

Ranglister

2020



Mathilde U Kramer – dansk mester på 100 m

Kvinder / piger - udendørs

RANGLISTER 2020 kvinder – udendørs

KVINDER, senior

100 m

1.	Mathilde U. Kramer (1993)	11,52
2.	Caroline Benfeldt Sørensen, (2002)	12,28
3.	Camilla Høgh Sørensen (1998)	12,33
4.	Mathilde Heltbech (1995)	12,37
5.	Amalie Molander Pedersen (2000)	12,94
6.	Katrine Holst Hahn (200)	13,22
7.	Laura Friedeheim (1991)	13,35
8.	Angela Timm (2003)	13,57
9.	Lydia Kure Friis (2006)	13,59
10.	Nynne Gaarde Høgsbro (2006)	13,65

200 m

1.	Mathilde U. Kramer (1993)	23,98
2.	Caroline Benfeldt Sørensen (2002)	24,63
3.	Camilla Høgh Sørensen (1998)	25,28
4.	Katrine Holst Hahn (2004)	26,60
5.	Laura Friedeheim (1991)	27,62
6.	Mathilde Mønsted Larsen (2005)	29,80
7.	Asta Marie Holck Hansen (2007)	29,88
8.	Louise Lehman Jensen (2008)	30,58
9.	Asta Hindborg (2007)	30,60
10.	Vilma Viggers Fabild (2008)	31,09

Medvind:

1.	Mathilde U. Kramer (1993)	23,70
----	---------------------------	-------



Mathilde U Kramer havde en rigtig god 2020-sæson. Hér vinder hun 200 m i Hvidovre i 23,70 (w). Toppen var dog DM-guld på 100 m, forsidebilledet

300 m

1.	Cecilie Bilstoft-Jensen (1994)	45,45
2.	Karla K Viggers Fabild (2010)	51,69

400 m

1.	Katrine Holst Hahn (2004)	60,62
2.	Cecilie Bilstoft-Jensen (1994)	63,10
3.	Ida Strandos (2006)	63,73
4.	Amalie Boeck (2003)	63,86
5.	Katrine Dahl Larsen (1979)	69,75

800 m

1.	Amalie Boeck (2003)	2.20,11
2.	Aline Hedegård Bruhn (2008)	2.30,26
3.	Ida Strandos (2006)	2.33,72
4.	Katrine Dahl Larsen (1979)	2.50,18
5.	Kirstine Ingeborg Carstens (2006)	2.50,75

1000 m

1.	Aline Hedegård Bruhn (2008)	3.16,72
2.	Vilma Viggers Fabild (2008)	3.45,76

1500 m

1.	Rebekka Fuglø (1993)	4.29,18
2.	Amalie Boeck (2003)	4.57,39
3.	Aline Hedegård Bruhn (2008)	5.08,99

3000 m

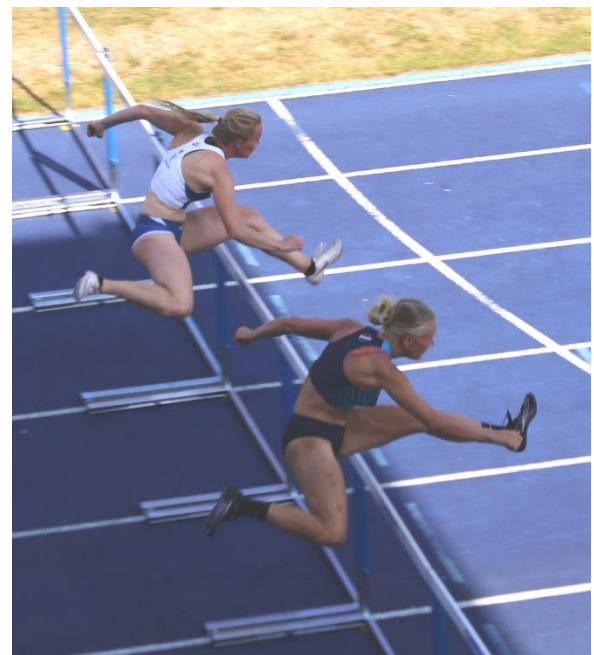
1.	Aline Hedegård Bruhn (2008)	10.44,11
2.	Kirstine Ingeborg Carstens (2006)	12.49,41

5000 m

1.	Gina Hval (1999)	19.46,29
----	------------------	----------

100 m hæk

1.	Mathilde Heltbech (1995)	13,79
----	--------------------------	-------



Mathilde Heltbech havde også en god 2020-sæson. To 3.pladser på 100 m hæk ved DM (inde og ude). Endvidere DM-finale på 100 m med personlig rekord.

