	Juha Olava	27.7.71	kans	Helsinki	9.7.1983
P11	48,0h	Juha Olava	27.7.71	kans	Kyröskoski	19.9.1989

400m

Yl	48,7h	Juhani Kotikoski	24.4.45		Nokia	4.9.1966
M22	48,7h	Juhani Kotikoski	24.4.45		Nokia	4.9.1966
M19	49,9h	Matti Olava	20.9.47		Laukaa	24.7.1966
M18	50,8h	Matti Olava	20.7.47		Nivala	25.7.1965
M17	55,3h	Jarmo Uotila				1970
M16	55,3h	Jarmo Uotila				1970
P11	71.08	Kosti Moisio	1.10.06	kultapö.k	Akaa/V	25.7.2017
P10	**77.72**	Paavo Honkanen			Jyväskylä	29.3.2003
P9	**77.72**	Paavo Honkanen			Jyväskylä	29.3.2003

600m

P14	1:34.00	Juho Sanaslahti	30.6.90	syysk	Jyväskylä	7.9.2004
P13	1:38.33	Juho Sanaslahti	30.6.90	am	Jyväskylä	30.8.2003
P12	1:46.76	Juho Sanaslahti	30.6.90	hannes	Kuopio	28.7.2002
P11	1:49.52	Hermanni Harju	9.2.89	pm	Viitasaari	29.7.2000
P10	**1:55.64**	Hermanni Harju	9.2.89	pm	Jyväskylä	25.3.2000
P9	2:00.06	Paavo Honkanen	27.1.94	KLLpm	Jyväskylä	11.9.2003

800m

Yl	1:48.0h	Olavi Salonen	20.12.33		Lahti	14.8.1962
M22	1:52.0h	Voitto Koskinen	27.9.42		Valkeakoski	20.9.1964
M19	1.59,7	Tarmo Mäkinen				1971
M17	2.05,6	Tuomo Reijonen				1971
M16	2.05,8	Jarmo Uotila		SM	Ylivieska	25.7.1970
P15	2:10.60	Juho Sanaslahti	30.6.90	ka	Saarijärvi	26.6.2005
P14	2:15.81	Juho Sanaslahti	30.6.90	ka	Jyväskylä	30.6.2004
P13	2:24.24	Juho Sanaslahti	30.6.90	juhann	Saarijärvi	21.6.2003
P12	2.35,20	Ilkka Heinonen				1995
P11	2:35.40	Aapo Virkajärvi	14.3.07	sem	Mänttä-Vilpp	29.8.2018
P10	2:36.05	Aapo Virkajärvi	14.3.07	90juhla	Joutsa	24.7.2017

1000m

Yl	2:19.4h	Olavi Salonen	20.12.33	ka	Turku	19.9.1958
P15	2.47,5	Tuomo Reijonen				1975
P14	2.47,5	Tuomo Reijonen				1975
P13	3:06.89	Aapo Virkajärvi	14.3.07	pim	Jyväskylä	28.7.2019
P12	3:06.89	Aapo Virkajärvi	14.3.07	pim	Jyväskylä	28.7.2019
P11	3.15,36	Marko Kallio				1982
P10	3:18.82	Aapo Virkajärvi	14.3.07	reilucup	Lahti/R	25.7.2017
P9	3:25.83	Aapo Virkajärvi	1.1.07	vattenfall	Valkeakoski	3.9.2015

1500

Yl	3.40,2 ME	Olavi Salonen	20.12.33	kv	Turku	11.7.1957
M22	3:50.0h	Seppo Nikkari	6.2.48	kv	Jämsä	19.8.1970
M21	3.57,5	Tarmo Mäkinen	23.1.54		Tampere	6.8.1975
M19	4.02,4	Petri Hakanen				1986
M18	4.04,6	Tarmo Mäkinen	23.1.54		Turku	19.7.1972
M17	4.13,9	Erkki Mäntylä				1978
P13	4:59.73	Juho Sanaslahti	30.6.90	karn	Jämsä	26.6.2003
P12	5:01.9h	Juho Sanaslahti	30.6.90	karn	Jämsä	28.6.2002

MAILI

Yl	3:59.1h	Olavi Salonen	20.12.33		Helsinki	21.8.1962

2000m

Yl	5:12.8h	Esko Sirén	3.10.38		Laukaa	21.7.1 1981
P14	6:10.4h	Tuomo Reijonen		SM	Helsinki	14.9.1975
P13	6:51.31	Aapo Virkajärvi	14.3.07	sem	Tammela	16.7.2020
P12	7:07.60	Aapo Virkajärvi	14.3.07	paunu g	Jämsä	24.7.2019

3000m

Yl	7:56.6 SE	Jouko Kuha	30.9.39	kv	Helsinki	30.7.1968
M22	8:06.8h	Seppo Nikkari	6.2.48	ka	Helsinki/V	27.7.1970
M19	8.43.8	Tarmo Mäkinen	23.1.1954		Äänekoski	25.8.1975
M18	8.43.8	Tarmo Mäkinen	23.1.1954		Äänekoski	25.8.1975
M17	8.43.8	Tarmo Mäkinen	23.1.1954		Äänekoski	25.8.1975
M16	9.12,0	Erkki Mäntylä				1978

5000m

Yl	13:38,6	Seppo Nikkari	6.2.48		Helsinki	30.7.1973
M22	13:51.0h	Seppo Nikkari	6.2.48	kv	Imatra	31.8.1970
M19	15.09,2	Erkki Mäntylä			Jämsänkoski	106. 1980

10000m

Yl	28.25,6	Seppo Nikkari	6.2.48		Stockholm	1.9.1973
M22	29:08.2h	Seppo Nikkari	6.2.48	kv	Warszawa POL	1.5.1970

Miehet 10 km tiejuoksu

Yl	**29:56**	**Juho Ylinen**	**28.10.1997**	**Santa Pola ESP**	**18.1.2026**

20000m

Yl	59.46.4	Seppo Nikkari	6.2.48	Jyväskylä	14.10.1973

25000m

Yl	1 .14.55.6 ME	Seppo Nikkari	6.2.48	Jyväskylä	14.10.1973

TUNNINJUOKSU

Yl	20092m	Seppo Nikkari	6.2.48	Jyväskylä	14.10.1973

15 Mailia

Yl	1.22.22.6	Seppo Nikkari	6.2.48	Jyväskylä	14.10.1973

Puolimaraton

Yl	**1:06:54**	**Juho Ylinen**	**28.10.1997**	**SM**	**Pyhtää**	**25.4.2026**

MARATON

Yl	2:14:02.8	Seppo Nikkari	6.2.48	kv	Fukuoka JPN	3.12.1972

60m aj

P13	10.35	1.3	Kai-Markus Lehtimäki	2.9.94	Vatfal	Saarijärvi	23.7.2008
P13	11,03		Juho Mäkelä (7 aitaa)				2000
P12	10.95		Kai-Markus Lehtimäki	14.6.95	seuracup	Jämsänkoski	20.6.2007
P12	11.36	2.2	Kristian Pulli (7 aitaa)	2.9.94	karn	Jämsänkosk i	29.6.2006

60m aj 7 aitaa

P11	11.04	0.0	Taavi Moisio (60cm)	16.9.96	karn	Jämsänkoski	28.6.2007
P11	10.65	-0.4	Kristian Pulli (50cm)	2.9.94	karn	Jämsänkoski	30.6.2005
P10	11.04	0.0	Taavi Moisio (60cm)	16.9.96	karn	Jämsänkoski	28.6.2007
P10	11,7h		Hermanni Harju (50cm)				1999

80m aj

P15	12,13	Pasi Västinen	1988
P14	12,13	Pasi Västinen	1988
P13	14,0h	Pasi Västinen	1987

100m aj

M19	14,71		Jussi Sinisalo			Laukaa	3.9.1995
M17	14,71		Jussi Sinisalo			Laukaa	3.9.1995
P15	15.52	1.4	Lauri Koivisto	19.4.00	vattenfall	Varkaus	29.8.2015

110m aj

Yl	15,4h	Tapani Ilkka	8.8.41		Mikkeli	27.8.1967
M19	16,0h	Heikki Aho				1977

200m aj

Yl	24,7h	Tapani Ilkka	8.8.41		Heinola	24.9.1967
P15	29,33	Juho Sanaslahti	30.6.90			2005

