

# VÅRE OLYMPIA-UTATTE - 2010

Utlistet av Magne Teigen, NSF/SG - 04.02.2010

## Christoffer Fagerli RUKKE

Født: 17.04.1988 Hønefoss - Bosted: Hol

H/V : 190cm / 89kg - Medlem av Hol IL

### Personlige rekorder :

500 m:	35,55	Calgary	04.12.2009
1000 m:	1.09,20	Calgary	02.03.2007
1500 m:	1.44,84	Salt Lake City	06.03.2009
3000 m:	3.56,15	Salt Lake City	19.08.2007
5000 m:	6.57,38	Erfurt	29.07.2006
10000 m:	14.51,47	Geithus	17.12.2006

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000	10000
1995/96:	( 7)	70,2 (400)					
1996/97:	( 8)	59,9 (400)					
1997/98:	( 9)	60,69					
1998/99:	(10)	53,8	1.59,5				
1999/00:	(11)	51,49	1.46,64	2.45,67			
2000/01:	(12)	47,26	1.36,85	2.38,70	6.22,7		
2001/02:	(13)	43,72	1.26,69	2.14,05	-		
2002/03:	(14)	41,95	1.23,90	2.07,93	4.41,44		
2003/04:	(15)	40,38	1.18,28	2.01,70	4.18,53		
2004/05:	(16)	38,36	1.15,17	1.56,51	4.16,96	7.33,38	
2005/06:	(17)	37,27	1.12,60	1.51,58	4.00,42	6.58,56	
2006/07:	(18)	35,68	1.09,20	1.46,55	3.59,50	6.57,38	14.51,47
2007/08:	(19)	36,07	1.09,89	1.45,85	3.56,15		
2008/09:	(20)	36,27	1.10,01	1.44,84	-	7.23,83	15.06,08
2009/10:	(21)	35,55	1.09,78	1.46,80			

### Deltakelse i INTERNASJONALE MESTERSKAP

<b>VMs</b>	2007	Hamar V	dq		1.09,79	11	36,02	20	dns				
	2009	Moskva K	36,27	20	1.10,60	13	36,37	23	1.10,83	16	143,355	20	
	2010	Obihiro	36,29	28	1.10,62	6	37,03	33	1.11,14	12	144,200	20	
<b>VMe</b>	2007	Salt Lake City							1.10,29	24	1.46,55	17	
	2008	Nagano									1.50,29	16	
	2009	Richmond							1.10,29	11	1.48,12	12	
<b>JVM</b>	2006	Erfurt	37,29	11	4.00,42	18	1.53,18	15	6.58,56	16	156,942	14	4.08,08 10
	2007	Innsbruck	36,70	3	3.59,50	10	2.19,77f	48	7.26,51	16	167,857	23	4.17,27 10

World Cup-poeng:	År	500	pl	1000	pl	1500	pl
	2007	8	49	15	45	40	32
	2008	3	51	38	35	81	18
	2009			28	40	102	14

### Deltakelse i LANDSKAMPER og REGIONALE "MESTERSKAP"

2005	G-16	Stockholm	41,07	1	2.13,2	2	1.24,7	1	4.51,9	4	176,470	2	
	MJ	Chemnitz	38,89	5	4.18,07	7	1.58,72	7			121,474	7	4.23,28 3
2006	MJ	Groningen	39,04	2	4.11,08	2	1.58,70	1			120,452	1	4.19,81 2
2007	MJ	Arendal Mk	37,40	2	4.01,22	4	1.53,14	1			115,316	1	4.12,4 2
<b>EJG</b>	2006	Collalbo	77,06	5	(38,93	7	38,13	5)	1.14,53	9	1.58,08	7	

### Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

<b>NMa</b>	2007	Geithus Fk	37,72	2	7.01,34	9	1.53,48	4	14.51,47	10	162,253	5	
	2009	Gol	37,84	2	7.23,83	12	1.54,19	2	15.06,08	11	165,590	9	
<b>NMs</b>	2008	Bjugn Fh	37,18	3	1.12,51	2	37,74	6	1.24,91	19	153,630	10	
	2009	Oslo VH	37,18	2	1.12,09	1	37,33	1	1.13,72	1	147,415	1	
	2010	Hamar V	36,52	3	1.11,33	2	dq						
<b>NMe</b>	2006	Hamar V					38,67	19	1.38,23f	19	1.58,11	23	
	2007	Hamar V					54,57f	22	dnf		2.41,75f	22	
	2007	Geithus Fk											14.51,47 10
	2008	Hamar V					36,66	1	1.11,44	2	1.49,32	2	
	2009	Hamar V					dq		1.10,01	2	1.48,33	2	
	2009	Gol											15.06,08 11
	2010	Hamar V					36,21	1	1.11,35	2	1.49,16	3	
<b>JNMa</b>	2005	Hundorp	39,73	4	4.36,62	9	2.04,40	5			127,299	17	
	2006	Trondheim L	dq		4.14,93	2	2.30,26f	31			-		
	2007	Larvik F	37,08	1	4.05,89	1	1.54,43	1	7.21,00	1	160,304	1	
<b>JNMs</b>	2005	Bergen Sl	39,80	2	1.20,23	1	39,31	2	1.17,86	1	158,155	1	
	2006	Asker R	39,52	3	1.18,36	2	38,83	2	1.17,71	2	156,385	2	
	2007	Bergen Sl	37,30	1	1.14,64	1	37,43	1	1.16,94	1	150,520	1	
<b>JNMe</b>	2004	Drammen Mk							1.23,82	7			
	2005	Bergen Sl	( 39,62	1	40,24	2)	79,86	2	1.19,08	2	2.06,37	2	

<b>LM-12</b>	2001	Larvik F	49,91	7	2.38,70	8	1.40,91	5	
<b>LM-13</b>	2002	Trondheim L	46,45	4	2.28,37	3	1.40,35	2	
<b>LM-14</b>	2003	Hamar V	42,08	4	2.10,67	4	1.24,34	4	
<b>LM-15</b>	2004	Hamar V	41,10	5	2.06,81	4	1.20,85	2	dns
<b>LM-16</b>	2005	Skien Is	dq		<b>2.05,03</b>	<b>1</b>	1.22,44	2	<b>4.37,11 1</b>

#### **NORSKE JUNIOR-REKORDER (godkjent av NSF)**

100 m:	9,93	Calgary Olympic Oval	17.03.2007
500 m:	36,02	Hamar / Vikingskipet	21.01.2007
500 m:	35,96	Calgary Olympic Oval	02.03.2007
500 m:	35,86	Calgary Olympic Oval	03.03.2007
500 m:	35,68	Calgary Olympic Oval	13.03.2007
1000 m:	1.09,79	Hamar / Vikingskipet	20.01.2007
1000 m:	1.09,20	Calgary Olympic Oval	02.03.2007
Sprint-firk.:	147,730	Calgary Olympic Oval	24.-25.03.2006
Lagtempo:	4.08,08	Erfurt / Gunda N-S Halle	12.03.2006
	4.06,26	Erfurt / Gunda N-S Halle	18.02.2007