400 m hæk

1.	Amalie Molander Pedersen (2000)	79,90
----	---------------------------------	-------

4 x 100 m

1. Camilla Høgh Sørensen (1998) 46,43 (DR)
Caroline Benfeldt Sørensen, (2002)
Mathilde Heltbech (1995)
Mathilde U.Kramer (1993)



FIF's kvindestafethold satte dansk rekord på 4x100 m ved DM for hold i Aarhus (billedet er filmet fra live-TV)

4 x 400 m

1. Caroline Benfeldt Sørensen (2002) 4.02,16
Mathilde Heltbech (1995)
Ida Strandos (2006)
Kathrine Holst Hahn (2004)

Længdespring

1. Kathrine Holst Hahn (2004) 5,21
2. Amalie Molander Pedersen (2000) 5,19
3. Sofie Tidsvilde (1998) 4,53
4. Lydia Kure Friis (2006) 4,41
5. Katrine Amtoft (2005) 4,34
6. Nynne Gaarde Høgsbro (2006) 4,30

Medvind:

1. Amalie Molander Pedersen (2000) 5,28

Trespring

1. Kathrine Holst Hahn (2004) 11,65
2. Amalie Molander Pedersen (2000) 11,12

Højdespring

1. Lydia Kure Friis (2006) 1,60
2. Kathrine Holst Hahn (2004) 1,53
3. Maja Antvorskov (2002) 1,50
4. Louise Lehmann Jensen (2008) 1,44
5. Ida Strandos (2006) 1,41
6. Karoline Thillemann Jørgensen (2007) 1,31
7. Elsa Kyster Hvelplund (2008) 1,30
8. Laura Lehmann Jensen (2010) 1,19
9. Sofia Petrella (2008) 1,15
10. Siri Milter Fausager (2009) 1,10

Stangspring

1. Katrine Holst Hahn (2004) 3,02

Kuglestød

1. Amalie Molander Pedersen (2000) 11,16
2. Mathilde U. Kramer (1993) 10,58
3. Caroline Bredsten Henriksen (1998) 8,81

Diskoskast

1. Amalie Molander Pedersen (2000) 30,79
2. Katrine Amtoft (2005) 21,56
3. Kathrine Holst Hahn (2004) 20,62
4. Caroline Bredsten Henriksen (1998) 17,68

Hammerkast

1. Amalie Molander Pedersen (2000) 40,72
2. Nynne Gaarde Høgsbro (2006) 25,50
3. Nikoline Lindegaard Laursen (2000) 25,48

Spydkast

1. Caroline Bredsten Henriksen (1998) 38,75
2. Amalie Molander Pedersen (2000) 34,86

Vægtkast

1. Amalie Molander Pedersen (2000) 13,66
2. Caroline Bredsten Henriksen (1998) 7,07

Kaste 5-kamp

1. Amalie Molander Pedersen (2000) 2935 p

**PIGER, 20-22 år**

100 m

1. Camilla Høgh Sørensen (1998) 12,33
2. Amalie Molander Pedersen (2000) 12,94



Camilla Høgh Sørensen, hér fotograferet i Helsingør bl.a. sammen med Caroline Benfeldt Sørensen, fik sit gennembrud i 2020 med DM-guld på både 100 m og 200 m ved DMU-mesterskaberne for 20-22 årige i Aalborg.

200 m

1. Camilla Høgh Sørensen (1998) 25,28

400 m hæk

1. Amalie Molander Pedersen (2000) 79,90

5000 m

1. Gina Hval (1999) 19.46,29

Længdespring

1. Amalie Molander Pedersen (2000) 5,19

Medvind

1. Amalie Molander Pedersen (2000) 5,28

Trespring

1. Amalie Molander Pedersen (2000) 11,12



Amalie Molander Pedersen, hér i kuglestød på Frb. Stadion, var jo fraværende i hele inde-sæsonen og var lidt småskadet da udendørssæsonen startede. Derfor blev det ikke til så meget i hendes favoritdiscipliner længde- og trespring – hun vandt dog DMU i begge discipliner. Imidlertid var der mange gode resultater i kastedisciplinerne, bl.a. ny seniorklubrekord i hammerkast.

Kuglestød (4 kg)

1. Amalie Molander Pedersen (2000) 11,16
2. Caroline Bredsten Henriksen (1998) 8,81

Diskoskast

1. Amalie Molander Pedersen (2000) 30,79
2. Caroline Bredsten Henriksen (1998) 17,68

Hammerkast (4 kg)

1. Amalie Molander Pedersen (2000) 40,72
2. Nikoline Lindegaard Laursen (2000) 25,48

Spydkast (600 g)

1. Caroline Bredsten Henriksen (1998) 38,75
2. Amalie Molander Pedersen (2000) 34,86



Caroline Bredsten Henriksen satte en flot pers. rekord i spydkast ved DM, hvor hun blev nr. 6.

Vægtkast

1. Amalie Molander Pedersen (2000) 13,66
2. Caroline Bredsten Henriksen (1998) 7,07

Kaste 5-kamp

1. Amalie Molander Pedersen (2000) 2935 p
(35,54-11,16-25,30-11,86-34,86)

PIGER, 18-19 år

100 m

1. Caroline Benfeldt Sørensen, (2002) 12,28

200 m

1. Caroline Benfeldt Sørensen, (2002) 24,63



Caroline Benfeldt Sørensen sluttede 2020-sæsonen af i fin stil. Var med på 4x100 m rekordholdet, forbedrede sin pers. rek. på 200 m ret kraftigt og vandt to sikre guldmedaljer på 100 m og 200 m ved DMU.

Højdespring

- | | |
|---------------------------|------|
| 1. Maja Antvorskov (2002) | 1,50 |
|---------------------------|------|

PIGER, 16-17 år

100 m

- | | |
|-------------------------------|-------|
| 1. Kathrine Holst Hahn (2004) | 13,22 |
| 2. Angela Timm (2003) | 13,57 |

200 m

- | | |
|-------------------------------|-------|
| 1. Kathrine Holst Hahn (2004) | 26,60 |
|-------------------------------|-------|



Denne aldersgruppe er i meget høj grad præget af en person, nemlig Kathrine Holst Hahn. Hun genvandt bl.a. sit DM-mesterskab i trespring.