300m aj

M17	41,07	Jussi Sinisalo		SM	Hyvinkää	20.8.1995

400m aj

Yl	52,5h	Tapani Ilkka	8.8.41	mo	Stockholm	5.9.1965
M22	57,0h	Jarko Roponen		pm	Karstula	23.7.1989
M20	57,0h	Jarko Roponen		pm	Karstula	23.7.1989
M19	57,66	Jarko Roponen		pm	Pihtipudas	31.7.1988

1500m ej

M19	4.35,8	Erkki Mäntylä				1979
M17	4.53,0	Hannu Reijonen				1974
P15	5.07,28	Aapo Virkajärvi	14.3.07	Tilastopaja	Turku	28.7.2020
P14	5.07,28	Aapo Virkajärvi	14.3.07	Tilastopaja	Turku	28.7.2020
P13	5.07,28	Aapo Virkajärvi	14.3.07	Tilastopaja	Turku	28.7.2020

2000m ej

M19	6.13,6	Seppo Laaksonen	2.5.49		Varkaus	1.7.1967
M18	6.13,6	Seppo Laaksonen	2.5.49		Varkaus	1.7.1967
M17	7:49.01	Juho Virkajärvi	4.1.04	aluem	Kauhava	11.7.2020
M16	7:49.01	Juho Virkajärvi	4.1.04	aluem	Kauhava	11.7.2020

3000m ej

Yl	8:24.2	ME Jouko Kuha	30.9.39	kv	Stockholm	17.7.1968
M22	9:02.4h	Esko Sirén	3.10.38	SM	Hämeenlinna	14.8.1960

KORKEUS

Yl	192	Heikki Aho				1977
M22	192	Heikki Aho				1977
M19	185	Juho Sanaslahti	30.6.90	pim	Saarijärvi	25.7.2007
M17	185	Juho Sanaslahti	30.6.90	pim	Saarijärvi	25.7.2007
M16	1.75	Oskari Marjakoski	15.10.00	pk	Orivesi	14.7.2016
P15	171	Olli Horttana	10.1.8	koulu	Äänekoski	27.8.1998
P14	150	Pasi Västinen				1987
P13	146	Jouni Heinonen				1996
P12	146	Jouni Heinonen				1996
P11	140	Jouni Heinonen				1995
P10	1.35	Jouni Heinonen	5.2.84	pim	Jyväskylä	30.7.1994
P9	117	Jouni Heinonen				1993

Seiväs

M yl.	3.80	Pekka Vihmalo	47	?	1964
M22.	3.80	Pekka Vihmalo	47	?	1964
M19.	3.80	Pekka Vihmalo	47	?	1964

M 17.	3.80	Pekka Vihmalo	47	?		1964
M16	2.90	Oskari Marjakoski	15.10.00	SM	Joensuu	28.8.2016
P15	2.85	Juho Virkajärvi	4.1.04	SM	Lahti	11.8.2019
P14	2.75	Juho Virkajärvi	4.1.04	paunucup	Jämsä	14.8.2018
P13	2.34	Aapo Virkajärvi	14.3.07	pim	Jyväskylä	28.7.2019
P12	2.34	Aapo Virkajärvi	14.3.07	pim	Jyväskylä	28.7.2019
P11	2.00	Aapo Virkajärvi	14.3.07	pk	Orivesi	31.5.2018 .
P10	1.90	Aapo Virkajärvi	14.3.07	pim	Saarijärvi	12.8.2017
P9	1.50	Kristian Pulli	2.9.94	pk	Himanka	22.8.2003

PITUUS

M yl	8.07	-0.6	Kristian Pulli	2.9.94	card	Monachil ESP	7.7.2017
M22	7.92	0.6	Kristian Pulli	2.9.94	acnw lea	Potchefstroom RSA	26.1.2016
M19	769	0.9	Kristian Pulli	2.9.94	PM	Espoo/Le	17.8.2013
M18	751	1.8	Kristian Pulli	2.9.94	karn	Jämsä	14.6.2012
M17	708	0.4	Kristian Pulli	2.9.94	SM	Jyväskylä	13.8.2011
M16	668	0.3	Kristian Pulli	2.9.94	SM	Tampere	14.8.2010
P15	613	0.4	Juha Korhonen	26.1.85	SM	Pello	13.8.2000
P14	547	-1.5	Juha Korhonen	26.1.85	pm	Laukaa	3.8.1999
P13	524		Juha Korhonen			Ähtäri	30.8.1998
P12	494		Juha Korhonen				1997

Pituus vyöhyke

P11	442	Taavi Moisio	16.9.96	karn	Jämsä	30.6.2007
P10	421	Jouni Heinonen				1994
P9	**388**	Kristian Pulli		pm	Jyväskylä	15.11.2004

3- loikka

M yl	16.07	0.1	Kristian Pulli	2.9.94		Kuortane	13.7.2014
M22	16.07	0.1	Kristian Pulli	2.9.94		Kuortane	13.7.2014
M19	15.91	2.0	Kristian Pulli	2.9.94	SM	Vaasa	28.7.2013
M18	15.59	0.7	Kristian Pulli	2.9.94	SM	Lahti	26.8.2012
M17	14.9 6	1.1	Kristian Pulli	2.9.94	mo	Espoo/Le	10.9.2011
M16	14.19	0.1	Kristian Pulli	2.9.94	mo	Espoo/Le	28.8.2010
P15	12.83	0.2	Kristian Pulli	2.9.94	SM	Harjavalta	14.8.2009
P14	12.43	-1.4	Juho Sanaslahti	30.6.90	SM	Veteli	14.8.2004
P13	10.58	1.3	Juho Sanaslahti	30.6.90	hämeg	Riihimäki	12.7.2003
P12	10.07		Juho Sanaslahti	30.6.90	am	Ylivieska	31.8.2002

3- loikka vyöhyke

P11	8.91	Kristian Pulli	2.9.94	seuracup	Jämsä/K	13.7.2005
P10	7.98	Aapo Virkajärvi	14.3.07	pim	Saarijärvi	13.8.2017
P9	6.73	Juho Virkajärvi	4.1.04	paunucup	Jämsä	25.7.2012

KUULA 7260g

Yl	16.20	Mika Koskinen	15.6.72		Mänttä	9.9.1991
M22	16.20	Mika Koskinen	15.6.72		Mänttä	9.9.1991
M19	16.20	Mika Koskinen	15.6.72		Mänttä	9.9.1991

Kuula 6000g (6250g)

M19	15.82(6250)	Mika Koskinen	15.6.72		Orimattila	11.8-1990
M18	15.82(6250)	Mika Koskinen	15.6.72		Orimattila	11.8-1990

Kuula 5000g (5440g)

M17	14.21(5440)	Kari Kontiokorpi				1963
M16	14.21(5440)	Kari Kontiokorpi				1963

Kuula 4000g

P15	14.12	Mika Koskinen	15.6.72			1986

P14	14.12	Mika Koskinen	15.6.72			1986

Kuula 3000g

P13	13.03	Toni Ruth			Jämsänkoski	4.6.1998
P12	11.0	Toni Ruth			Haapajärvi	23.81997

Kuula 2500g

P11	9.18	Aleksi Ekosaari				1996
P10	9.18	Tuomo Reijonen				1971

Kuula 2000g

P9	6.53	Eeli Koskinen	9.5.05 2-9	syyshe	Jämsä/J	14.9.2014

KIEKKO 2kg

Yl	45.41	Aarno Majamaa				1960
M22	38.20	Mika Koskinen	15.6.72			1990

Kiekko 1750g

M19	38.20	Mika Koskinen	15.6.72			1990
M18	38.20	Mika Koskinen	15.6.72			1990

Kiekko 1500g

M17	39.07	Simo Piirainen	23.5.04	kolmikunta	Jämsä	15.7.2020
M16	39.07	Simo Piirainen	23.5.04	kolmikunta	Jämsä	15.7.2020

Kiekko 1000g

P15	46.82	Simo Piirainen	23.5.04	kiekumo	Virrat	19.5.2019
P14	41.69	Simo Piirainen	23.5.04	paunucup	Jämsä	14.8.2018

