

HIFK:S FRIDROTTSSTATISTIK 2025**HERRAR OCH POJKAR****100 m**

10,90	Arttu Paananen	+1,7	H	22.7	Åbo
11,01	Joonas Jäppinen	+0,1	H22	16.7	Riihimäki
11,08	Kalle Huhtala	+1,6	H19	16.8	Djuran FM19
11,28	Simo Laine	+1,5	H22	28.8	Seinäjäki
11,38	Lassi Lehtimäki	+1,0	H21	16.8	Djuran FM22
11,58	Maxim Både	-0,1	H19	16.8	Djuran FM19
11,81	Jani Rastas	+1,8	H	4.6	Djuran
11,84	Miro Heikkonen	+0,9	H22	16.8	Djuran FM22
11,99	Jesse Kettunen	+0,0	H19	13.7	Lojo/N
12,08	Roope Lakaniemi	+1,1	H	1.9	Nickby
12,12	Vihtori Saukkola	+1,6	H16	4.6	Djuran
12,21	Roi Sankari	-0,1	H19	16.8	Djuran FM19
12,34	Bernard Sjöblom	+1,0	H17	18.6	Alberga

Medvind

11,46	Noor-Eldin Mahmoud	++2,5	H22	30.8	Woking, GBR
-------	--------------------	-------	-----	------	-------------

150 m

17,86	Jani Rastas	+1,0	H	21.5	Alberga
-------	-------------	------	---	------	---------

200 m

22,33	Simo Laine	+2,0	H22	17.8	Djuran FM22
22,64	Kalle Huhtala	+1,1	H19	17.8	Djuran FM19
22,67	Lassi Lehtimäki	+1,3	H22	6.8	Åbo
22,99	Joonas Jäppinen	+0,0	H22	6.8	Åbo
23,15	Maxim Både	+1,4	H19	16.6	Nickby
24,00	Miro Heikkonen	+2,0	H22	17.8	Djuran FM22
24,57	Roi Sankari	+0,9	H19	28.6	Nickby
24,83	Vihtori Saukkola	+1,3	H16	28.6	Nickby
24,96	Bernard Sjöblom	+1,4	H17	16.6	Nickby

Bättre inomhus

24,98	Jesse Kettunen		H17	3.2	Mylly
-------	----------------	--	-----	-----	-------

300 m*Bättre inomhus*

39,98	Bernard Sjöblom		H17	8.2	Alberga
-------	-----------------	--	-----	-----	---------

400 m

49,56	Anton Tallbacka	H	21.7	Riihimäki
50,48	Maxim Både	H19	15.8	Djuran FM
50,65	Simo Laine	H22	15.8	Djuran FM
50,68	Lassi Lehtimäki	H22	15.8	Djuran FM
54,37	Roope Lakaniemi	H	10.8	Borgå
54,58	Kalle Huhtala	H19	29.6	Nickby
56,66	Bernard Sjöblom	H17	11.7	Åbo FM
57,61	Teemu Korvenmaa	H	26.6	Djuran

Bättre inomhus

56,96	Eero Wuoti	H19	19.1	Mylly
-------	------------	-----	------	-------

800 m

1.51,26	Daniel Lundmark	H	4.7	Lahtis
2,12,63	Markus Serenius	H22	21.6	Nickby

5 km landsväg

16.05	Casper von Pfaler	H	15.8	Åbo
17.42	Valtteri Vapola	H	30.8	Helsingfors

10 km landsväg

33.35	Casper von Phaler	H	23.8	Helsingfors
33.40	Johan Jern	H	26.4	Helsingfors
36.42	Linus Jern	H	13.4	Helsingfors

Halvmaraton

1.13,52	Simon Haglund	H	23.8	Helsingfors
1.16,46	Johan Jern	H	26.10	Valencia
1.28,28	Tuomo Häyrynen	H50	11.5	Helsingfors
1.29,46	Eddie Myrskog	H	4.10	Hangö
1.34,20	Linus Sandell	H	17.5	Helsingfors
1.47,41	Filip von Koskull	H50	25.10	Lovisa

Maraton

2.35.55	Simon Haglund	H	19.10	Amsterdam
2.58,26	Timo Ronkainen	H50	16.3	Barcelona
3.26,39	Diego Nyberg	H	17.5	Hfors
3.28,25	Linus Sandell	H	23.8	Hfors
3.39,37	Milo Mutka	H	23.8	Hfors

