

HELSINGIN TARMON YLEISURHEILUENNÄTYKSET

i = sisähallissa

T13

60 m	8,83 i	Annika Åkerfeldt	Helsinki	19.3.2006
200 m	31,68 i	Karoliina Pohjonen	Helsinki	21.1.2017
1000 m	3.48,47 i	Eveliina Alanko	Helsinki	12.12.2013
60 m aj	12,18	Sara Hekkala	Helsinki/E	22.5.2018
200 m aj	40,40	Outi Ruotsalainen	Vantaa/M	23.5.1981
korkeus	140	Sara Hekkala	Espoo/Le	16.6.2018
seiväs	230	Elsa Kattainen	Kirkkonummi/V	9.9.2014
pituus	442 i	Tarja Löfman	Turku	10.3.1973
3-loikka	9.39	Lia Catania	Helsinki/Pu	25.9.2013
kuula	10.25	Eva-Lotta Vendla	Helsinki/E	7.9.2013
kiekko	27.32	Sini Simonen	Helsinki/E	9.8.1990
moukari	32.66	Eva-Lotta Vendla	Helsinki/E	9.9.2013
keihäs	27.42	Mirja Pyysiäinen	Helsinki/Pi	24.8.1974
4-ottelu	1055	Sara Hekkala	Helsinki/E	22.5.2018
		12,18 395 6.34 2.56,24	60 m aj kuula pituus 800 m	
5-ottelu	1248	Sara Hekkala	Vantaa/M	15.9.2018
		12,69 139 14.09 402 2.59,89	60 m aj korkeus keihäs pituus 800 m	
2000 m kävely	14.39,3h	Marianne Kuopanportti	Vantaa/M	21.5.1990
4x100 m	61,63	T13	Vantaa/Hi	21.8.2013
		Lia Catania, Eveliina Alanko, Minni Virtanen, Eva-Lotta Vendla		
4x600 m	9.36,04	T11	Helsinki/V	31.5.2016
		Karoliina Pohjonen, Alina Aho, Eeva Eisanen, Sara Hekkala		
4x60 m aj	55,16 i	T13	Tampere	10.3.2018
		Alisa Hyrri, Eeva Eisanen, Sara Hekkala, Regina Laitinen		

T12

60 m	8,90	Mariella Nzama Bondomo	Helsinki/E	21.9.2016
200 m	31,68 i	Karoliina Pohjonen	Helsinki	21.1.2017
1000 m	3.48,96 i	Elsa Kattainen	Helsinki	12.12.2013
60 m aj	12,18	Sara Hekkala	Helsinki/E	22.5.2018
200 m aj				
korkeus	140	Sara Hekkala	Espoo/Le	16.6.2018
seiväs	160 i	Eva-Lotta Vendla	Helsinki	20.12.2012
	160 i	Elsa Kattainen	Helsinki	19.12.2013
pituus	430	Mirja Pyysiäinen	Helsinki/E	15.9.1973
3-loikka	6.99	Viivi Palevaara	Vantaa/M	5.9.1996
kuula	8.34	Tarja Löfman	Helsinki/E	27.8.1972
kiekko	24.94	Sini Simonen	Nurmijärvi	30.8.1989
moukari	25.55	Eva-Lotta Vendla	Helsinki/E	19.9.2012
keihäs	18.48	Marianne Kuopanportti	Helsinki/E	9.8.1990
4-ottelu	1055	Sara Hekkala	Helsinki/E	22.5.2018
		12,18 395 6.34 2.56,24	60 m aj kuula pituus 800 m	
5-ottelu	1248	Sara Hekkala	Vantaa/M	15.9.2018
		12,69 139 14.09 402 2.59,89	60 m aj korkeus keihäs pituus 800 m	
2000 m kävely	14.39,3h	Marianne Kuopanportti	Vantaa/M	21.5.1990

T11

60 m	8,90	Mariella Nzama Bondomo	Helsinki/E	21.9.2016
150 m	23,56	Karoliina Pohjonen	Vantaa/Hi	9.8.2017
1000 m	4.04,72	Sara Hekkala	Helsinki/E	27.8.2016
60 m aj	11,51	Sara Hekkala	Helsinki/V	16.9.2017
korkeus	130	Sara Hekkala	Helsinki/V	16.9.2017
seiväs	110	Maija Luukkonen	Helsinki/E	28.9.1997
pituus	401 i	Sara Hekkala	Helsinki	14.12.2017
3-loikka	7.52 i	Lia Catania	Helsinki	10.2.2011
kuula	9.89	Emilia Heinonen	Hyvinkää	17.6.2015