Kiekko 750g

P13	34.85	Toni Ruth				1998
P12	30.26	Lauri Koivisto	19.4.00	paunucup	Jämsä	22.8.2012

Kiekko 600g

P11	26.31	Valtteri Mäkinen	3.1.00	kyvyt	Leppävirta	11.9.2011
P10	22.26	Valtteri Mäkinen	3.1.00	80juhla	Jämsä/J	11.9.2010
P9	17.74	Jouni Heinonen				1983

Moukari 7260g

M yl	53.63	Simo Piirainen	23.5.04	heittok	Jyväskylä/V 24.9.2022
M22	53.63	Simo Piirainen	23.5.04	heittok	Jyväskylä/V 24.9.2022
M19	53.63	Simo Piirainen	23.5.04	heittok	Jyväskylä/V 24.9.2022
M18	53.63	Simo Piirainen	23.5.04	heittok	Jyväskylä/V 24.9.2022
M17	51.88	Simo Piirainen	23.5.04	moukarik	Petäjävesi 3.10.2021
M16	47.00	Simo Piirainen	23.5.04	moukarik	Petäjävesi 20.9.2020

Moukari 6000g

M19	62.22	Simo Piirainen	23.5.04	SM	Vaasa	27.8.2022
M18	62.22	Simo Piirainen	23.5.04	SM	Vaasa	27.8.2022
M17	60.81	Simo Piirainen	23.5.04	sem	Tampere/Ph	26.9.2021

MOUKARI 5000g

M17	68.34	Simo Piirainen	23.5.04	pk	Virrat	28.7.2021
M16	65.70	Simo Piirainen	23.5.04	heittok	Jyväskylä	23.9.2020
P15	55.06	Simo Piirainen	23.5.04	paunu g	Jämsä	11.9.2019
P14	49.21	Konsta Hämelehto	21.4.09	ennät.m	Alavus/T	9.9.2023

Moukari 4000g

P15	63.23	Simo Piirainen	23.5.04	pk	Orivesi	1.8.2019
P14	58.03	Simo Piirainen	23.5.04	SM	Saarijärvi	10.8.2018
P13	45.30	Konsta Hämelehto	21.4.09	ekin muistok	Alavus/T	21.8.2022
P12	34.22	Konsta Hämelehto	21.4.09	moukarik	Petäjävesi	3.10.

Moukari 3000g

P13	54.21	Konsta Hämelehto	21.4.09	heitto-ott	Lahti/N	28.8.2022
P12	44.74	Konsta Hämelehto	21.4.09	pk	Orivesi	9.9.2021

Moukari 2500g

P11	26.27	Konsta Hämelehto	21.4.09	heittok	Jyväskylä	23.9.2020
P10	18.17	Valtteri Mäkinen	3.1.00	reilucup	Lahti	18.9.2010
P9	14.37	Konsta Hämelehto	21.4.09	järvit.cup	Keuruu	4.9.2018

KEIHÄS 800g

Myl	72.40	Timo Vilkki	22.11.76	pim	Kotka/K	1.8.2001
M22	71.87	Timo Vilkki	22.11.76	ka	Pihtipudas	2.7.1998
M19	57.20	Johannes Heinonen				1984

KEIHÄS 700G

M17	54.94	Jouko Koivisto	83	pim	Jämsä	27.7.2000
M16	42.56	Lauri Koivisto	19.4.00	vattenfall	Saarijärvi	10.8.2016

KEIHÄS 600G

P15	54.72	Teemu Hautaniemi				1990
P14	44.60	Teemu Hautaniemi				1989

KEIHÄS 400G

P13	44.51	Toni Ruth				1998
P12	36.98	Teemu Hautaniemi				1987
P11	34.71	Taavi Moisio	16.9.96	vattenf	Jämsänkoski	20.8.2007
P10	29.00	Jari Latukka				1981
P9	23.66	Kristian Pulli	2.9.94	pk	Himanka	22.8.2003

PAINONHEITTO 4,0 kg

P9	**5.05**	**Jalmari Jokiperä**	**23.5.2018**	**heittok**	**Lahti/N**	**5.9.2026**

PAINONHEITTO 7.26 kg

P13	12,63	Konsta Hämelehto	21.4.09	heitto-ott	Lahti	28.8.2022

---

4 x 50m

P11	30,85	Kai-Markus Lehtimäki, Kristian Pulli Olli Kainulainen, Paavo Honkanen				2004
P9	34,13	Luukas Jokela, Tuomas Rauhala Simo Piirainen, Juho Virkajärvi		pim	Viitasaari	17.8.2013

---

4 x 100m

Yl	43,3h	Teuvo Kuivaniemi, Heikki Hurme Matti Olava, Voitto Koskinen				1966
M19	45,12	Jari Latukka, Jarko Roponen Pasi Västinen, Jarkko Siitarinen				1989
M18	46,7h	Seppo Mäkelä, Juhani Aho Jyrki Ahonen, Jarmo Uusitalo				1973
M17	49,54	Henri Palmroth, Juho Mäkelä				2002

		Mikko Merisalo, Juha Korhonen			
P15	50.59	Valtteri Gråsten, Lauri Koivisto	pim	Jämsä	30.8.2015
		Aleksi Kotalahti, Oskari Marjakoski			
P13	54,92	Hermanni Harju, Ville Pohjalainen			2002
		Atte Puronaho, Toto Kemppainen			
P11	61,9h	Juha Olava, Marko Kallio			1981
		Jari Ilmonen, Jarkko Siitarinen			

4 x 300m

M17	2.53,3	Sami Kotkajuuri, Jarmo Huttunen			1982
		Ali Nieminen, Harri Aalton			

4 x 400m

Yl	3.16,2	Teuvo Kuivaniemi, Tapani Ilkka			1966
		Voitto Koskinen, Juhani Kotikoski			
M19	3.33,57	Jarmo Huttunen, Petri Hakanen			1985
		Ali Nieminen, Pasi Kukkola			
P10	5.22,72	Erno Mäkelä, Joonas Asala			1995
		Johan Asala, Jouni Heinonen			
P9	5.37,74	Elias Ruokostenpohja, Venne Palsinajärvi,	pm	Keuruu	28.8.2016
		Topi Manninen, Aapo Virkajärvi			

---

4 x 600m

P13	7.17,07	Atte Puronaho, Ossi Honkanen			2003
		Toto Kemppainen, Juho Sanaslahti			
P11	8.25,72	Lauri Koivisto, Eero Kainulainen	pm	Pihtipudas	27.8.201
		Aleksi Turkkila Valtteri Mäkinen			

4 x 800m

Yl	7.32,8 SE	Matti Huttunen, Esko Siren			1963
		Olavi Lintunen, Olavi Salonen			
M19	8.34,8	Ali Nieminen, Petri Hakanen			1984
		Mika Karjalainen, Harri Aaltonen			
M17	8.54,2 ?				1975
M16	9.06,03	Sami Kotkajuuri, Kalle Uronen			1983
		Timo Rauhala, Ali Nieminen			
P15	9.51,7 ?				1974
P13	10.54,7 ?				1972
P11	12.02,4	Mikko Kiiski, Tuomas Lahti			1989
		Timo Pynnönen, Marko Rantanen			

4 x 1500m

Yl	15.29,2 SE	Niilo Kortelainen, Rauno Kotkajuuri			1966
		Jouko Kuha, Mikko Ala-Leppilampi			
M20	17.05,9	Harri Peippo, Jouko Rauhala			1980
		Markus Siitonen, Erkki Mäntyl			

4 x 60m aj

P13	45,44	Atte Puronaho, Juho Sanaslahti,			2003
		Ossi Honkanen, Toto Kemppainen			

4 x 80m aj

P15	53.49	Lauri Koivisto, Aleksi Kotalahti,	pim	Jämsä	30.8.2015
		Valtteri Gråsten, Oskari Marjakoski			

---

4 x 100m aj

M17	72.39	Lauri Koivisto, Aleksi Kotalahti, Valtteri Gråsten, Oskari Marjakoski	aluem	Saarijärvi	20.6.2016

KYMMENOTTELU (100m, pituus, kuula, korkeus, 400m, 110m aj, kiekko, seiväs, keihäs, 1500m)

Yl	5872	Jukka Savio	1975
M22	5872	Jukka Savio	1975
M19	5502	Jussi Sinisalo	1995
M17	5502	Jussi Sinisalo	1995

