

HELSINGIN TARMON YLEISURHEILUENNÄTYKSET

Viralliset lajit miehet-pojat 14, ulkorata- ja halliennätykset eroteltuna

h = käsiajanotto, yp (halliennätyksissä) = yli 200 m ratakierron

MIEHET

ULKORATAENNÄTYKSET

100 m	11,10	Tuukka Heinonen	Vantaa/M	26.7.2017
200 m	22,51	Tuukka Heinonen	Vihti/N	11.7.2017
400 m	52,00	Raimo Koljonen	Vantaa/M	21.5.1983
800 m	1.57,9h	Aarre Hyryläinen	Tampere/P	27.8.1939
1000 m	2.38,8h	Urho Rinne	Helsinki/E	25.7.1934
1500 m	4.09,7h	Vilho Majonen	Helsinki/E	29.6.1934
3000 m	8.53,2h	Vilho Majonen	Helsinki/E	17.7.1935
5000 m	15.31,0h	Holger Lindblom	Helsinki/E	2.9.1939
10000 m	33.46,0h	Urho Rinne	Helsinki/E	22.9.1935
5 km tiejuoksu	17.13	Lasse Hakulinen	Helsinki	19.10.2013
10 km tiejuoksu	35.08	Jari Nylander	Vantaa	14.3.2015
puolimaraton	1.16.13	Lasse Hakulinen	Helsinki	15.8.2015
maraton	2.41.25	Joël Ferrand	Vantaa	13.10.2012
3000 m ej	10.28,35	Lasse Hakulinen	Vantaa/Hi	9.6.2014
110 m aj	15,24	Jari Söderberg	Vantaa/M	19.6.1984
400 m aj	56,36	Raimo Koljonen	Helsinki/E	18.7.1983
korkeus	207	Sami Nieminen	Tampere	31.8.1982
seiväs	450	Jere Liskojärvi	Jyväskylä	22.7.2018
pituus	723	Sakari Toivonen	Helsinki/OS	15.9.1940
3-loikka	13.92	Sakari Toivonen	Turku	20.8.1939
kuula	14.43	Leo Koskinen	Järvenpää	11.8.1953
kiekko	48.54	Ville Tanskanen	Helsinki/E	5.7.2017
moukari	52.30	Sulo Heino	Helsinki/E	22.9.1935
keihäs	61.03	Tuukka Heinonen	Sipoo	28.6.2017
10-ottelu	6614	Jere Liskojärvi	Jyväskylä	22.7.2018
		11,64 676 10.50 178 53,09 16,16 35.51 450 54.22 4.48,30		

10000 m kävely

20 km kävely

4x100 m	44,47	M20	Mikkeli	21.8.1982
		Harry Strömberg, Jari Söderberg, Raimo Koljonen, Jan Tamlander		
4x400 m	3.27,82	M18	Jyväskylä	24.7.1983
		Petteri Raito, Raimo Koljonen, Timo Möykkymäki, Harry Strömberg		
4x800 m	8.26,3h	M	Helsinki/E	8.7.1933
4x1500 m	17.19,1h	M	Kotka/P	17.6.1934
		Vilho Majonen, Heikki Saari, Oiva Kallio, Urho Rinne		
1000 m viesti	2.07,26	M18	Tampere	7.9.1980
		Jan Tamlander, Jari Söderberg, Jukka Nyholm, Jarmo Koivunotko		

HALLIENNÄTYKSET

60 m	7,09	Tuukka Heinonen	Kuortane	23.2.2018	
200 m	22,98	Tuukka Heinonen	Helsinki	20.1.2018	
	yp	22,59	Tuukka Heinonen	Tampere	10.2.2018
400 m	52,97	Raimo Koljonen	Turku	6.2.1983	
	yp	52,58	Alex Vääränen	Tampere	7.2.2015
800 m	2.03,90	Jussi Ilmasti	Otaniemi	26.1.1983	
1500 m	4.34,15	Jari Nylander	Helsinki	12.12.2013	
3000 m	9.49,2h	Markku Lehikoinen	Otaniemi	3.2.1982	
60 m aj	8,62	Jari Söderberg	Turku	12.2.1984	
300 m aj	yp				
korkeus	207	Sami Nieminen	Otaniemi	22.1.1983	
seiväs	425	Jere Liskojärvi	Helsinki	4.2.2018	
pituus	713	Jari Söderberg	Otaniemi	19.12.1984	
3-loikka	13.36	Tuukka Heinonen	Turku	1.3.2015	
kuula	13.10	Jukka Nyholm	Turku	31.1.1981	
7-ottelu	4348	Kari Aro	Turku	23.2.1980	
		7,47 648 9,85 170 9,48 380 2.55,9h			