400 m häck (91,4)

53,38	Anton Tallbacka	H	2.8	Alberga FM
-------	-----------------	---	-----	------------

Höjd

190	Noor-Eldin Mahmoud	H22	10.5	London
180	Vihtori Saukkola	H16	20.8	Djuran
167	Roope Lakaniemi	H	28.6	Nickby

Längd

609	Jesse Kettunen	+1,9	H17	21.7	Nummi
560	Bernard Sjöblom	+1,0	H17	28.6	Nickby
552	Vihtori Saukkola	+0,8	H16	28.6	Nickby

Kula (7,2)

12.19	Toma Lahtinen	H	28.6	Nickby
-------	---------------	---	------	--------

Diskus (2,0)

37.40	Toma Lahtinen	H	29.6	Nickby
-------	---------------	---	------	--------

Slägga (7,2)

72.34	Marco Kammer	H	3.7	Karlstad
47.56	Mika Laiho	H50	15.9	Djuran
29.49	Lukas Nybäck	H	15.9	Djuran

Spjut (800)

61.47	Pietari Hanhisalo	H19	17.5	Myrbacka
59.94	Benedict Seppälä	H19	17.8	Djuran FM
53.62	Toma Lahtinen	H	28.6	Nickby
38.04	Eero Wuoti	H19	28.6	Nickby

60 m inomhus

7,10	Kalle Huhtala	H19	25.1	Mylly
7,16	Joonas Jäppinen	H22	8.2	Mylly
7,33	Benedict Seppälä	H19	1.3	Mylly
7,36	Zion Mnas	H19	25.1	Mylly
7,67	Jesse Kettunen	H19	10.2	Mylly
7,81	Vihtori Saukkola	H16	5.3	Håkansböle
7,91	Eero Wuoti	H19	6.1	Lahtis
8,02	Teemu Korvenpää	H	22.2	Tfors

DAMER OCH FLICKOR**100 m**

11,19	Lotta Kemppinen	+1,2	D	12.7	Joensuu
11,50	Nora Lindahl	+0,3	D22	1.8	Karlstad
11,77	Elmiina Siikala	+1,2	D19	12.7	Joensuu
11,95	Viivi Lehtikoinen	-0,6	D	25.5	Djuran
12,03	Mila Heikkonen	+0,9	D19	20.8	Djuran
12,32	Iris Nygård	+1,7	D17	11.7	Åbo FM
12,32	Nea Mattila	+0,0	D	10.8	Nordsjö
12,82	Pinja Pikkupoussa	+1,5	D	18.6	Alberga
13,32	Anni Berg	+0,5	D22	21.7	Riihimäki
13,39	Emelie Österman	+0,1	D	16.7	Riihimäki
13,44	Kerttu Mörtenhumer	+1,9	D17	29.6	Nickby
13,63	Lina Laine	+0,9	D17	20.8	Djuran
13,64	Vilma Klemetti	-1,0	D19	25.7	Lojo
13,84	Eva Grönlund	+,5	D17	4.6	Djuran
13,87	Linnea Tähtinen	+0,0	F13	27.7	Lojo
13,93	Maya Rimon	+2,0	D16	11.7	Åbo FM16

Medvind

11,37	Nora Lindahl	+2,2	D22	21.6	Kuortane
-------	--------------	------	-----	------	----------

150 m

17,88	Viivi Lehtikoinen	+0,6	D	21.5	Alberga
-------	-------------------	------	---	------	---------

200 m

22,90	Nora Lindahl	+0,3	D22	26.7	Göteborg
23,88	Viivi Lehtikoinen	+1,3	D	4.6	V-strand
24,40	Mila Heikkonen	+0,8	D22	10.7	Lempäälä
24,91	Elmiina Siikala	+1,1	D19	28.6	Nickby
25,47	Iris Nygård	+1,3	D17	16.6	Nickby
25,66	Iina Holopainen	+2,0	D22	1.8	Alberga FM
26,18	Jonna Jäkkö	-0,4	D19	15.7	Riihimäki
26,93	Anni Berg	+0,5	D22	21.7	Riihimäki
27,26	Henni Piirainen	+1,4	D17	16.6	Nickby
27,27	Julia Raunio	-1,7	D	15.7	Riihimäki
27,61	Kerttu Mörtenhumer	-1,0	D17	12.7	Åbo FM17
28,04	Vilhelmiina Saukkola	-0,9	D19	10.6	Vichtis
28,08	Mia Lindholm	+1,1	D35	1.8	Alberga
28,70	Linnea Tähtinen	-1,0	F13	25.5	Nurmijärvi
28,79	Maya Rimon	+0,8	D16	28.6	Nickby
28,83	Lina Laine	+0,6	D17	27.7	Lojo
28,87	Noomi Rimpelä	-0,3	F12	19.7	Janakkala

