

# VÅRE OLYMPIA-UTATTE - 2010

Utlistet av Magne Teigen, NSF/SG - 04.02.2010

## Hege BØKKO

Født: **05.09.1991** Hønefoss - Bosted: **Hovet**  
H/V: **171cm / 57kg** - Medlem av **Hol Idrettslag**

### Personlige rekorder :

500 m:	39,76	Hamar V	09.01.2010
1000 m:	1.16,43	Salt Lake City	13.12.2009
1500 m:	1.57,96	Calgary	05.12.2009
3000 m:	4.20,87	Salt Lake City	03.02.2010
5000 m:	8.11,03	Gol	21.12.2008

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000
1998/99:	( 6)	59,6 (400)				
1999/00:	( 7)	84,1				
2000/01:	( 8)	74,6	2.31,9			
2001/02:	( 9)	57,27	2.13,5			
2002/03:	(10)	54,04				
2003/04:	(11)	48,81	1.41,25	2.35,95		
2004/05:	(12)	47,82	1.39,00	2.32,06		
2005/06:	(13)	46,01	1.32,53	2.24,13	5.31,42	
2006/07:	(14)	43,93	1.28,51	2.17,40		
2007/08:	(15)	41,43	1.23,48	2.07,60	4.39,05	8.36,16
2008/09:	(16)	40,32	1.19,04	2.02,43	4.24,59	<b>8.11,03</b>
2009/10:	(17)	<b>39,76</b>	<b>1.16,43</b>	<b>1.57,96</b>	<b>4.20,87</b>	

### Deltakelse i INTERNASJONALE MESTERSKAP

<b>VMs</b>	2009	Moskva Kr	40,43	25	1.20,22	23	40,68	27	1.19,04	20	160,740	23		
<b>JVMa</b>	2009	Zakopane	41,22	8	2.09,12	12	1.20,63	2	4.38,30	14	170,958	8		
<b>JVMe</b>	2009	Zakopane	(41,22	11	41,30	10)	82,52	10	<b>1.20,63</b>	2	2.09,12	14	4.38,30	18
<b>EM</b>	2009	Heerenveen	40,42	7	4.25,29	17	2.02,43	13	125,445 / 14	-	-	15		
	2010	Hamar V	39,76	3	4.21,11	20	2.02,23	13	124,021 / 11	-	-	13		

### Deltakelse i LANDSKAMPER og REGIONALE "MESTERSKAP"

2007	J-14	Bergen Sl	45,76	3	1.38,48	5	dnf	-	2.28,96	2	-			
2008	J-15	Göteborg Rh	43,30	1	1.28,88	1	43,25	1	2.19,10	1	<b>177,356</b>	<b>1</b>		
2008	J-B	Chemnitz	44,30	7	2.15,52	5	1.29,72	10	4.58,94	9	184,156	7		
<b>EJG</b>	2008	Warszawa	(45,12	15	43,88	6)	89,00	10			2.17,66	11	3.37,39	6

### Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

<b>NMa</b>	2008	Bjugn Fh	43,76	4	4.52,72	6	2.16,85	5	8.36,16	6	189,778	5		
	2009	Gol	41,97	1	4.45,62	3	2.08,60	2	8.11,03	3	181,542	3		
<b>NMe</b>	2007	Hamar V					44,13	13	1.29,86	15				
	2008	Hamar V					43,56	11	1.27,47	10	2.14,93	11		
	2008	Bjugn Fh										8.36,16	6	
	2009	Hamar V					<b>40,73</b>	<b>1</b>	<b>1.21,06</b>	<b>1</b>	2.04,12	3	4.32,96	4
	2009	Gol										8.11,03	3	
	2010	Hamar V					<b>40,20</b>	<b>1</b>	<b>1.19,72</b>	<b>1</b>	<b>2.02,38</b>	<b>1</b>	4.21,90	3
<b>JNMa</b>	2008	Hundorp F	43,60	3	2.19,98	4	1.28,32	4	4.54,48	3	183,500	4		
<b>JNMs</b>	2007	Bergen S	46,42	12	1.37,48	18	47,28	18	1.40,93	19	192,905	17		
	2008	Bjugn Fh	43,02	3	1.27,06	4	42,97	3	1.26,38	4	172,710	3		
	2009	Oslo VH	42,11	1	1.22,92	1	42,11	1	1.23,97	1	<b>167,665</b>	<b>1</b>		
	2010	Hamar V	40,20	1	1.19,10	1	40,12	1	1.20,02	1	<b>159,880</b>	<b>1</b>		
<b>LM -12</b>	2005	Skien Is	49,23	3	2.36,75	3	1.46,39	4						
<b>LM -13</b>	2006	Hamar V	46,20	3	2.25,21	3	1.32,53	3			140,868	3		
<b>LM -14</b>	2007	Tromsø Tr	46,54	1			2.30,83	1			<b>96,816</b>	<b>1</b>		
<b>LM -15</b>	2008	Asker R	<b>43,05</b>	<b>1</b>	<b>2.15,72</b>	<b>1</b>	<b>1.26,08</b>	<b>1</b>	<b>4.57,85</b>	<b>1</b>				
<b>LM -16</b>	2009	Geithus F	<b>42,08</b>	<b>1</b>	dnf									

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

<b>500 m:</b>	40,32	Heerenveen	13.03.2009
	40,20	Hamar / Vikingskipet	24.10.2009
	40,15	Berlin S	08.11.2009
	40,01	Heerenveen / Thialf	13.11.2009
	39,91	Calgary Olympic Oval	04.12.2009
	39,82	Calgary Olympic Oval	05.12.2009
	39,76	Hamar / Vikingskipet	09.01.2010
<b>1000 m:</b>	1.19,04	Moskva / Krylatskoje	18.01.2009
	1.18,89	Berlin S	07.11.2009
	1.18,48	Heerenveen / Thialf	15.11.2009
	1.16,90	Calgary Olympic Oval	06.12.2009

<b>1500 m:</b>	1.16,43	Salt Lake City	13.12.2009
	1.59,69	Berlin S	08.11.2009
	1.57,96	Calgary Olympic Oval	05.12.2009
<b>Sprint-firk.:</b>	160,740	Moskva / Krylatskoje	17.-18.01.2009
	159,880	Hamar / Vikingskipet	02.-03.01.2010
<b>Lagtempo:</b>	3.27,82	Zakopane	22.02.2009
	3.18,42	Groningen	01.03.2009