12,06, 614, 11.94, 164, 54,72, 14,71, 29.80, 310. 36.02, 4.41,39

Viisiottelu (100 m aj, pituus, keihäs, seiväs, 1000 m)

Huom 15 – 9 ikäisten otteluissa vaihtelua lajeissa ja pistetaulukossa

P15	2455	Juho Sanaslahti	30.6.90	pim	Saarijärvi	29.8.2005
P14	2404	Pasi Västinen				-87
P13	2210	Ilkka Heinonen				-95

Neliottelu (60m aj, pituus, kuula, 800m)

P13	1795	Juho Mäkelä	7.4.87	pim	Laukaa	5.8.2000

11.3h/-0.4 1.35(korkeus), 11.83 1:42.78 (600m)

P12	1488	Jouni Heinonen	-96
P11	1997	Jouni Heinonen (vanha pistetaulukko)	-95

Kolmiottelu (60m, pituus, kuula)

P11	1056	Taavi Moisio	pim	Saarijärvi	25.8.2007

9,04 4,42 7,59

KÄVELYT

3000m

M17	17.55,7	Jouni Heinonen	1999
P15	17.55,7	Jouni Heinonen	1999
P14	20.06,5	Ilkka Heinonen	1996

2000m

P13	12.27,6	Anssi Pentsinen			1999
P12	13.10,53	Olli Huttunen	pm	Laukaa	2.8.1999

1000m

P11	5.29,1	Markus Jaakkola			2005
P10	6.22,05	Niko Salo			1999

800m

P9	**6:08.95**	**Jalmari Jokiperä**	**23.05.2018**	**Kävelyilta**	**Heinola**	**2.9.2026**

600m

P9	3.43,1	Niko Salo		pm	Äänekosk	1.8.1998

NAISET JA TYTÖT

40m

T9	6.47	pe	Riina Jormakka	3.1.96	Jämsä	25.8.2005

60m

T13	8.27	2.3	Nelli Flyktman	10.2.08	karn	Jämsä/J	4.7.2021
T13	8.27	3.6	Olivia Asikainen	26.1.04	vattenfall	Jämsä	15.6.2016
T12	8.27	3.6	Olivia Asikainen	26.1.04	vattenfall	Jämsä	15.6.2016
T11	8.75		Nelli Flyktman	10.2.08	auliksen o	Jämsä	18.8.2019

T10	9.02	Riina Jormakka	3.1.96	pim	Viitasaari	2.9.2006
T9	9.47	Riina Jormakka	3.1.96	KLLpm	Jämsä	14.9.2005

100m

N yl	**11.51**	**+1.8**	**Tessa Moisio**	**04.05.2003**	**motonet gp**	**Kuortane**	**20.6.2026**
N22	11.75	1.2	Tessa Moisio	4.5.03	motonet g	Joensuu	12.7.2025
N19	12.30	0.7	Marjo Ropponen	4.3.82	karn	Jämsänkoski	29.7.2001
N18	12.39	1.1	Nelli Flyktman	10.2.08	auliksen oly	Jämsä	18.8.2024
N17	12.39	1.1	Nelli Flyktman	10.2.08	auliksen oly	Jämsä	18.8.2024
N16	12.39	1.1	Nelli Flyktman	10.2.08	auliksen oly	Jämsä	18.8.2024
T15	12.57	1.1	Nelli Flyktman	10.2.08	motonet gp	Jyväskylä	7.6.2023
T14	12.75	-0.1	Nelli Flyktman	10.2.08	karn	Jämsä/J	3.7.2022
T13	13.60	1.1	Nelli Flyktman	10.2.08	kuntaott	Orivesi 20.7.	14.07 -21
T12	14,07	0.9	Nelli Flyktman	10.2.08	seuracup	Jyväskylä	12.8.20
T12	13,9h		Kaisa Kontiokorpi				1985
T11	14,49	0,7	Nelli Flyktman		kaup.mest	Mänttä	7.8.2019

150m

N yl	18.15	1.5	Tessa Moisio	4.5.03	harjucup	Jyväskylä	15.5.2024
N22	18.15	1.5	Tessa Moisio	4.5.03	harjucup	Jyväskylä	15.5.2024
N16	19.21	0.0	Pinja Hirvilahti	8.2.00	aluek	Jyväskylä	24.5.2016
T15	**19.72**		Nelli Flyktman	10.2.08	junior im	Jyväskylä	25.2.2023
T11	22.14	-0.2	Nelli Flyktman	10.2.08	pk	Jyväskylä	28.7.2019
T11	22.14	-1.5	Olivia Asikainen	26.1.04	vattenfall	Pihtipudas	28.7.2015
T10	22.89	1.0	Nelli Flyktman	10.2.08	seuracup	Valkeakoski	1.9.2018
T9	23.99		Roosa Lindfors	5.2.98	elok	Jyväskylä	14.8.2007

200m

N yl	23.94	-0.2	Tessa Moisio	4.5.03	SM	Helsinki/E	17.8.2025
N22	23.94	-0.2	Tessa Moisio	4.5.03	SM	Helsinki/E	17.8.2025
N19	25.39	0.5	Marjo Ropponen	4.3.82	ne	Helsinki/E	21.8.2001
N18	26.08	-1.6	Pinja Hirvilahti	8.2.00	vattenfall	Valkeakoski	3.9.2016
N17	26.08	-1.6	Pinja Hirvilahti	8.2.00	vattenfall	Valkeakoski	3.9.2016
N16	26.08	-1.6	Pinja Hirvilahti	8.2.00	vattenfall	Valkeakoski	3.9.2016
N15	27,03	1.8	Noora Gustafsson		pm	Jyväskylä	1.8.1992
T14	**27.30**		Olivia Asikainen	26.1.04		Jyväskylä	24.3.2018
T13	27.45	1.2	Olivia Asikainen	26.1.04	paunucup	Jämsä	12.7.2017
T12	27.63	0.2	Olivia Asikainen	26.1.04	paunucup	Jämsä	13.7.2016
T11	31,31		Mari Järvinen	25.3.77			1987
T10	31,31		Mari Järvinen	25.3.77			1987
T9	38.25		Tilda Jokiperä	22.9.16	suojan k	Orivesi	10.07.2025

300m

N17	41.80	Pinja Hirvilahti	8.2.00	karn	Jämsä/J	10.7.2016
N16	41.80	Pinja Hirvilahti	8.2.00	karn	Jämsä/J	10.7.2016
T15	42.99	Tessa Moisio	4.5.03	KLL	Hämeenlinna	16.9.2018
T14	43,29	Noora Gustafsson		SM	Tampere	25.8.1991
T13	44,3h	Mari Järvinen				1990
T12	46,02	Mari Järvinen				1989
T11	47,57	Mari Järvinen				1988

400m

N yl	56.83	Tessa Moisio	4.5.03	häme g	Riihimäki	21.7.2025
N22	56.83	Tessa Moisio	4.5.03	häme g	Riihimäki	21.7.2025

N19	58.7h	Sanni Luhtala				1985
N18	58.99	Virpi Lankinen	26.3.66		Karstula	21.8.1983
N17	58.99	Virpi Lankinen	26.3.66		Karstula	21.8.1983
N18	58.99	Pinja Hirvilahti	8.2.00	SM	Kajaani	19.8.2016
N17	58.99	Pinja Hirvilahti	8.2.00	SM	Kajaani	19.8.2016
N16	58.99	Pinja Hirvilahti	8.2.00	SM	Kajaani	19.8.2016
T15	61.31	Noora Gustafsson		ka	Äänekoski	28.5.1992
T11	75,04	Pinja Hirvilahti		Paunucup	Jämsä	3.8.2011
T10	**80.01**	**Tilda Jokiperä**	**22.09.2016**	**Hipposhalli 1**	**Jyväskylä**	**17.1.2026**
T9	80.79	Pinja Hirvilahti	8.2.00	pk	Jyväskylä	21.03.2009