Medvind

28,20	Linnea Tähtinen	+2,6	F13	13.6	V-strand
28,59	Amina Sakah	+2,9	F13	13.6	V-strand

Bättre inomhus

23,94	Viivi Lehtikoinen	D	18.1	Mylly
24,22	Mila Heikkonen	D19	1.2	Mylly
25,47	Iina Holopainen	D22	21.1	Mylly
25,55	Teresa Perttilä	D22	1.2	Mylly
25,73	Charlotte Kajander	D19	3.2	Mylly
27,11	Matilda Levoranta	F15	21.1	Mylly
27,68	Kerttu Mörtenhumer	F15	24.3	Mylly

300 m

38,35	Viivi Lehtikoinen	D	21.5	Alberga
45,39	Linnea Tähtinen	F13	28.6	Järvenpää
46,10	Unna Harkio	F15	28.6	Nickby
48,52	Eeva Viitala	F15	28.6	Nickby
49,01	Chiara Linder	F15	28.6	Nickby

Bättre inomhus

39,05	Mila Heikkonen	F15	29.1	Jyväskylä
41,12	Iris Nygård	D16	8.3	Tfors
43,33	Matilda Levoranta	D16	25.1	Mylly
43,43	Henni Piirainen	D17	25.1	Mylly
44,21	Kerttu Mörtenhumer	D16	2.3	Mylly
45,43	Unna Harkio	F15	25.1	Mylly

400 m

55,34	Teresa Perttilä	D22	28.6	Tfors
55,84	Mila Heikkonen	D19	6.7	Jämsä
57,31	Laura Laukka	D	25.7	Lojo
57,82	Jonna Jäkkö	D19	29.6	Nickby
60,23	Iris Nygård	D17	29.6	Nickby
60,64	Vilhelmiina Saukkola	D19	18.6	Alberga
60,71	Anni Berg	D22	29.6	Nickby
65,73	Eva Grönlund	D17	11.7	Åbo

Bättre inomhus

53,12	Viivi Lehtikoinen	D	3.2	Metz, Frankrike
55,45	Mila Heikkonen	D19	25.1	Mylly
60,19	Iina Holopainen	D22	19.1	Mylly

800 m

2.06,55	Teresa Perttilä	D22	21.6	Kuortane
2.07,93	Hannah Anderson	D	21.6	Kuortane
2.10,39	Laura Laukka	D	3.8	Alberga FM

2.16,93	Mila Heikkonen	D19	20.8	Djuran
2.23,46	Vilhelmiina Saukkola	D19	9.7	Borgå
2.24,98	Iina Holopainen	D22	31.8	Riihimäki FM
2.27,55	Iida Kostamo	D17	30.7	Karhula
2.30,46	Maija Merenmies	D35	22.6	Saarijärvi
2.30,73	Iida Hällström	D22	20.8	Djuran
2.31,40	Linnea Tähtinen	F13	9.7	Borgå
2.40,42	Eva Grönlund	D17	28.6	Nickby
2.42,47	Miia Lindholm	D35	2.8	Alberga
2.45,38	Ida Sjelvgren	F14	20.8	Djuran

1000 m*Bättre inomhus*

3.22,27	Linnea Tähtinen	F13	18.1	Mylly
3.34,36	Isabelle Grotenfelt	F11	15.2	Mylly

1500 m

4.16,84	Hannah Anderson	D	1.8	Alberga
4.48,90	Laura Laukka	D	26.6	Djuran
5.10,18	Iida Kostamo	D17	13.7	Åbo FM-9
5.25,15	Vilhelmiina Saukkola	D19	29.6	Nickby
5.28,33	Iida Hällström	D22	16.7	Riihimäki