5000 m kävely

4x200 m	1.42,97	M	Helsinki	10.2.2011
		George Nchamba, Mahamed Hassan, Abdurahman Hämäläinen, Kalle Ilves		

M22

ULKORATAENNÄTYKSET

100 m	11,10	Tuukka Heinonen	Vantaa/M	26.7.2017
-------	-------	-----------------	----------	-----------

200 m	22,51	Tuukka Heinonen	Vihti/N	11.7.2017
400 m	52,00	Raimo Koljonen	Vantaa/M	21.5.1983
800 m	2.00,01	Ilari Nummi	Helsinki/OS	20.6.1979
1000 m	2.44,1h	Oiva Kallio	Helsinki/E	1.6.1934
1500 m	4.18,1h	Vilho Majonen	Helsinki/E	29.7.1933
3000 m	9.20,0h	Vilho Majonen	Helsinki/E	3.9.1933
5000 m	15.31,0h	Holger Lindblom	Helsinki/E	2.9.1939
10000 m	37.40,6h	Markku Lehikoinen	Helsinki/E	11.5.1983
10 km tiejuoksu	49.59	Amos Häikiö	Helsinki	25.10.2014
3000 m ej	10.42,32	Markku Lehikoinen	Helsinki/E	18.7.1983
110 m aj	15,24	Jari Söderberg	Vantaa/M	19.6.1984
400 m aj	56,36	Raimo Koljonen	Helsinki/E	18.7.1983
korkeus	207	Sami Nieminen	Tampere	31.8.1982
seiväs	450	Jere Liskojärvi	Jyväskylä	22.7.2018
pituus	697	Jari Söderberg	Vantaa/M	18.6.1984
3-loikka	13.76	Jukka Myllys	Helsinki/E	15.8.1984
kuula	13.51	Jukka Nyholm	Espoo/La	1.6.1980
kiekko	46.33	Ville Tanskanen	Raasepori/K	7.8.2015
moukari	33.90	Sakari Toivonen	Riihimäki	22.8.1935
keihäs	61.03	Tuukka Heinonen	Sipoo	28.6.2017
10-ottelu	6614	Jere Liskojärvi	Jyväskylä	22.7.2018
		11,64 676 10.50 178 53,09 16,16 35.51 450 54.22 4.48,30		

10000 m kävely

20 km kävely

HALLIENNÄTYKSET

60 m	7,09	Tuukka Heinonen	Kuortane	23.2.2018
200 m	22,98	Tuukka Heinonen	Helsinki	20.1.2018
	yp	Tuukka Heinonen	Tampere	10.2.2018
400 m	52,97	Raimo Koljonen	Turku	6.2.1983
	yp	Alex Vääränen	Tampere	7.2.2015
800 m	2.03,90	Jussi Ilmasti	Otaniemi	26.1.1983
1500 m	4.54,2h	Eemil Ferrand	Helsinki	17.3.2016
3000 m	9.49,2h	Markku Lehikoinen	Otaniemi	3.2.1982
60 m aj	8,62	Jari Söderberg	Turku	12.2.1984
300 m aj	yp			
korkeus	207	Sami Nieminen	Otaniemi	22.1.1983
seiväs	425	Jere Liskojärvi	Helsinki	4.2.2018
pituus	713	Jari Söderberg	Otaniemi	19.12.1984
3-loikka	13.36	Tuukka Heinonen	Turku	1.3.2015
kuula	13.10	Jukka Nyholm	Turku	31.1.1981
7-ottelu	4202	Jukka Nyholm	Turku	1.2.1981
		7,79 564 13.10 175 9,53 370 3.02,09		