600m

N17	1:43.09	Venla Marjanen	6.10.02	toukok.k	Jyväskylä	23.05.2019
T13	1:50.05	Venla Marjanen	6.10.02	toukok.k	Jyväskylä	26.5.2015
T12	1:52.54	Sini Sanaslahti	14.10.95	häme g	Janakkala	14.7.2007
T11	1:54.84	Sini Sanaslahti	14.10.95	syysk	Jyväskylä	7.9.2006
T10	1.58,1	Sini Sanaslahti				2005
T9	2:04.22	Sini Sanaslahti	14.10.95	karn	Jämsä	9.7.2004

800m

Yl	2.17,40	Mari Järvinen	25.3.77	kans	Keuruu	22.6.1995
N22	2.17,40	Mari Järvinen	25.3.77	kans	Keuruu	22.6.1995
N19	2.17,40	Mari Järvinen	25.3.77	kans	Keuruu	22.6.1995
N18	2.17,40	Mari Järvinen	25.3.77	kans	Keuruu	22.6.1995
N17	2:18.00	Venla Marjanen	6.10.02	SM	Espoo/Le	11.8.2018
N16	2:18.00	Venla Marjanen	6.10.02	SM	Espoo/Le	11.8.2018
T15	2.20,29	Mari Järvinen	25.3.77			1992
T15	2:20.7h	Tiina Mennala	22.4.67		Jyväskylä	7.9.1982
T14	2.20,91	Mari Järvinen	25.3.77	kans	Äänekoski	2.6.1991
T13	2.24,30	Mari Järvinen	25.3.77			1990
T12	2.28,83	Mari Järvinen	25.3.77			1989
T12	2.28,7	Päivi Lankinen				1972
T11	2.36,4	Mari Järvinen	25.3.77			1989
T10	2:49.03	Hilla Ruokostenpohja	21.8.11	paunu g	Jämsä	4.8.2021
T9	3:13.68	Tilda Jokiperä	22.9.16	pim	Äänekoski	20.9.2025

1000m

N yl	**3:04.95**	Venla Marjanen	6.10.02	hallitonni	Pajulahti	2.4.2018
N22	**3:04.95**	Venla Marjanen	6.10.02	hallitonni	Pajulahti	2.4.2018
N19	**3:04.95**	Venla Marjanen	6.10.02	hallitonni	Pajulahti	2.4.2018
N17	3:**04.95**	Venla Marjanen	6.10.02	hallitonni	Pajulahti	2.4.2018
N16	**3:04.95**	Venla Marjanen	6.10.02	hallitonni	Pajulahti	2.4.2018
N16	**3:04.95**	Venla Marjanen	6.10.02	hallitonni	Pajulahti	2.4.2018
T15	**3:08,21**	Venla Marjanen	6.10.02	pim	Pajulahti	17.4.2017
T14	3:10.78	Venla Marjanen	6.10.02	pim	Pajulahti	28.3.2016
T13	3:15.99	Venla Marjanen	6.10.02	auliksen oly	Jämsä	16.8.2015
T12	3:24.48	Sini Sanaslahti	14.10.95	junior g	Tampere	8.9.2007
T11	3:27.30	Heta Virkajärvi	10.6.05	vattenfall	Valkeakoski	3.9.2016
T10	3:27.75	Hilla Ruokostenpohja	21.8.11	karn	Jämsä	1.7.2021
T9	3:43.78	Hilla Ruokostenpohja	21.8.11	harjucup	Jyväskylä	28.6.2020

1500m

Yl	4.42,81	Mari Järvinen	25.3.77	kans	Hämeenlinna	6.7.1995
N22	4.42,81	Mari Järvinen	25.3.77	kans	Hämeenlinna	6.7.1995
N19	4.42,81	Mari Järvinen	25.3.77	kans	Hämeenlinna	6.7.1995
N17	4:46.28	Venla Marjanen	6.10.02	tilastopaja	Turku	2.9.2018
N16	4:46.28	Venla Marjanen	6.10.02	tilastopaja	Turku	2.9.2018

T15	4:52.85	Jaana Hassi	22.10.69	pim	Äänekoski	16.6.1984
T13	5.30,40	Katri Mäntylä	9.9.86			1998
T12	5.37,86	Katri Mäntylä	9.9.86		Ähtäri	30.8.1998

2000m

T15	6:44.77	Venla Marjanen	6.10.02	karn	Jämsä	1.7.3017
T14	6:46.82	Venla Marjanen	6.10.02	SM	Hämeenlinna	21.8.2016
T13	7:15.26	Venla Marjanen	6.10.02	pim	Jyväskylä	8.8.2015
T12	8:05.67	Hilla Ruokostenpohja	21.8.11	paunu g	Jämsä	14.7.2021
T11	8:05.67	Hilla Ruokostenpohja	21.8.11	paunu g	Jämsä	14.7.2021
T10	8:05.67	Hilla Ruokostenpohja	21.8.11	paunu g	Jämsä	14.7.2021
T9	8:43,04	Hilla Ruokostenpohja	21.8.11	paunu g	Jämsä	5.8.2020

3000m

Yl	10.09,.9	Jaana Hassi	22.10.69		Äänekoski	15.6.1984
N22	10.09,9	Jaana Hassi	22.10.69		Äänekoski	15.6.1984
N19	10.09,9	Jaana Hassi	22.10.69		Äänekosk	15.6.1984
N17	10.09,9	Jaana Hassi	22.10.69		Äänekoski	15.6.1984
N16	10.09,9	Jaana Hassi	22.10.69		Äänekoski	15.6.1984
T15	10.09,9	Jaana Hassi	22.10.69		Äänekoski	15.6.1984
T14	11:57.24	Heta Virkajärvi	10.6.05	paunucup	Jämsä	28.8.2019

5000m

yl	17:21.09	Merja Rantanen	7.12.80	SM	Espoo/Le	31.7.2009
N22	17.41,1	Jaana Hassi	22.10.69		Valkeakoski	5.6.1984
N19	17.41,1	Jaana Hassi	22.10.69		Valkeakoski	5.6.1984
N18	17.41,1	Jaana Hassi	22.10.69		Valkeakoski	5.6.1984
N17	17.41,1	Jaana Hassi	22.10.69		Valkeakoski	5.6.1984
N16	17.41,1	Jaana Hassi	22.10.69		Valkeakoski	5.6.1984
N15	17.41,1	Jaana Hassi	22.10.69		Valkeakoski	5.6.1984

10000m

N yl	38:26.54	Anitta Nurmisto-Perä	11.6.56	SM	Lahti	19.8.2000
N22	38:40.3h	Jaana Hassi	22.10.69	pim	Jämsänkoski	11.9.1985
N19	38:40.3h	Jaana Hassi	22.10.69	pim	Jämsänkoski	11.9.1985
N18	38:40.3h	Jaana Hassi	22.10.69	pim	Jämsänkoski	11.9.1985
N17	38:40.3h	Jaana Hassi	22.10.69	pim	Jämsänkoski	11.9.1985

10km Tiejuoksu

N yl	38:01	Merja Rantanen	7.12.80	markkinah	Keuruu	17.07.2010
N22	41:22	Mari Järvinen	25.3.77	pim	Karstula	28.3.1992
N19	41:22	Mari Järvinen	25.3.77	pim	Karstula	28.3.1992
N18	41:22	Mari Järvinen	25.3.77	pim	Karstula	28.3.1992
N17	41:22	Mari Järvinen	25.3.77	pim	Karstula	28.3.1992
N16	41:22	Mari Järvinen	25.3.77	pim	Karstula	28.3.1992
N15	41:22	Mari Järvinen	25.3.77	pim	Karstula	28.3.1992

PUOLIMARATON

Yl	1:23:18	Anitta Nurmisto-Perä	11.6.56	ka	Kittilä	9.9.2000
N22	**1:29:10**	**Elsi Konstari**	**10.10.2006**		**Tampere**	**3.10.2026**
N19	1:31:51	Elsi Konstari	10.10.06	finlandia	Jyväskylä	6.9.2025

MARATON

Yl	2:59:41	Anitta Nurmisto-Perä	11.6.56	SM	Joutseno	21.9.2002

T/P12/13 aitojen määrä 2007 saakka 7 kpl ja sen jälkeen 6 kpl
T/P10/11 aitakorkeudet 2008 saakka 50cm ja sen jälkeen 60cm