Bättre inomhus

5.02,83	Anna Hollingsworth	D	1.2	Mylly
---------	--------------------	---	-----	-------

1609 m

4.41,73	Hannah Anderson	D22	19.5	Loughborough, GBR
---------	-----------------	-----	------	-------------------

3000 m

9.14,40	Nina Chydenius	D	21.6	Kuortane
9.19,29	Hannah Anderson	D	21.6	Kuortane
11.13,82	Iida Kostamo	D17	11.7	Åbo FM

Bättre inomhus

10.53,32	Anna Hollingsworth	D	25.1	Mylly
----------	--------------------	---	------	-------

5000 m

17.02,50	Hannah Anderson	D	24.8	Stockholm lk
----------	-----------------	---	------	--------------

5 km landsväg

16.04	Nina Chydenius	D	5.1	Nizza
17.18	Anna Hollingsworth	D	13.12	Vanda
18.30	Laura Laukka	D	17.5	Hfors
20.08	Iida Kostamo	D17	17.5	Hfors

21.09	Linnea Tähtinen	F13	4.5	Hfors
21.39	Lilja Piispanen	F14	17.5	Hfors
22.25	Ida Sjelvgren	F14	11.10	Hfors

10 km landsväg

32.14	Nina Chydenius	D	5.1	Nizza
36.04	Josefin Sjöling-Kohtamäki	D	7.6	Stockholm
38.22	Anna Hollingsworth	D	15.11	Vanda
39.59	Maria Söderström	D50	20.9	Esbo
40.14	Laura Laukka	D	23.8	Hfors
47.44	Nora Koskela-Koivisto	D22	26.4	Hfors

Halvmaraton

1.11,28	Nina Chydenius	D	23.11	Milan
1.17,23	Josefin Sjöling-Kohtamäki	D	19.1	Santa Pula ESP
1.24,23	Maria Söderström	D50	17.5	Helsingfors
1.36,36	Freja Strandström	D	20.9	Esbo
1.44,53	Theresa Biskop	D	23.8	Helsingfors

Maraton

2.41,06	Josefin Sjöling-Kohtamäki	D	11.5	Köpenhamn
3.55,17	Nina Ahlström	D	23.8	Helsingfors

100 m häck (84,0)

13,21	Mila Heikkonen	+1,9	D19	1.8	Alberga FM
14,14	Iina Holopainen	+0,9	D22	30.8	Riihimäki FM22
14,28	Charlotte Kajander	+0,7	D19	10.6	Åbo
14,49	Maria Djusko	+0,7	D19	10.6	Åbo
14,59	Kiia Äikää	+0,5	D19	27.6	Lahtis
15,03	Miia Lindholm	+0,0	D35	21.7	Riihimäki

Medvind

14,07	Iina Holopainen	+2,6	D22	23.7	Alberga FM
-------	-----------------	------	-----	------	------------

300 m häck (76,2)

48,49	Linnea Tähtinen	F13	25.7	Lojo
-------	-----------------	-----	------	------

Bättre inomhus

40,36	Mila Heikkonen	D19	16.2	Tfors FR22,19
44,02	Iina Holopainen	D22	16.2	Tammerfors
50,72	Vilhelmiina Saukkola	D19	16.2	Tammerfors

400 m häck (76,2)

55,80	Viivi Lehikoinen	D	19.7	Madrid
-------	------------------	---	------	--------

56,78	Mila Heikkonen	D19	9.8	Tfors EM4
62,87	Jonna Jäkkö	D19	11.7	Lahtis
65,99	Henni Piirainen	D17	13.7	Åbo FM5
67,39	Vilhelmiina Saukkola	D19	16.6	Nickby

Höjd

170	Miia Lindholm	D	1.8	Alberga FM
165	Iina Holopainen	D22	30.8	Riihimäki FM
154	Amina Sakah	F13	27.9	Alberga
151	Noomi Rimpelä	F12	27.9	Alberga
137	Eeva Laitinen	F14	28.6	Nickby
135	Seela Kukkala	F13	24.6	Nurmijärvi
133	Viivi Erholtz	F13	15.6	V-strand
131	Isabelle Grotenfelt	F11	19.7	Janakkala