5000 m kävely

M19

ULKORATAENNÄTYKSET

100 m	11,50	Jari Söderberg	Helsinki/E	20.8.1981
200 m	23,67	Pasi Åkerfeldt	Heinola	26.8.1984
400 m	52,00	Raimo Koljonen	Vantaa/M	21.5.1983
800 m	2.00,01	Ilari Nummi	Helsinki/OS	20.6.1979
1000 m	2.49,2h	Aarre Hyryläinen	Lohja	16.9.1934
1500 m	4.20,0h	Kari Kuismin	Turku	15.8.1980
3000 m	9.44,9h	Markku Lehikoinen	Helsinki/OS	31.5.1981
5000 m	18.25,8h	Eemil Ferrand	Helsinki/E	17.9.2015
10 km tiejuoksu	49.59	Amos Häikiö	Helsinki	25.10.2014
3000 m ej	10.42,32	Markku Lehikoinen	Helsinki/E	18.7.1983
110 m aj	15,02	Harry Strömberg	Lahti	30.7.1983
400 m aj	56,36	Raimo Koljonen	Helsinki/E	18.7.1983
korkeus	195	Jari Söderberg	Helsinki/E	10.8.1981
seiväs	450	Jere Liskojärvi	Jyväskylä	22.7.2018
pituus	680	Jari Söderberg	Helsinki/H	24.9.1981
3-loikka	13.76	Jukka Myllys	Helsinki/E	15.8.1984
kuula	14.35	Jukka Nyholm	Vantaa/Hi	24.8.1980
kiekko	42.16	Jukka Nyholm	Vantaa/M	21.7.1980
moukari	37.32	Jere Liskojärvi	Helsinki/E	3.10.2018
keihäs	58.66	Jere Liskojärvi	Oulu	26.8.2018
10-ottelu	6640	Jere Liskojärvi	Oulu	26.8.2018
		12,21 668 12.43 176 52,83 16,00 41.20 410 58.66 4.54,76		

10000 m kävely

20 km kävely

4x100 m	44,47	M20	Mikkeli	21.8.1982
			Harry Strömberg, Jari Söderberg, Raimo Koljonen, Jan Tamlander	
4x400 m	3.27,82	M18	Jyväskylä	24.7.1983
			Petteri Raito, Raimo Koljonen, Timo Möykkymäki, Harry Strömberg	
3x800 m	6.42,35	M19	Helsinki/E	2.7.2016
			Jere Liskojärvi, Aarni Laakkonen, Eemil Ferrand	
4x100 m aj	63,69	M19	Seinäjäki	5.7.2015
			Jere Liskojärvi, Alex Vääränen, Iivo Koski, Tuukka Heinonen	

HALLIENNÄTYKSET

60 m	7,31	Harry Strömberg	Otaniemi	29.1.1983
200 m	23,74	Harry Strömberg	Otaniemi	26.1.1983
400 m	52,97	Raimo Koljonen	Turku	6.2.1983
	52,58	Alex Vääränen	Tampere	7.2.2015
800 m	2.06,23	Petteri Raito	Turku	6.2.1983
1500 m	4.54,2h	Eemil Ferrand	Helsinki	17.3.2016
3000 m	9.49,2h	Markku Lehikoinen	Otaniemi	3.2.1982
60 m aj	8,50	Jere Liskojärvi	Kuortane	25.2.2018
300 m aj				
korkeus	190	Jari Söderberg	Otaniemi	3.2.1982
seiväs	425	Jere Liskojärvi	Helsinki	4.2.2018
pituus	690	Jari Söderberg	Otaniemi	30.1.1982
3-loikka	13.36	Tuukka Heinonen	Turku	1.3.2015
kuula	13.47	Jukka Nyholm	Turku	22.2.1980
7-ottelu	4805	Jere Liskojärvi	Helsinki	4.2.2018

7,65 639 12.20 170 8,56 425 2.49,55

5000 m kävely				
4x200 m	1.50,11	M17	Helsinki	27.2.2014
			Lukas Thimm, Jere Liskojärvi, Alex Vääränen, Arsi Leinonen	