60 m aidat 60 cm 7 aitaa

T11	9.97	2.0	Nelli Flyktman	10.2.08	karn	Jämsä/J 27.6.2019
T10 pe	10.59	2.8	Nelli Flyktman	10.2.08	elok.k	Jyväskylä 21.8.2018
T11	10.77		Sini Sanaslahti(50cm)	14.10.95	karn	Jämsänkoski 29.6.2006
T10	10.77		Riina Jormakka (50cm)	3.1.96	karn	Jämsänkoski 29.6.2006
T9	11.50		Riina Jormakka (50cm)	3.1.96	seuracup	Jämsänkoski 1.6.2005
T9	11.69		Nelli Flyktman	10.2.08	seuracup	Jämsä 2.8.2017

---

60 m aidat 76,2 cm, 6 aitaa

T13	9.68	1.2	Nelli Flyktman	10.2.08	pohjola	Jyväskylä 11.8.2021
T12	10.22	1.3	Nelli Flyktman	10.2.08	pim	Jämsä 26.7.2020
T13	12,02		Maria Rajala (7 aitaa)	10.9.92		2005
T13	11.8h		Noora Gustafsson (7 aitaa)			1989

80m aj

T15	11.80	0.1	Nelli Flyktman	10.2.08	pim	Jämsä 21.5.2023
T14	12.08	1.1	Nelli Flyktman	10.2.08	harjucup	Jyväskylä 31.8.2022
T13	13,6		Noora Gustafsson			1990

100m aj

N yl	14.82	0.8	Tessa Moisio	4.5.03	SM	Riihimäki 30.8.2025
N22	14.82	0.8	Tessa Moisio	4.5.03	SM	Riihimäki 30.8.2025
N19	16.83	1.0	Satu Helminen	16.1.80	pim	Jyväskylä 17.8.1998
N17	14.54	2.0	Olivia Asikainen	26.1.04	SM	Hyvinkää 7.8.2021
N16	15.18	1.2	Nelli Flyktman	10.2.08	harjucup	Jyväskylä 14.8.2024

200 m aj

T13	33.50	0.8	Nelli Flyktman	10.2.08	karn	Jämsä/J 1.7.2021
T12	35.00	-0.1	Iida Tamminen	4.4.09	paunu g	Jämsä 14.7.2021
T11	36.14		Nelli Fyktman		Paunu	Jämsä 24.7.2019

300m aj

N17	46,11	Sanni Luhtala	14.5.67			Hämeenlinna 28.7.1985
T16	49.62	Iida Tamminen	4.4.09		karn	Jämsä/J 29.6.2023
T15	49.62	Iida Tamminen	4.4.09		karn	Jämsä/J 29.6.2023
T14	49.62	Iida Tamminen	4.4.09		karn	Jämsä/J 29.6.2023

400m aj

Yl	1.08,2h	Sanni Luhtala				Saarijärvi 5.7.1986
N22	1.08,2h	Sanni Luhtala				Saarijärvi 5.7.1986
N19	1.08,2h	Sanni Luhtala				Saarijärvi 5.71986
N18	**71.93**	**Iida Tamminen**	**04.04.2009**	**SM**		**Hyvinkää 9.8.2026**
N17	**71.93**	**Iida Tamminen**	**04.04.2009**	**SM**		**Hyvinkää 9.8.2026**

1500 m esteet

T15	5:45.16	Heta Virkajärvi	10.6.05	SM	Lahti	9.8.2019
T14	5:45.16	Heta Virkajärvi	10.6.05	SM	Lahti	9.8.2019
T13	6:06.26	Heta Virkajärvi	10.6.05	heinola g	Heinola	15.8.2018
T12	6:44,67	Iida Tamminen	4.4.09	Paunu g	Jämsä	9.6.2021

2000m esteet

N16	7:42.14	Venla Marjanen	6.10.02	aluem	Seinäjoki	10.7.2018

3000m ej

N yl	**11:18.26**	**Elsi Konstari**	**10.10.2006**	**SM**	**Jyväskylä**	**25.7.2026**
N22	**11:18.26**	**Elsi Konstari**	**10.10.2006**	**SM**	**Jyväskylä**	**25.7.2026**
N19	11:20.85	Elsi Konstari	10.10.06	SM	Helsinki/E	16.8.2025

KORKEUS

N yl	160	Milla Peltonen				1987
N22	160	Milla Peltonen				1987
N19	160	Milla Peltonen				1987
N18	160	Milla Peltonen				1987
N17	160	Milla Peltonen				1987
N16	160	Milla Peltonen				1987
T15	160	Milla Peltonen				1987
T14	160	Milla Peltonen				1987
T13	150	Milla Peltonen				1986
T12	1.42	Kerttu Rantakangas	16.6.06	paunucup	Jämsä	14.8.2018
T12	142	Olivia Asikainen	26.1.04	vattenfall	Pihtipudas	28.7.2015
T11	142	Olivia Asikainen	26.1.04	vattenfall	Pihtipudas	28.7.2015
T10	**127**	**Tilda Jokiperä**	**22.09.2016**	**pim**	**Joutsa**	**13.9.2026**
T9	120	Iida Koljonen	24.9.07	sporttia	Pajulahti	27.11.2016

SEIVÄS

N yl	3.30	Krista Koskinen	2.9.98	KLL	Heinola	12.9.2015
N22	3.30	Krista Koskinen	2.9.98	KLL	Heinola	12.9.2015
N19	3.30	Krista Koskinen	2.9.98	KLL	Heinola	12.9.2015
N18	3.30	Krista Koskinen	2.9.98	KLL	Heinola	12.9.2015
N17	3.30	Krista Koskinen	2.9.98	KLL	Heinola	12.9.2015
N16	3.30	Krista Koskinen	2.9.98	junior am	Jyväskylä	15.8.2014
T15	3.03	Iida Tamminen	4.4.09	seiväsk	Jyväskylä	12.9. 2023
T14	3.03	Iida Tamminen	4.4.09	seiväsk	Jyväskylä	12.9.2023
T13	2.62	Iida Tamminen	4.4.09	harjucup	Jyväskylä	31.8.2022
T12	2.32	Iida Tamminen	4.4.09	harjucup	Jyväskylä	19.6.2021
T12	2.32	Tessa Moisio	4.5.03	janakkala	Janakkala	12.7.2015
T11	2.15	Maisa Moisio	12.6.05	paunucup	Jämsä	29.6.2016
T10	180	Iida Tamminen		pk	Orivesi	15.8.2019
T9	1.55	Malviina Koskinen	28.5.07	kaup.mest	Orivesi	28.7.2016
T9	1.55	Iida Koljonen	24.9.07	kaup.mest	Orivesi	28.7.2016

PITUUS

N yl	6.33	-0.1	Sini Sanaslahti	14.10.95	paunu g	Jämsä	5.8.2020
N22	5.91	0.7	Tessa Moisio	4.5.03	paunu g	Jämsä	12.6.2023
N19	**5.82**		Olivia Asikainen	26.1.04	Hipposk	Jyväskylä	6.3.2022
N18	**5.82**		Olivia Asikainen	26.1.04	Hipposk	Jyväskylä	6.3.2022
N17	5.68	1.6	Riina Jormakka	3.1.96	ne	Jyväskylä	8.6.2013
N16	5.66	1.6	Olivia Asikainen	26.1.04	SM	Pedersöre	8.8.2020
T15	5.56	1.4	Nelli Flyktman	10.2.08	juhannusk	Ikaalinen	23.6.2023
T14	5.49	0.2	Nelli Flyktman	10.2.08	Paunug	Jämsä	23.5.2022
T13	5.37	0.3	Olivia Asikainen	26.1.04	karn	Jämsä	29.6.2017
T12	4.77	0.0	Sonja Äikäs	22.3.96	pim	Saarijärvi	2.8.2008
T11	4.35	-2.2	Olivia Asikainen	26.1.04	karn	Jämsä	25.6.2015

Ponnistusalue

T11	4.52	Nelli Flyktman	10.2.08	paunucup	Jämsä	28.8.2019
T10	4.18	Maria Rajala	10.9.92			2002
T9	4.00	Tarja Rantamäki				1974