400 m

- | | |
|-------------------------------|-------|
| 1. Kathrine Holst Hahn (2004) | 60,72 |
| 2. Amalie Boeck (2003) | 63,86 |

800 m

- | | |
|------------------------|---------|
| 1. Amalie Boeck (2003) | 2.20,11 |
|------------------------|---------|

1500 m

- | | |
|------------------------|---------|
| 1. Amalie Boeck (2003) | 4.57,39 |
|------------------------|---------|

100 m hæk

- | | |
|-------------------------------|-------|
| 1. Kathrine Holst Hahn (2004) | 15,51 |
|-------------------------------|-------|

Længdespring

- | | |
|-------------------------------|------|
| 1. Kathrine Holst Hahn (2004) | 5,21 |
|-------------------------------|------|

Højdespring

- | | |
|-------------------------------|------|
| 1. Kathrine Holst Hahn (2004) | 1,53 |
|-------------------------------|------|

Trespring

- | | |
|-------------------------------|-------|
| 1. Kathrine Holst Hahn (2004) | 11,65 |
|-------------------------------|-------|

Stangspring

- | | |
|-------------------------------|------|
| 1. Kathrine Holst Hahn (2004) | 3,02 |
|-------------------------------|------|



Hér ses Kathrine Holst Hahn i stangspring, en øvelse hun også blev dansk ungdomsmester i; men læg også mærke til hendes gode resultater i de korte løb

Kuglestød (3,0 kg)

- | | |
|-------------------------------|------|
| 1. Kathrine Holst Hahn (2004) | 7,78 |
|-------------------------------|------|

Diskoskast (1,0 kg)

- | | |
|-------------------------------|-------|
| 1. Kathrine Holst Hahn (2004) | 20,62 |
|-------------------------------|-------|

Hammerkast (3 kg)

- | | |
|-------------------------------|-------|
| 1. Freja R. Abrahamsen (2003) | 35,87 |
| 2. Kathrine Holst Hahn (2004) | 22,86 |

Spydkast (500 g)

- | | |
|-------------------------------|-------|
| 1. Kathrine Holst Hahn (2004) | 20,28 |
|-------------------------------|-------|

PIGER, 14-15 år

100 m

- | | |
|-------------------------------------|-------|
| 1. Lydia Kure Friis (2006) | 13,59 |
| 2. Nynne Gaarde Høgsbro (2006) | 13,65 |
| 3. Mathilde Mønsted Larsen (2005) | 13,91 |
| 4. Katrine Amtoft, (2005) | 14,06 |
| 5. Vilma Bahne Jessen (2005) | 14,36 |
| 6. Elvira N. Ørsted Pedersen (2005) | 15,32 |

200 m

- | | |
|-----------------------------------|-------|
| 1. Mathilde Mønsted Larsen (2005) | 29,80 |
|-----------------------------------|-------|

400 m

- | | |
|------------------------|-------|
| 1. Ida Strandos (2006) | 63,73 |
|------------------------|-------|



Ida Strandos er nok mest kendt som højdespringer, men er nu begyndt at interessere sig for mellemdistanceløb

600 m

- | | |
|--------------------------------------|---------|
| 1. Ida Strandos (2006) | 1.59,53 |
| 2. Kirstine Ingeborg Carstens (2006) | 2.00,80 |

800 m

- | | |
|--------------------------------------|---------|
| 1. Ida Strandos (2006) | 2.33,72 |
| 2. Kirstine Ingeborg Carstens (2006) | 2.50,75 |

2000 m forh.

- | | |
|--------------------------------------|---------|
| 1. Kirstine Ingeborg Carstens (2006) | 9.35,07 |
|--------------------------------------|---------|

3000 m

- | | |
|--------------------------------------|----------|
| 1. Kirstine Ingeborg Carstens (2006) | 12.49,41 |
|--------------------------------------|----------|

80 m hæk

- | | |
|-----------------------------------|-------|
| 1. Mathilde Mønsted Larsen (2005) | 14,75 |
|-----------------------------------|-------|

4 x 100 m

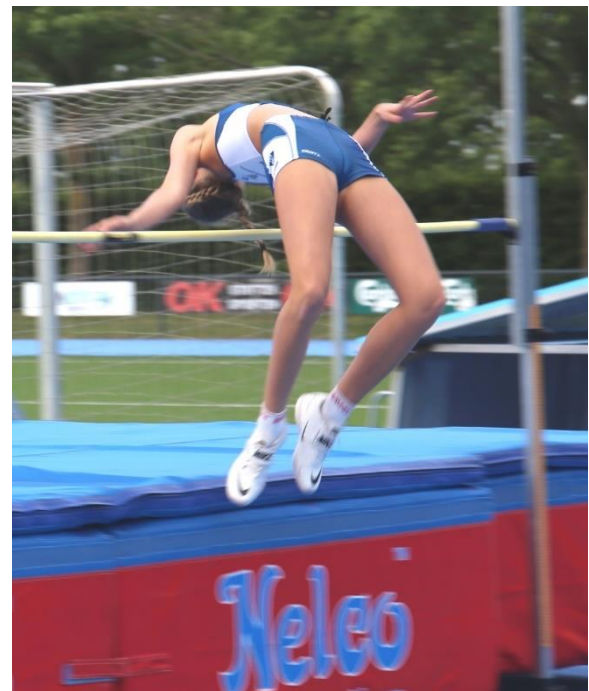
- | | |
|--------------------------------|-------|
| 1. Nynne Gaarde Høgsbro (2006) | 53,67 |
| Mathilde Mønsted Larsen (2005) | |
| Lydia Kure Friis (2006) | |
| Katrine Amtoft (2005) | |