M17

ULKORATAENNÄTYKSET

100 m	11,54	Raimo Koljonen	Lahti	30.7.1983
200 m	23,67	Pasi Åkerfeldt	Heinola	26.8.1984
300 m	37,05	Alex Vääränen	Helsinki/E	31.5.2015
400 m	52,00	Raimo Koljonen	Vantaa/M	21.5.1983
800 m	1.59,9h	Ilari Nummi	Helsinki/V	5.7.1978
1000 m	2.49,8h	Raimo Koljonen	Helsinki/E	12.9.1982
1500 m	4.20,0h	Kari Kuusmin	Turku	15.8.1980
3000 m	9.44,9h	Markku Lehikoinen	Helsinki/OS	31.5.1981
10 km tiejuoksu	49.59	Amos Häikiö	Helsinki	25.10.2014
1500 m ej	4.35,6h	Kari Kuusmin	Espoo/La	29.7.1980
2000 m ej	7.13,99	Eemil Ferrand	Kalajoki	22.8.2015
110 m aj	15,38	Jere Liskojärvi	Kajaani	20.8.2016
300 m aj	39,56	Raimo Koljonen	Lahti	31.7.1983
400 m aj	56,36	Raimo Koljonen	Helsinki/E	18.7.1983
korkeus	186	Jari Söderberg	Tampere	7.9.1980
seiväs	410	Jarmo Koivunotko	Vantaa/Hi	17.6.1979
pituus	678	Jere Liskojärvi	Huddinge SWE	11.6.2016
3-loikka	13.12	Raimo Koljonen	Vantaa/M	1.6.1983
kuula	13.78	Jere Liskojärvi	Huddinge SWE	11.6.2016
kiekko	41.06	Jere Liskojärvi	Huddinge SWE	12.6.2016
moukari	34.07	Jere Liskojärvi	Helsinki/E	31.8.2015
keihäs	55.06	Jere Liskojärvi	Kangasala	29.5.2016
10-ottelu	6594	Jere Liskojärvi	Huddinge SWE	12.6.2016

12,21 678 13.78 171 53,82 15,56 41.06 378 52.42 4.43,56

5000 m kävely				
10 km kävely				
4x100 m	48,56	M17	Lahti	5.7.2014
			Jere Liskojärvi, Alex Vääränen, Iivo Koski, Carl Katigbak	
4x300 m	2.52,43	M17	Lahti	6.7.2014
			Jere Liskojärvi, Alex Vääränen, Iivo Koski, Amos Häikiö	
3x800 m	7.31,31	M17	Lahti	5.7.2014
			Jere Liskojärvi, Aarni Laakkonen, Alex Vääränen	
4x100 maj	70,41	M17	Riihimäki	24.6.2014
			Jere Liskojärvi, Alex Vääränen, Iivo Koski, Amos Häikiö	

HALLIENNÄTYKSET

60m	7,41	Harry Strömberg	Otaniemi	3.2.1982
300 m	37,70	Alex Vääränen	Helsinki	1.2.2015
800 m	2.07,8h	Raimo Koljonen	Otaniemi	11.1.1983
1500 m	5.03,70	Jere Liskojärvi	Helsinki	10.4.2016

3000 m	9.49,2h	Markku Lehikoinen	Otaniemi	3.2.1982
60 m aj	8,40	Jere Liskojärvi	Helsinki	18.2.2016
300 m aj	42,82	Alex Vääränen	Pajulahti	15.2.2015
korkeus	180	Jarmo Koivunotko	Turku	17.2.1979
seiväs	390	Jarmo Koivunotko	Turku	18.2.1979
	390	Jere Liskojärvi	Kuortane	13.3.2016
pituus	656	Jere Liskojärvi	Kuortane	12.3.2016
3-loikka	13.05	Raimo Koljonen	Otaniemi	29.1.1983
kuula	13.61	Jere Liskojärvi	Helsinki	31.1.2016
7-ottelu	4749	Jere Liskojärvi	Kuortane	13.3.2016

7,55 656 13.47 167 8,46 390 2.59,81

3000 m kävely				
4x200 m	1.50,11	M17	Helsinki	27.2.2014
		Lukas Thimm, Jere Liskojärvi, Alex Vääränen, Arsi Leinonen		