Bättre inomhus

166	Iina Holopainen	D22	8.2	Tfors FM
139	Seela Kukkala	F13	18.1	Mylly
130	Inkeri Hirvi	F14	27.3	Mylly

Stav

200	Amina Sakah	F13	24.4	Mylly
190	Tara Karhu	F13	24.4	Mylly
170	Seela Kukkala	F13	17.11.24	Mylly
152	Isabel Norrback	F10	13.2	Mylly
135	Isabelle Grotenfelt	F11	24.4	Mylly

Längd

566	Pinja Pikkupeura	+0,2	D	4.6	Djuran
555	Tilda Lipasti	+0,6	D	28.6	Nickby
542	Miia Lindholm	+0,8	D	29.6	Djuran
542	Iina Holopainen	+0,1	D22	31.8	Riihimäki FM
536	Elmiina Siikala	-1,2	D19	28.6	Nickby
500	Emelie Österman	+0,9	D	28.6	Nickby
486	Iris Nygård	+1,1	D17	28.6	Nickby
456	Amina Sakah	+1,2	F13	27.9	Alberga
447	Noomi Rimpelä		F12	14.6	V-strand
433	Linnea Tähtinen	-2,6	F13	27.9	Alberga
420	Linda Palmgren	+1,9	D17	26.7	Lojo

Bättre inomhus

569	Elmiina Siikala	D19	1.3	Mylly FM-1
550	Iina Holopainen	D22	8.2	Tfors FM
536	Maria Djusko	D19	30.1	Mylly
436	Linda Palmgren	D17	1.2	Mylly
430	Seela Kukkala	F13	30.3	Mylly

Tresteg

12.09	Tilda Lipasti	+0,3	D	21.7	Riihimäki
10.57	Noomi Rimpelä	-1,5	F12	19.7	Janakkala
10.43	Emelie Österman	+1,9	D	16.7	Riihimäki
9.32	Eeva Laitinen	+1,0	F14	28.6	Nickby

Medvind

9.47	Linnea Tähtinen		F13	17.8	Lovisa
9.30	Seela Kukkala	+2,3	F13	24.5	Djuran

Kula (4,0)

12.89	Andrea Österman		D	29.6	Nickby
11.81	Miia Lindholm		D	28.6	Djuran
9.85	Iina Holopainen		D22	21.7	Riihimäki
9.24	Tilda Lipasti		D	1.9	Nickby

Bättre inomhus

11.85	Miia Lindholm		D	8.3	Jyväskylä
-------	---------------	--	---	-----	-----------

Kula (3,0)*Bättre inomhus*

11.85	Olivia Hämäläinen		D17	28.2	Mylly FM
-------	-------------------	--	-----	------	----------

Diskus (1,0)

35.93	Andrea Österman		D	24.8	Lahtis
-------	-----------------	--	---	------	--------

Slägga (4,0)

59.02	Andrea Österman		D	31.8	Nurmijärvi
41.32	Rebecca Barck		D	15.9	Djuran

Spjut (600)

54.32	Vivian Suominen		D22	23.7	Tfors
49.76	Nita Nupponen		D	16.6	Nickby
38.59	Miia Lindholm		D	2.8	Alberga FM
31.67	Andrea Österman		D	24.8	Lahtis
29.51	Iina Holopainen		D22	28.6	Nickby
27.12	Emelie Österman		D	28.6	Nickby

Spjut (500)

43.49	Olivia Hämäläinen		D17	26.6	Pihtipudas
43.16	Livia von Wendt		D17	13.7	Åbo FM-3
24.12	Linda Palmgren		D17	6.8	Nickby

Viktkast (9,07)

15.41	Andrea Österman	D	11.9	Borgå
-------	-----------------	---	------	-------

Femkamp inomhus

3676	Iina Holopainen	D22	20.1	Tfors FM19-3
	8,65 166 9.59 550 2.30,79			
3493	Miia Lindholm	D22	8.2	Jyväskylä VFM35-1
	9,22 166 11.85 529 2.55,40			

Sjukamp

4943	Iina Holopainen	D22	31.8	Riihimäki
	14,14/+0,9 165 9.82 25,70/+0,0 542/+0,1 26.61 2.24,98			
4647	Miia Lindholm	D	11.10	Funchal, Portugal
	15,05/+1,6 171 11.08 28,52/-2,0 508/-3,0 37.92 2.37,14			