Længdespring

- | | |
|--------------------------------|------|
| 1. Lydia Kure Friis (2006) | 4,41 |
| 2. Katrine Amtoft (2005) | 4,34 |
| 3. Nynne Gaarde Høgsbro (2006) | 4,30 |

Medvind

- | | |
|------------------------|------|
| 1. Ida Strandos (2006) | 3,86 |
|------------------------|------|



Lydia Kure Friis sluttede sæsonen af med at klare højden 1,60 m

Højdespring

- | | |
|----------------------------|------|
| 1. Lydia Kure Friis (2006) | 1,60 |
| 2. Ida Strandos (2006) | 1,41 |

Kuglestød (3,0 kg)

- | | |
|--------------------------------|------|
| 1. Nynne Gaarde Høgsbro (2006) | 9,72 |
| 2. Esther Alice Ravn (2006) | 8,76 |
| 3. Katrine Amtoft (2005) | 8,29 |

Diskoskast (1,0 kg)

- | | |
|--------------------------|-------|
| 1. Katrine Amtoft (2005) | 21,56 |
|--------------------------|-------|

Diskoskast (0,75 kg)

- | | |
|--------------------------------|-------|
| 1. Katrine Amtoft (2005) | 26,66 |
| 2. Nynne Gaarde Høgsbro (2006) | 16,96 |

Hammerkast (4,0 kg)

- | | |
|--------------------------------|-------|
| 1. Nynne Gaarde Høgsbro (2006) | 25,50 |
|--------------------------------|-------|

Hammerkast (3,0 kg)

- | | |
|--------------------------------|-------|
| 1. Nynne Gaarde Høgsbro (2006) | 33,85 |
| 2. Katrine Amtoft (2005) | 25,29 |



Nynne Gaarde Høgsbro har vist store evner i hammerkastningen og det resulterede i en flot 5.plads ved DMU i Hvidovre.

Spydkast (500 gr)

- | | |
|--------------------------------|-------|
| 1. Nynne Gaarde Høgsbro (2006) | 23,66 |
| 2. Ida Strandos (2006) | 21,53 |

Vægtkast (5,45 kg)

- | | |
|--------------------------------|-------|
| 1. Nynne Gaarde Høgsbro (2006) | 11,96 |
|--------------------------------|-------|

Kaste 4-kamp

- | | |
|--------------------------------|--------|
| 1. Nynne Gaarde Høgsbro (2006) | 1459 p |
|--------------------------------|--------|

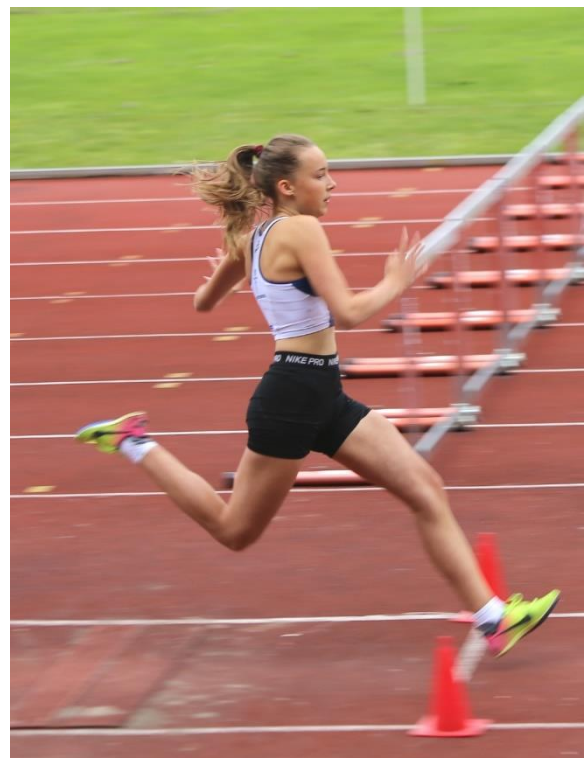
**PIGER, 12-13 år**

80 m

- | | |
|--|-------|
| 1. Asta Marie Holck Hansen (2007) | 11,27 |
| 2. Dea Katz-Kayser (2007) | 11,61 |
| 3. Nanna Trier Svendsen (2008) | 11,69 |
| 4. Isabella Petersen (2008) | 11,98 |
| 5. Asta Hindborg (2007) | 12,08 |
| 6. Annika Aqraou (2007) | 12,21 |
| 7. Louise Lehman Jensen (2008) | 12,31 |
| 8. Vilma Viggers Fabild (2008) | 12,33 |
| 9. Geretrud Sander Clausen (2008) | 12,79 |
| 10. Ivy P. Storm-Jørgensen (2007) | 12,81 |
| 11. Karoline T. Jørgensen (2007) | 12,83 |
| 12. Elsa Kyster Hvelplund (2008) | 12,98 |
| 13. Melanie Isabell Ø Jørgensen (2007) | 12,99 |
| 14. Ella Kvist-Sørensen (2008) | 13,03 |
| 15. Alba Sonko Skjødt-Nielsen (2008) | 13,14 |
| 16. Sofia Petrella (2008) | 13,32 |
| 17. Sofia Jensen (2008) | 13,89 |
| 18. Olivia Beyer Flodin (2007) | 14,45 |
| 19. Gry Gersby Wiberg (2008) | 14,60 |
| 20. Karin Kristin Lemark (2008) | 15,06 |