3- loikka

N yl	13.00	1.4	Sini Sanaslahti	14.10.95	Hipposk	Jyväskylä	5.2.2022

N22	**12.81+1.7**	**Kerttu Rantakangas**	**16.06.2006**	**SM**	**Pori**	**23.8.2026**
N19	12.51 1.0	Kerttu Rantakangas	16.6.06	SM	Helsinki/E	17.8.2025
N18	12.46 0.1	Kerttu Rantakangas	16.6.06	SM	Riihimäki	4.8.2024
N17	11.90 -0.2	Kerttu Rantakangas	16.6.06	karn	Lempäälä 29.6. 11.50 -22	
N16	11.50 -0.9	Kerttu Rantakangas	16.6.06	SM	Lempäälä	14.8.2022
T15	11.21 1.7	Sini Sanaslahti	14.10.95	FJG	Espoo/Le	19.6.2010
T14	11.16 -0.6	Sini Sanaslahti	14.10.95	karn	Jämsä/K	25.6.2009
T13	11.01 -0.1	Olivia Asikainen	26.1.04	karn	Jämsä	29.6.2017
T12	10.03	Sini Sanaslahti	14.10.95	seuraot	Kuhmoinen	15.8.2007
T11	9.24-2.6	Olivia Asikainen	26.1.04	karn	Jämsä	25.6.2015
Ponnistusalue						
T11	9.71	Olivia Asikainen	26.1.04	paunucup	Jämsä	5.8.2015
T10	**8.56**	Nelli Flyktman	10.2.08	k-suomi	Jyväskylä	20.1.2018
T9	8.17	Olivia Asikainen	26.1.04	paunucup	Jämsä	10.7.2013

KUULA 4000g

Yl	12.28	Sari Jokela	Laukaa	22.7.1994
N22	12.28	Sari Jokela	Laukaa	22.7.1994
N19	12.28	Sari Jokela	Laukaa	22.7.1994

Kuula 3000g

N17	13.41	Sari Jokela	1992
T15	12.09	Sari Jokela	1990
T14	12.09	Sari Jokela	1990

Kuula 2500g

T13	11.06	Saila Siven	1994
T12	10.50	Saila Siven	1993

Kuula 2000g

T11	8.68	Sari Jokela				1987
T10	**8.55**	**Tilda Jokiperä**	**22.09.2016**	**Heittokisat**	**Urjala**	**29.9.2026**
T9	7.22	Tilda Jokiperä	22.9.16	pim	Saarijärvi	26.7.2025

KIEKKO 1000g

Yl	34.46	Saila Siven	Äänekoski	2.8.1995
N22	34.46	Saila Siven	Äänekoski	2.8.1995
N19	34.46	Saila Siven	Äänekoski	2.8.1995
N17	34.46	Saila Siven	Äänekoski	2.8.1995

Kiekko 750g

T15	34.46(1kg)	Saila Siven	Äänekoski	2.8.1995
T14	34.46(1kg)	Saila Siven	Äänekoski	2.8.1995

Kiekko 600g

T13	37.66	Saila Siven				1994
T12	29.38	Saila Siven				1993
T11	**26.36**	**Tilda Jokiperä**	**22.09.2016**		**Heittokilpailut Lahti/N**	**5.9.2026**
T10	**26.36**	**Tilda Jokiperä**	**22.09.2016**		**Heittokilpailut Lahti/N**	**5.9.2026**
T9	17.75	Tilda Jokiperä	22.9.16	heittokisa	Jämsä	15.9.2025

MOUKARI 4000g

N yl	34.54	Jonna Ahola	17.5.04	heittok	Jyväskylä/V	24.9.2019
N 22	34.54	Jonna Ahola	17.5.04	heittok	Jyväskylä/V	24.9.2019
N 19	34.54	Jonna Ahola	17.5.04	heittok	Jyväskylä/V	24.9.2019
N 18	34.54	Jonna Ahola	17.5.04	heittok	Jyväskylä/V	24.9.2019
N 17	34.54	Jonna Ahola	17.5.04	heittok	Jyväskylä/V	24.9.2019

N 16	34.54	Jonna Ahola	17.5.04	heittok	Jyväskylä/V	24.9.2019
T15	34.54	Jonna Ahola	17.5.04	heittok	Jyväskylä/V	24.9.2019

Moukari 3000g

T17	45.85	Jonna Ahola	17.5.04	viiskuntak	Alavus/T	17.6.2019
T16	45.85	Jonna Ahola	17.5.04	viiskuntak	Alavus/T	17.6.2019
T15	45.85	Jonna Ahola	17.5.04	viiskuntak	Alavus/T	17.6.2019
T14	42.08	Fanni Jokela	30.9.09	kiekumo	Virrat	21.5.2023
T14	41.18	Fanni Jokela	30.9.09	kiekumo	Virrat	18.5.2023
T13	39.08	Fanni Jokela	30.9.09	Kiekumo	Virrat	22.5.2022
T12	37.65	Fanni Jokela	30.9.09	moukarik	Petäjävesi	3.10.2021

Moukari 2500g

T13	37.78	Fanni Jokela	30.9.09	pk	Orivesi	5.8.2021
T12	37.78	Fanni Jokela	30.9.09	pk	Orivesi	5.8.2021
T11	27.18	Fanni Jokela	3.9.09	paunu g	Jämsä	28.8.2020
T10	**25.63**	**Tilda Jokiperä**	**22.09.2016**	**Heittocup**	**Lohja**	**12.9.2026**
T9	17.20	Fanni Jokela	3.9.09	pk	Orivesi	6.9.2018

Keihäs 600g

N yl	35.52	Tessa Moisio	4.5.03	aluem	Kauhava	9.7.2023
N22	35.52	Tessa Moisio	4.5.03	aluem	Kauhava	9.7.2023
N19	35.32	Mari Rantanen			Pieksämäki	3.9.1995
N17	35.32	Mari Rantanen			Pieksämäki	3.9.1995

Keihäs 500 g

N17 (600g)	35.32	Mari Rantanen			Pieksämäki	3.9.1995
N16	34.11	Tessa Moisio	4.5.03	aluem	Kauhava	7.7.2019

Keihäs 400g

T15	36.08	Pinja Hirvilahti	8.2.00	SM	Huittinen	6.9.2015
T14	**34.58**	**Tilda Jokiperä**	**22.09.2016**	**Heittocup**	**Lohja**	**12.9.2026**
T13	**34.58**	**Tilda Jokiperä**	**22.09.2016**	**Heittocup**	**Lohja**	**12.9.2026**
T12	**34.58**	**Tilda Jokiperä**	**22.09.2016**	**Heittocup**	**Lohja**	**12.9.2026**
T11	**34.58**	**Tilda Jokiperä**	**22.09.2016**	**Heittocup**	**Lohja**	**12.9.2026**
T10	**34.58**	**Tilda Jokiperä**	**22.09.2016**	**Heittocup**	**Lohja**	**12.9.2026**
T9	22.36	Tilda Jokiperä	22.9.16	vaajak.cup	Jyväskylä/V	20.8.2025

Painonheitto 4,0 kg

T10	**11.44**	**Tilda Jokiperä**	**22.09.2016**	**Heittokilpailut**	**Lahti/N**	**5.9.2026**

Painonheitto 9,0kg

N	9.80	Mirjami Kaakinen 82		heitto5-30 vSM	Kangasala	06.09.2014

4 x 50m

T11	30,18	Maria Rajala, Eveliina Paajoki Noora Mäkelä, Anni Kainulainen				2003
T9	33,10	Jonna Ahola, Siiri Yijälä, Olivia Asikainen, Anna Inkiläinen -13		pm	Viitasaari	17.8.2013

4 x 100m

N yl	**47.59**	**Kaipolan Vire Jämsä**		**SM**	**Lappeenranta**	**5.9.2026**
		Iida Tamminen 09, Tessa Moisio 03, Kerttu Rantakangas 06, Nelli Flyktman 08				
N19	50.53	Neea Flyktman, Pinja Hirvilahti, Olivia Asikainen, Sinitta Mennala		aluem	Saarijärvi	20.6.2016
N17	50.53	Neea Flyktman, Pinja Hirvilahti,		aluem	Saarijärvi	20.6.2016

		Olivia Asikainen, Sinitta Mennala			
T15	51.16	Neea Flyktman, Pinja Hirvilahti, Saara Svahn, Anna Koivisto	pim	Jämsä	30.8.2015
T13	54,59	Tessa Moisio, Olivia Asikainen, Elvi Warwick, Emilia Marjakoski	pm	Keuruu	28.8.2016
T11	63,81	Sari Jokela, Noora Gustafsson Tanja Äikäs, Kati Kallio			1986