60 m inomhus

7,49	Nora Lindahl	D22	11.1	Göteborg
7,55	Elmiina Siikala	D19	1.3	Mylly FM-1
8.03	Iina Holopainen	D22	1.3	Mylly
8,06	Vilma Klemetti	D19	25.1	Mylly
8,12	Maria Djusko	D19	8.2	Alberga
8,30	Kiia Äikää	D19	12.2	Håkansböle
8,41	Kerttu Mörtenhumer	D16	13.2	Mylly
8,55	Vilja Valtakari	D19	25.1	Mylly
8,55	Anni Berg	D22	8.2	Mylly
8,59	Emelie Österman	D	19.1	Mylly
8,77	Sofie Lähteenmäki	F15	17.11.2024	Mylly

60 m häck (84,0) inomhus

8,24	Mila Heikkonen	D19	6.1	Lahtis
8,51	Iina Holopainen	D22	28.2	Hfors FM-3
8,65	Maria Djusko	D19	28.2	Hfors FM-2
8,85	Charlotte Kajander	D19	2.2	Åbo
8,89	Kiia Äikää	D19	28.2	Hfors FM-4
9,22	Miia Lindholm	D	8.3	Jkylä VFM

60 m häck (76,2), 5 häckar inomhus

9,16	Matilda Levoranta	D16	1.2	Jkylä
------	-------------------	-----	-----	-------

STAFETT 2025**4 x 100 m**

44,07	Lassi Lehtimäki Anton Tallbacka Miro Heikkonen Roope Lakaniemi	H	26.8	Järvenpää	RM
45,19	Maxim Både Jesse Kettunen Ksllle Huhtala Roi Sankari	H19	26.8	Järvenpää	RM

45,75	Iina Holopainen Lotta Kemppinen Iris Nygård Mila Heikkonen	D	6.9	Lahtis	FM-1
46,09	Iina Holopainen Lotta Kemppinen Iris Nygård Mila Heikkonen	D	6.9	Lahtis	FM-förs.
50,36	Tuulia Kiuru Jonna Jäkkö Kiia Äikää Henni Piirainen	D19	6.9	Lahtis	FM
50,82	Kerttu Mörtenhumer Iris Nygård Eva Grönlund Henni Piirainen	D17	26.8	Järvenpää	
52,95	Amina Sakah Linnea Tähtinen Noomi Rimpelä Unna Harkio	F15	6.9	Lahtis	FM

53,52	Vilma Klemetti Vilja Valtakari Tuulia Kiuru Vilhelmina Saukkola	D17	26.8	Järvenpää
-------	--	-----	------	-----------

55,55	Eeva Laitinen Viivi Erholtz Via Muukkonen Eeva Viitala	F15	6.9	Lahtis FM
-------	---	-----	-----	-----------

4 x 300 m

2.57,43	Iris Nygård Eva Grönlund Saima Helminen Henni Piirainen	D17	27.8	Järvenpää
---------	--	-----	------	-----------

4 x 400 m

3.19,53	Maxim Både Daniel Lundmark Lassi Lehtimäki Anton Tallbacka	H	27.8	Järvenpää
---------	---	---	------	-----------

3.19,54	Maxim Både Daniel Lundmark Lassi Lehtimäki Simo Laine	H	27.8	Järvenpää
---------	--	---	------	-----------

3.50,19	Iina Holopainen Laura Laukko Hanah Anderson Mila Heikkonen	D	7.9	Lahtis FM-6
---------	---	---	-----	-------------

3.59,53	Iris Nygård Vilhelmiina Saukkola Henni Piirainen Jonna Jäkkö	D19	7.9	Lahtis FM-2
---------	---	-----	-----	-------------

4 x 800 m

9.12,50	Iina Holopainen Laura Laukko Vilhelmiina Saukkola Hanah Andersson	D	6.9	Lahtis FM-3
---------	--	---	-----	-------------

10.28,47	Ida Sjelvgren	F15	7.9	Lahtis	FM
	Amina Sakah				
	Unna Harkio				
	Linnea Tähtinen				

4 x 100 m bland häck

55,53	Iina Holopainen	D/M	7.9	Lahtis	FM-4
	Anton Tallbacka				
	Mila Heikkonen				
	Jesse Kettunen				

Statistiken sammanställd av Johan Åström.