80 m - medvind

- | | |
|-----------------------------------|-------|
| 1. Asta Marie Holck Hansen (2007) | 11,21 |
|-----------------------------------|-------|



Asta Marie Holck Hansen er FIF's hurtigste pige hos de 12-13 årige ig så er hun også god til længde

100 m

- | | |
|--------------------------------|-------|
| 1. Nanna Trier Svendsen (2008) | 14,74 |
| 2. Vilma Viggers Fabild (2008) | 15,21 |
| 3. Sofia Petrella (2008) | 17,31 |

200 m

1.	Asta Marie Holck Hansen (2007)	29,88
2.	Louise Lehman Jensen (2008)	30,58
3.	Asta Hindborg (2007)	30,60
4.	Vilma Viggers Fabild (2008)	31,09
5.	Isabella Petersen (2008)	31,75
6.	Nora Krogh Jensen (2008)	35,19

300 m

1.	Naima El Ouragui-Mayerhof (2008)	60,33
----	----------------------------------	-------

600 m

1.	Aline Hedegård Bruhn (2008)	1.52,75
2.	Louise Lehman Jensen (2008)	1.53,99
3.	Vilma Viggers Fabild (2008)	1.55,17
4.	Annika Aqraou (2007)	2.00,28
5.	Nora Krogh Jensen (2008)	2.13,80

1000 m

1.	Aline Hedegård Bruhn (2008)	3.16,72
2.	Vilma Viggers Fabild (2008)	3.45,76
3.	Catrin Strandgaard (2007)	3.54,30



Aline Hedegård Bruhn har vist stor fremgang på distancerne fra 100 m og opefter. Specielt hendes tid på 3000 m er fremragende.

1500 m

1.	Aline Hedegård Bruhn (2008)	5.08,99
----	-----------------------------	---------

3000 m

1.	Aline Hedegård Bruhn (2008)	10.44,11
----	-----------------------------	----------

4x80 m

1.	Asta Hindborg (2007)	46,37
	Asta Marie Holck Hansen (2007)	
	Louise Lehman Jensen (2008)	
	Vilma Viggers Fabild (2008)	

60 m hæk

1.	Louise Lehman Jensen (2008)	12,01
2.	Isabella Petersen (2008)	12,26
3.	Vilma Viggers Fabild (2008)	12,27
4.	Elsa Kyster Hvelplund (2008)	13,97

Højdespring

1.	Louise Lehman Jensen (2008)	1,44
2.	Karoline T. Jørgensen (2007)	1,31
2.	Elsa Kyster Hvelplund (2008)	1,30
3.	Sofia Petrella (2008)	1,15



Louise Lehman Jensen har vist gode resultater i højdespring med 1,46 m indendørs og 1,44 m uden-dørs

Længdespring (zone)

1.	Asta Marie Holck Hansen (2007)	4,69
2.	Vilma Viggers Fabild (2008)	4,62
3.	Nanna Trier Svendsen (2008)	4,30
4.	Annika Aqraou (2007)	4,23
5.	Dea Katz-Kayser (2007)	4,21
6.	Louise Lehman Jensen (2008)	4,07
7.	Isabella Petersen (2008)	4,01
8.	Asta Hindborg (2007)	3,75
8.	Mellanie Isabell Ø. Jørgensen (2007)	3,75
10.	Aline Hedegård Bruhn (2008)	3,71
11.	Annika Aqraou (2007)	3,62
11.	Elsa Kyster Hvelplund (2008)	3,62
13.	Ella Kvist Sørensen (2008)	3,44

Længdespring (zone), fortsat

13. Gertrud Sander Clausen (2008)	3,44
15. Karin Kristin Lemark (2008)	3,18
16. Ivy P. Storm-Jørgensen (2007)	3,12
17. Alba Sonko Skjødt-Nielsen (2008)	3,03
17. Gry Gersby Wiberg (2008)	3,03
17. Olivia Beyer Flodin (2007)	3,03
20. Naima El Ouragui-Mayerhof (2008)	2,94
21. Sofia Jensen (2008)	2,88

**Vilma Viggers Fabild med stor fremgang i længde**

Kuglestød (2 kg)

1. Louise Lehman Jensen (2008)	9,69
2. Asta Hindborg (2007)	8,81
3. Asta Marie Holck Hansen (2007)	8,15
4. Ivy P. Storm-Jørgensen (2007)	7,57
5. Nanna Trier Svendsen (2008)	7,45
6. Gertrud Sander Clausen (2008)	7,13
7. Annika Aqraou (2007)	7,02
8. Isabella Petersen (2008)	6,76
9. Dea Katz-Kayser (2007)	6,65
10. Sofia Jensen (2008)	6,46
11. Aline Hedegård Bruhn (2008)	6,20
12. Mellanie Isabell Ø. Jørgensen (2007)	6,08
13. Sofia Petrella (2008)	6,01
14. Karoline T. Jørgensen (2007)	5,97
15. Elsa Kyster Hvelplund (2008)	5,89
16. Vilma Viggers Fabild (2008)	5,77
17. Alba Sonko Skjødt-Nielsen (2008)	5,53
18. Gry Gersby Wiberg (2008)	5,43
18. Olivia Beyer Flodin (2007)	5,43
19. Karin Kristin Lemark (2008)	5,31
20. Ella Kvist Sørensen (2008)	5,25