M16

ULKORATAENNÄTYKSET

100 m	11,88	Alex Vääränen	Espoo/Le	26.7.2014
200 m	24,19	Alex Vääränen	Espoo/Le	27.7.2014
300 m	37,89	Raimo Koljonen	Salo	30.7.1982
400 m	55,26	Alex Vääränen	Nurmijärvi	16.7.2014
800 m	2.03,1h	Ilari Nummi	Hyvinkää	9.6.1977
1000 m	2.49,8h	Raimo Koljonen	Helsinki/E	12.9.1982
1500 m	4.27,0h	Markku Lehikoinen	Turku	15.8.1980
3000 m	9.44,9h	Markku Lehikoinen	Helsinki/OS	31.5.1981
10 km tiejuoksu	49.59	Amos Häikiö	Helsinki	25.10.2014
1500 m ej	4.51,4h	Kari Kuismin	Porvoo	26.8.1979
2000 m ej	7.39,8h	Eemil Ferrand	Helsinki/E	17.9.2014
110 m aj	15,77	Jere Liskojärvi	Tuusula	14.7.2015
300 m aj				
400 m aj	61,27	Alex Vääränen	Kotka/K	24.8.2014
korkeus	185	Jukka Skofelt	Espoo/O	6.9.1976
seiväs	390	Jarmo Koivunotko	Heinola	29.8.1978
pituus	645	Jari Porttila	Joensuu	18.9.1976
3-loikka	12.89	Jere Liskojärvi	Tuusula	15.7.2015
kuula	13.31	Jere Liskojärvi	Huittinen	5.9.2015
kiekko	40.34	Jere Liskojärvi	Huittinen	6.9.2015
moukari	34.07	Jere Liskojärvi	Helsinki/E	31.8.2015
keihäs	52.87	Jere Liskojärvi	Huittinen	6.9.2015
10-ottelu	5823	Jere Liskojärvi	Helsinki/E	8.7.2015

12,32 613 12.23 174 57,15 15,97 35.04 360 49.55 5.07,68

5000 m kävely

10 km kävely

HALLIENNÄTYKSET

60m	7,61	Antto Virenius	Helsinki	26.11.2006
300 m	39,51	Antto Virenius	Helsinki	26.11.2006
800 m	2.19,7h	Markku Lehikoinen	Otaniemi	27.1.1979
1500 m	5.15,01	Amos Häikiö	Helsinki	2.2.2014
3000 m	11.52,93	Jere Liskojärvi	Helsinki	12.4.2015
60 m aj	8,84	Jere Liskojärvi	Helsinki	8.3.2015
300 m aj				
korkeus	175	Jukka Skofelt	Pajulahti	9.2.1975
seiväs	340	Jere Liskojärvi	Helsinki	8.3.2015
pituus	608	Jere Liskojärvi	Helsinki	17.12.2015
3-loikka	12.74	Jere Liskojärvi	Turku	28.2.2015
kuula	12.15	Iivo Koski	Helsinki	17.12.2015
7-ottelu	4176	Jere Liskojärvi	Helsinki	8.3.2015

7,81 595 11.49 170 8,84 340 3.03,85

3000 m kävely

P15

ULKORATAENNÄTYKSET

100 m	12,01	Carl Katigbak	Helsinki/E	2.6.2014
300 m	41,12	Jere Liskojärvi	Vantaa/Hi	27.8.2014
800 m	2.11,7h	Markku Lehikoinen	Vantaa/M	26.5.1980
2000 m	6.03,2h	Markku Lehikoinen	Vantaa/M	10.6.1980
1500 m ej	4.58,3h	Markku Lehikoinen	Espoo/O	22.7.1980
100 m aj	14,76	Harry Strömberg	Mikkeli	20.9.1980
300 m aj	44,28	Jere Liskojärvi	Helsinki/E	23.7.2014
korkeus	181	Jukka Skofelt	Espoo/O	14.7.1975
seiväs	340	Jarmo Koivunotko	Espoo/O	22.6.1977