4 x 300m

N17	2.55,90	Olivia Asikainen, Elvi Warwick, SM Venla Marjanen, Tessa Moisio		Mikkeli	9.9.2018

4 x 400m

Yl	4.08,62	Sanni Luhtala, Hannele Mennala Tiina Mennala, Virpi Lankinen			1983
N19	4.08,62	Sanni Luhtala, Hannele Mennala Tiina Mennala, Virpi Lankinen			1983
T11	5.47,86	Tessa Moisio, Anni Turkkila Olivia Asikainen, Emmi Lahtela	pm	Pihtipudas	27.8.2011
T9	5.47,86	Tessa Moisio, Anni Turkkila Olivia Asikainen, Emmi Lahtela	pm	Pihtipudas	27.8.2011

4 x 600m

T13	7.41,44	Tessa Moisio, Emilia Marjakoski, Elvi Warwick, Olivia Asikainen	pm	Keuruu	28.8.2016
T11	8.07,18	Maisa Moisio, Melia Palsinajärvi, Lotta Salonen, Heta Virkajärvi	pm	Keuruu	28.8.2016

4 x 800m

Yl	10.09,82	Noora Gustafsson, Mia Junnola Kirsi Salonen, Mari Järvinen			1993
N19	10.09,82	Noora Gustafsson, Mia Junnola Kirsi Salonen, Mari Järvinen			1993
N17	10.09,82	Noora Gustafsson, Mia Junnola Kirsi Salonen, Mari Järvinen			1993
T15	10.36,23	Noora Gustafsson, Mia Junnola, Kirsi Salonen, Mari Järvinen			1992
T13	12.30,47	Teija Heinonen, Kaisa Peltonen Hanna Pynnönen, Taru Lainkari			1994

3 x 800m

N17	7.31,91	Sisko Helminen, Jaana Hassi Hannele Mennala	SM	Tornio	20.7.1985
T15	7.33,57	Kirsi Salonen, Noora Gustafsson, Mari Järvinen			1991
T13	8.21,4	????			1978

4 x 60m AITAJUOKSUVIESTI

T13	44,43	Sonja Äikäs, Anika Hämäläinen, Riina Jormakka, Sini Sanaslahti	pm	Karstula	16.8.2008

4 x 80m aj

T15	53,02	Sonja Äikäs, Riina Jormakka,	pm	Jämsä	4.9.2010

Annika Hämäläinen, Sini Sanaslahti

SEITSENOTTELU (100m aj, korkeus, kuula, 200m, pituus, keihäs, 800m)

N	4882	Tessa Moisio	4.5.03	SM	Riihimäki	31.8.2025
	14.82/0.8 1.47 9.08 24.28/0.0 5.90/0.0 33.45 2:33.94					
N22	4882	Tessa Moisio	4.5.03	SM	Riihimäki	31.8.2025
	14.82/0.8 1.47 9.08 24.28/0.0 5.90/0.0 33.45 2:33.94					
N19	3427	Anna Vehkala	18.5.83	pm	Äänekoski	3.7.1999
	17.05/-0.2 1.43 8.84 28.67/-0.1 4.55/1.2 24.50 2:51.85					
N17	4285	Tessa Moisio	4.5.03	aluem	Kauhava	7.7. 2019
N16	4285	Tessa Moisio	4.5.03	aluem	Kauhava	7.7. 2019
	16.24/1.0 1.42 8.63 26.35W/4.3 5.23/1.7 34.11 2:30.94					

Viisottelu (80m aj, pituus, keihäs, korkeus 800m)

Huom 15 – 9 ikäisten otteluissa vaihteluja lajeissa ja pistetaulukossa

T15	(3)	2333 Nelli Flyktman	10.2.08	pim	Jämsä	21.5. 2023
		11.80/0.1 5.16/1.0 28.94 1.45 2:48.83				
T14	2302	Nelli Flyktman	10.2.08	SM	Lahti	17.9.2022
		12.36/-0.3 5.25/-0.5 29.04 1.46 2:41.64				

Viisottelu (60m aj, pituus, keihäs, korkeus 800m)

T13	1834	Iida Tamminen	4.4.09	pim	Saarijärvi	27.8.2022
		10.33/-1.0 4.18/-0.7 1.38 25.00 2:36.67				
T12	1561	Nelli Flyktman	10.2.08	pim	Saarijärvi	12.9.2020
		10.36/0.0 4.23/-0.8 1.35 20.47 3:09.80				

Neliottelu (60m aj, pituus, kuula, 800m. Huom! lajeissa vaihtelua sarjoittain / vuosittain)

T13	1634	Sini Sanaslahti	14.10.95	pim	Keuruu	5.7.2008
T12	1384	Sini Sanaslahti	14.10.95	pim		2007

Neliottelu (60 m aj, korkeus, keihäs, 800 m)

T11	**1191**	**Tilda Jokiperä**	**22.09.2016**	**pm-moniottelut**	**Joutsa**	**13.9.2026**
	11.88 | -1.3 | 1.27 | 32.52 | 3:03.69					
T10	**1191**	**Tilda Jokiperä**	**22.09.2016**	**pm-moniottelut**	**Joutsa**	**13.9.2026**
	11.88 | -1.3 | 1.27 | 32.52 | 3:03.69					

Neliottelu (40 m, korkeus, keihäs, 800 m)

T9	(5)	773 Tilda Jokiperä	22.9.16	pim	Äänekoski	20.9.2025
		7.09/-0.6 1.13 19.96 3:13.68				

Kolmiottelu (60m, pituus, kuula)

T11	(1)	1025 Nelli Flyktman	10.2.08	pim	Jyväskylä	19.5.2019
		8.79/1.6 4.39 6.11				
T10		891 3ot Riina Jormakka	3.1.96	pim	Viitasaari	2.9.2006
T9		746 3ot Pinja Hirvilahti	8.2.00	pim	Jämsä	22.8.2009

KÄVELY 10 KM

N45	62:03	Heidi Ahvenus	30.5.79	vSM	Pori 21.9.2024

KÄVELY 5000m

N40	29:30.27	Heidi Ahvenus	30.5.79	vSM	Pedersöre	12.8.2022

KÄVELY 3000m

N yl	17.51,21	Heidi Ahvenus		vpim	Alavuus/T	19.6.2022
N22	17:53.0h	Iida Ikäheimo	19.9.95	pk	Viitasaari	16.6.2009
N19	17:53.0h	Iida Ikäheimo	19.9.95	pk	Viitasaari	16.6.2009
N17	17:53.0h	Iida Ikäheimo	19.9.95	pk	Viitasaari	16.6.2009
T15	17:53.0h	Iida Ikäheimo	19.9.95	pk	Viitasaari	16.6.2009
T14	17:53.0h	Iida Ikäheimo	19.9.95	pk	Viitasaari	16.6.2009

KÄVELY 2000m

T13	10:20.46	Melia Palsinajärvi	21.3.05	karn	Jämsä	30.6.2018
T12	10:39.40	Melia Palsinajärvi	21.3.05	yag	Lahti/R	10.6.2017

KÄVELY 1000m

T13	4.46,04	Melia Palsinajärvi	21.3.05	seuracup	Saarijärvi	25.7.2018
T12	4:55.04	Melia Palsinajärvi	21.3.05	vattenfall	Valkeakoski	3.9.2016
T11	4:55.04	Melia Palsinajärvi	21.3.05	vattenfall	Valkeakoski	3.9.2016
T10	5:15.40	Eleonora Levaniemi	.2.08	seuracup	Valkeakoski	1.9.2018
T9	6:15.80	Eleonora Levaniemi	9.2.08	seuracup	Jämsä	2.8.2017

KÄVELY 600m

T9	3:30.83	Eleonora Levaniemi	9.2.08	pim	Saarijärvi	13.8.2017

Seuraennätykset

2026	**26 kpl**
2025	**27 kpl**
2024	**15 kpl**
2023	**24 kpl**
2022	**29 kpl**
2021	**30 kpl**
2020	**32 kpl**
2019	**46 kpl**
2018	**49 kpl**