Spydkast (400 gr)

1. Asta Hindborg (2007)	23,81
2. Annika Aqraou (2007)	19,32
3. Louise Lehman Jensen (2008)	18,09
4. Ivy P. Storm-Jørgensen (2007)	15,36

**Asta Hindborg har vist rigtig gode evner for specielt spydkast men også kuglestød ligger godt til hende**

3-kamp

1. Louise Lehman Jensen (2008)	2577 p
2. Asta Marie Holck Hansen (2007)	2038 p
3. Vilma Viggers Fabild (2008)	1925 p
4. Nanna Trier Svendsen (2008)	1761 p
5. Aline Hedegård Bruhn (2008)	1716 p
6. Dea Katz-Kayser (2007)	1652 p
7. Asta Hindborg (2007)	1541 p
8. Annika Aqraou (2007)	1512 p
9. Karoline T. Jørgensen (2007)	1506 p
10. Isabella Petersen (2008)	1488 p
11. Elsa Kyster Hvelplund (2008)	1272 p
12. Sofia Petrella (2008)	1221 p
13. Gertrud Sander Clausen (2008)	1193 p
14. Mellanie Isabell Ø. Jørgensen (2007)	1121 p
15. Ella Kvist Sørensen (2008)	899 p
16. Ivy P. Storm-Jørgensen (2007)	882 p
17. Alba Sonko Skjødt-Nielsen (2008)	787 p
18. Sofia Jensen (2008)	751 p
19. Olivia Beyer Flodin (2007)	596 p
20. Gry Gersby Wiberg (2008)	582 p
21. Karin Kristin Lemark (2008)	579 p



12-13 års gruppen har været den absolut mest aktive og også største gruppe i 2020. Her ses holdet som deltog ved Østmesterskaberne for hold

PIGER, 10-11 år

60 m

1. Karla K Viggers Fabild (2010)	9,32
2. Laura Lehmann Jensen (2010)	9,81
3. Ella K. Meyer Jørgensen (2010)	10,29
4. Siri Milter Fausager (2009)	10,37
5. Nora Beyer-Flodin (2010)	10,62
6. Alba de la Villa Olsen (2010)	10,64
7. Mynthe Allingham Månsson (2009)	10,65
8. Eleanor Eivor Klosterborg (2009)	10,68
9. Josefine Hvegholm (2009)	10,87
10. Mie Leonora Kobberø (2010)	11,06
11. Liva Rosenkvist Fenger (2009)	11,17
12. Sophia Bach Fischer (2010)	11,18
13. Kathrine Filtenborg Madsen (2010)	11,70



Karla K Viggers Fabild er FIF's hurtigste pige på alle løbedistancer hos de 10-11 årige, men hendes bedste øvelse er måske endda længdespring

80 m

1. Karla K Viggers Fabild (2010)	12,40
2. Laura Lehmann Jensen (2010)	13,47
3. Siri Milter Fausager (2009)	13,86

200 m

1. Karla K Viggers Fabild (2010)	31,51
2. Laura Lehmann Jensen (2010)	34,35

300 m

1. Karla K Viggers Fabild (2010)	51,69
----------------------------------	-------

400 m

1. Karla K Viggers Fabild (2010)	1.14,49
2. Rosa Steinicke (2009)	1.21,78
3. Laura Lehmann Jensen (2010)	1.25,70
4. Marie Skovgaard (2010)	1.26,80

60 m hæk

1. Laura Lehmann Jensen (2010)	13,11
--------------------------------	-------



Laura Lehman Jensen har vist god form i højdespring, men måske er hendes nye øvelse 60 m hæk noget hun skal satse noget mere på.

Længdespring

1. Karla K. Viggers Fabild (2010)	4,32
2. Ella K. Meyer Jørgensen (2010)	3,70
3. Laura Lehmann Jensen (2010)	3,46
4. Rosa Steinicke (2009)	3,42
5. Mynthe Allingham Månsson (2009)	3,40
6. Siri Milter Fausager (2009)	3,39
7. Eleanor Eivor Klosterborg (2009)	3,33
8. Nora Beyer-Flodin (2010)	3,21
9. Josefine Hvegholm (2009)	3,19
10. Marie Skovgaard (2010)	3,15
11. Alba de la Villa Olsen (2010)	3,00
12. Mie Leonora Kobberø (2010)	2,96
13. Sophia Bach Fischer (2010)	2,88
14. Kathrine Filtenborg Madsen (2010)	2,74

Højdespring

1. Laura Lehmann Jensen (2010)	1,19
2. Siri Milter Fausager (2009)	1,10
3. Liva Rosenkvist Fenger (2009)	1,05
4. Alba de la Villa Olsen (2010)	1,00

Kuglestød (2 kg)