pituus	627	Harri Mäki-Reinikka	Kaarina	21.9.1973
3-loikka	12.52	Jere Liskojärvi	Raisio	24.8.2014
kuula	13.09	Janne Kekkinen	Vantaa/M	12.8.1987
kiekko	38.39	Jere Liskojärvi	Helsinki/E	17.9.2014
moukari	35.24	Iivo Koski	Helsinki/E	1.9.2014
keihäs	48.91	Jere Liskojärvi	Vantaa/M	3.6.2014
5-ottelu	2961	Jere Liskojärvi	Uusikaarlepyy	7.9.2014
		14,93 590 48.81 302 3.18,26		
3000 m kävely				
4x100 m	51,36	P15	Espoo/Le	20.5.2013
		Jere Liskojärvi, Alex Vääränen, Iivo Koski, Carl Katigbak		
4x800 m	9.58,2h	P14	Helsinki/V	30.5.1978
		Mika Hentunen, Jari Lehikoinen, Petteri Raito, Markku Lehikoinen		
4x80 m aj	61,58	P15	Espoo/Le	21.5.2013
		Jere Liskojärvi, Iivo Koski, Alex Vääränen, Markus Alanko		
HALLIENNÄTYKSET				
60 m	7,62	Carl Katigbak	Helsinki	15.3.2014
300 m	42,65	Pasi Åkerfeldt	Otaniemi	10.2.1982
800 m	2.19,7h	Markku Lehikoinen	Otaniemi	27.1.1979
2000 m	8.01,62	Jere Liskojärvi	Helsinki	10.1.2013
60 m aj	9,51	Jere Liskojärvi	Tampere	9.3.2014
300 m aj	yp			
korkeus	175	Jukka Skofelt	Pajulahti	9.2.1975
seiväs	295	Jesse Silvennoinen	Helsinki	17.12.2009
pituus	582	Jere Liskojärvi	Helsinki	27.11.2014
3-loikka	11.67	Jari Porttila	Turku	16.3.1975
kuula	13.07	Jere Liskojärvi	Helsinki	27.11.2014
5-ottelu	2622	Jere Liskojärvi	Jyväskylä	1.3.2014
		9,53 550 10.68 280 3.18,03		
3000 m kävely				
4x200 m	2.05,61	P15	Helsinki	20.1.2013
		Carl Katigbak, Jere Liskojärvi, Markus Alanko, Iivo Koski		
P14				
ULKORATAENNÄTYKSET				
100 m	12,58	Carl Katigbak	Helsinki/E	18.9.2013
300 m	43,95	Jevgeni Saastamoinen	Turku	8.9.1979
800 m	2.16,8h	Ilari Nummi	Helsinki/E	1.6.1975
2000 m	6.17,45	Markku Lehikoinen	Turku	8.9.1979
1500 m ej	6.05,7h	Jere Liskojärvi	Helsinki/Pu	25.5.2013
100 m aj	18,50	Jere Liskojärvi	Raasepori/K	6.9.2013
300 m aj	50,52	Jere Liskojärvi	Helsinki/E	31.7.2013
korkeus	170	Jarmo Koivunotko	Riihimäki	25.8.1976
seiväs	262	Jere Liskojärvi	Raasepori/K	6.9.2014
pituus	579	Jari Porttila	Helsinki/OS	14.9.1974
3-loikka	11.89	Heikki Kaansalo	Helsinki/OS	9.9.1973
kuula	13.09	Janne Kekkinen	Vantaa/M	12.8.1987
kiekko	35.23	Jarmo Koivunotko	Helsinki/E	7.8.1976
moukari	30.06	Iivo Koski	Helsinki/Pu	25.9.2013
keihäs	38.43	Jere Liskojärvi	Helsinki/E	18.9.2013
5-ottelu	1871	Jere Liskojärvi	Raasepori/K	6.9.2013
		18,50 473 35.91 262 3.32,70		
3000 m kävely				
HALLIENNÄTYKSET				
60 m	7,90	Carl Katigbak	Helsinki	7.11.2013
300 m	45,40	Jesse Silvennoinen	Helsinki	30.11.2008
800 m	2.19,7h	Markku Lehikoinen	Otaniemi	27.1.1979
2000 m	8.01,62	Jere Liskojärvi	Helsinki	10.1.2013
60 m aj	10,92	Jere Liskojärvi	Helsinki	22.4.2013
300 m aj	yp			
korkeus	163	Jevgeni Saastamoinen	Otaniemi	13.3.1980
seiväs	235	Jere Liskojärvi	Helsinki	16.3.2013
pituus	512	Nico Kapanen	Helsinki	15.12.2016
3-loikka	9.53	Jere Liskojärvi	Helsinki	7.4.2013
kuula	11.65	Iivo Koski	Helsinki	24.11.2013
5-ottelu	833	Eemil Ahokas	Helsinki	15.12.2016
		13,66 346 NH 6,86 4.13,33		
3000 m kävely				