1 Laura Lehmann Jensen (2010)	7,19
2. Mynthe Allingham Månsson (2009)	6,17
3 Ella K. Meyer Jørgensen (2010)	5,72
4. Siri Milter Fausager (2009)	5,40
5. Liva Rosenkvist Fenger (2009)	5,13
6. Eleanor Eivor Klosterborg (2009)	4,97
7. Rosa Steinicke (2009)	4,93
8. Kathrine Filtenborg Madsen (2010)	4,84
9. Mie Leonora Kobberø (2010)	4,59
10. Karla K. Viggers Fabild (2010)	4,40
11. Nora Beyer-Flodin (2010)	4,32
12. Josefine Hvegholm (2009)	4,29
13. Sophia Bach Fischer (2010)	4,04
14. Marie Skovgaard (2010)	3,43

Boldkast

1. Laura Lehman Jensen (2010)	31,68
2. Siri Milter Fausager (2009)	27,42

Spydkast (400 gr)

1. Gertrud Sander Clausen (2008)	6,02
----------------------------------	------

3-kamp

1. Karla K. Viggers Fabild (2010)	2529 p
2. Laura Lehman Jensen (2010)	2517 p
3. Ella K. Meyer Jørgensen (2010)	2266 p
4. Mynthe Allingham Månsson (2009)	2089 p
5. Siri Milter Fausager (2009)	2045 p
6. Rosa Steinicke (2009)	1890 p
7. Eleanor Eivor Klosterborg (2009)	1860 p
8. Liva Rosenkvist Fenger (2009)	1715 p
9. Nora Beyer-Flodin (2010)	1707 p
10. Josefine Hvegholm (2009)	1625 p
11. Mie Leonora Kobberø (2010)	1523 p
12. Sophia Bach Fischer (2010)	1351 p
13. Marie Skovgaard (2010)	1309 p
14. Kathrine Filtenborg Madsen (2010)	1305 p

PIGER, indtil 9 år

40 m

1. Clara Rosenberg Abrahamsen (2011)	7,17
2. Marie Roelsgaard (2012)	7,20
3. Selma Garnæs (2011)	7,35
4. Kajsa Kyster Hvelplund (2012)	7,51
5. Sofia Dyring Mbae (2012)	7,88
5. Sophia Dreyer-Stapput (2011)	7,88
7. Molly Johanne Winther (2011)	8,10
8. Ella El-Maghlouk (2011)	8,75

60 m

1. Marie Roelsgaard (2012)	10,47
----------------------------	-------



Kajsa Kyster Hvelplund og Marie Roelsgaard på Ballerup Atletikstadion

400 m

1. Ella Denta (2011)	1.24,67
2. Marie Roelsgaard (2012)	1.32,40
3. Signe Brehm Larsen (2011)	1.34,00
4. Maja Bojsen Ryskov (2011)	1.35,57
5. Malou Dyring Mbae (2012)	1.38,13
6. Sofia Dyring Mbae (2012)	1.42,46

Længdespring (zone)

1. Selma Garnæs (2011)	3,16
2. Sophia Dreyer-Stapput (2011)	3,15
3. Marie Roelsgaard (2012)	3,10
4. Clara Rosenberg Abrahamsen (2011)	2,94
5. Kajsa Kyster Hvelplund (2012)	2,83
6. Ella Denta (2011)	2,73
7. Malou Dyring Mbae (2012)	2,65
8. Maja Bojsen Ryskov (2011)	2,57
9. Molly Johanne Winther (2011)	2,52
10. Signe Brehm Larsen (2011)	2,49
11. Ella El-Maghlouk (2011)	2,30
12. Sofia Dyring Mbae (2012)	2,27

Kuglestød (2 kg)

1 Clara Rosenberg Abrahamsen (2011)	5,02
2 Sophia Dreyer-Stapput (2011)	4,60
3. Signe Brehm Larsen (2011)	4,28
4. Molly Johanne Winther (2011)	3,71
5. Selma Garnæs (2011)	3,62
6. Marie Roelsgaard (2012)	3,53

Kuglestød (fortsat)

7. Kajsa Kyster Hvelplund (2012)	3,47
8. Malou Dyring Mbae (2012)	3,46
9. Ella Denta (2011)	3,30
10. Sofia Dyring Mbae (2012)	3,10
11. Maja Bojsen Ryskov (2011)	2,60

Boldkast (145 g)

1. Clara Rosenberg Abrahamsen (2011)	19,94
2. Kajsa Kyster Hvelplund (2012)	13,58
3. Malou Dyring Mbae (2012)	12,84
4. Marie Roelsgaard (2012)	10,70
5. Sofia Dyring Mbae (2012)	8,26



Clara Rosenberg Abrahamsen, Kajsa Kyster Hvelplund, Marie Roelsgaard og Signe Brehm Larsen (indendørsbillede)

3-kamp

1. Clara Rosenberg Abrahamsen (2011)	2154 p
2. Sophia Dreyer-Stapput (2011)	2052 p
3. Selma Garnæs (2011)	2024 p
4. Marie Roelsgaard (2012)	1960 p
5. Ella Denta (2011)	1627 p
6. Kajsa Kyster Hvelplund (2012)	1574 p
7. Molly Johanne Winther (2011)	1487 p
8. Signe Brehm Larsen (2011)	1447 p
9. Sofia Dyring Mbae (2012)	1310 p
10. Malou Dyring Mbae (2012)	1161 p
11. Maja Bojsen Ryskov (2011)	1097 p

PIGER, indtil 7 år**40 m**

1. Olivia Petersen (2014)	9,33
2. Frida Bay Tideman (2014)	9,71
3. Ines Isabella B. Frederiksen (2014)	10,58

400 m

1. Ragnhild Ellen Bisbjerg (2013)	1.35,89
-----------------------------------	---------



Frida Bay Tideman og Olivia Petersen på Greve Stadion

Længdespring

1. Frida Bay Tideman (2014)	2,04
2. Ragnhild Ellen Bisbjerg (2013)	1,89
3. Olivia Petersen (2014)	1,63
4. Ines Isabella B. Frederiksen (2014)	1,47

Kuglestød (2 kg)

1. Ragnhild Ellen Bisbjerg (2013)	2,84
2. Frida Bay Tideman (2014)	2,50
3. Olivia Petersen (2014)	1,74
4. Ines Isabella B. Frederiksen (2014)	1,65

Boldkast

1. Olivia Petersen (2014)	9,28
2. Frida Bay Tideman (2014)	6,80

3-kamp

1. Ragnhild Ellen Bisbjerg (2013)	826 p
2. Frida Bay Tideman (2014)	284 p
3. Olivia Petersen (2014)	162 p

Fr.berg den 31. dec. 2020

René Vincentsen



Karla Viggers Fabild øverst på Præmieskammen i Greve



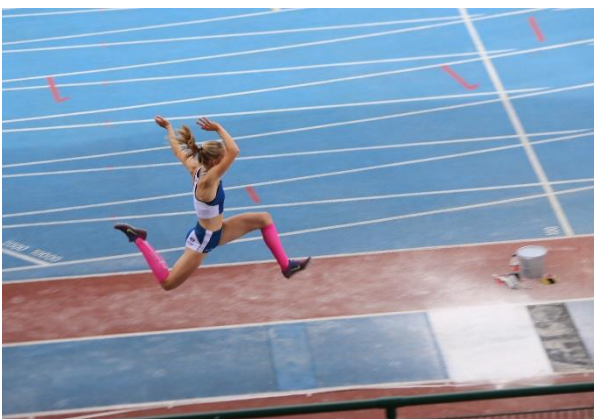
Mathilde Heltbech har hér fået overrakt sin bronze-medalje ved DM



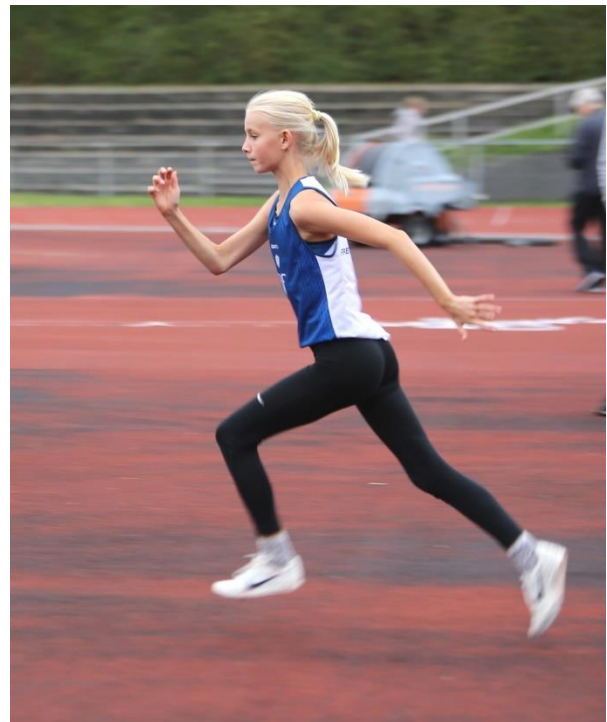
12-13 års FIF-piger på Tårnby Stadion



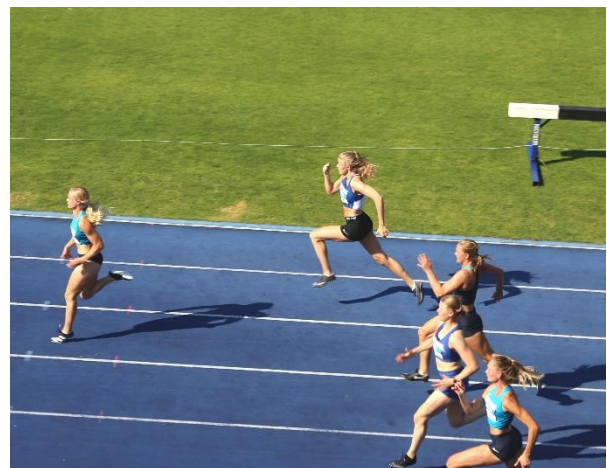
Mathilde Mønsted Larsen nåede ikke så meget i 2020 – hér er hun dog med på 80 m hæk i Greve



FIF's bedste kvindelige trespringer i 2020 Kathrine Holst Hahn. Hér fanget på Hvidovre Stadion.



Elsa Kyster Hvelplund et nyt højdepringstalent



1. indledende heat på 100 m ved DM for senior på Østerbro Stadion. Bemærk at man har vendt løbsretningen. Caroline Benfelt Sørensen bliver nr. to efter den danske rekordindehaver Astrid Glenner Frandsen