kiekko	20.02	Marianne Kuopanportti	Helsinki/E	8.8.1990
moukari	16.55	Eveliina Friman	Helsinki/E	3.9.2018
keihäs	18.48	Marianne Kuopanportti	Helsinki/E	9.8.1990
3-ottelu	1037	Mariella Nzama Bondomo	Helsinki/E	21.9.2016
		8,90 400 8.09	60 m pituus kuula	
4-ottelu	980	Sara Hekkala	Helsinki/V	16.9.2017
		11,51 12.57 130 3.03,29	60 m aj keihäs korkeus 800 m	
1000 m kävely	6.32,28	Lia Catania	Espoo/Le	3.9.2011
4x50 m	30,79	T11	Helsinki/V	30.5.2016
		Sara Hekkala, Eeva Eisanen, Karoliina Pohjonen, Mariella Nzama Bondomo		
4x600 m	9.36,04	T11	Helsinki/V	31.5.2016
		Karoliina Pohjonen, Alina Aho, Eeva Eisanen, Sara Hekkala		
T10				
60 m	8,90	Mariella Nzama Bondomo	Helsinki/E	21.9.2016
150 m	24,38 i	Karoliina Pohjonen	Helsinki	2.4.2016
1000 m	4.04,72	Sara Hekkala	Helsinki/E	27.8.2016
60 m aj	12,17	Sara Hekkala	Helsinki/E	24.9.2016
korkeus	117	Sara Hekkala	Helsinki/Pu	18.9.2016
seiväs	110	Maija Luukkonen	Helsinki/E	28.9.1997
pituus	400	Mariella Nzama Bondomo	Helsinki/E	21.9.2016
3-loikka	5.89	Ruut Tuovinen	Hyvinkää	2.8.2018
kuula	9.00	Mariella Nzama Bondomo	Helsinki/E	27.8.2016
kiekko	19.60	Sini Simonen	Helsinki/E	11.8.1987
moukari	16.55	Eveliina Friman	Helsinki/E	3.9.2018
keihäs	14.48	Lia Catania	Helsinki/E	23.9.2010
3-ottelu	1037	Mariella Nzama Bondomo	Helsinki/E	21.9.2016
		8,90 400 8.09	60 m pituus kuula	
4-ottelu	760	Sara Hekkala	Helsinki/E	24.9.2016
		12,17 9.82 117 3.14,04	60 m aj keihäs korkeus 800 m	
1000 m kävely	6.43,53	Lia Catania	Helsinki/V	4.9.2010
T9				
40 m	6,86 i	Mariella Nzama Bondomo	Helsinki	17.12.2015
	6,86 i	Karoliina Pohjonen	Helsinki	17.12.2015
1000 m	4.06,9h i	Emma Atarah	Helsinki	3.4.2011
korkeus	105	Tiina Ihalainen	Espoo/O	10.8.1989
pituus	353	Tiina Ihalainen	Espoo/O	9.8.1989
	353 i	Mariella Nzama Bondomo	Helsinki	17.12.2015
kuula	6.59	Sari Mikkonen	Helsinki/Pi	24.8.1974
kiekko	9.21	Maija Luukkonen	Helsinki/E	15.9.1998
moukari	7.97	Maija Luukkonen	Helsinki/E	8.9.1998
keihäs	10.67	Zoe Giovanzana	Helsinki/Pu	5.9.2018
3-ottelu	628 i	Mariella Nzama Bondomo	Helsinki	17.12.2015
		6,86 353 5.32	40 m pituus kuula	
4-ottelu	269	Peppi Asikainen	Vantaa/M	15.9.2018
		8,18 88 5.82 4.16,77	40 m korkeus keihäs 800 m	
600 m kävely	4.06,66	Zoe Giovanzana	Helsinki/E	26.8.2018
4x400 m				
T8				
40 m	7,48 i	Emma Atarah	Helsinki	7.3.2010
1000 m	4.39,01 i	Julia Suhonen	Helsinki	4.3.2012
korkeus	94	Emma Atarah	Helsinki/V	5.9.2010
pituus	303 i	Emma Atarah	Helsinki	15.11.2009
	303 i	Julia Suhonen	Helsinki	19.1.2012
kuula	4.20	Ona Perälä	Helsinki/O	1.9.2009
kiekko	8.66	Maija Luukkonen	Helsinki/E	28.9.1997
moukari	4.44	Maija Luukkonen	Helsinki/E	28.9.1997

keihäs	8.67	Emma Atarah	Helsinki/V	4.9.2010
3-ottelu	397 i	Julia Suhonen 7,3h 275 3.80	Helsinki	8.12.2011
4-ottelu	264	Veera Heiti 7,81 70 4.84 3.52,70	Vantaa/M	15.9.2018
600 m kävely	5.14,19 i	Emma Atarah	Helsinki	7.3.2010
T7				
40 m	7,68	Julia Suhonen	Otaniemi	6.12.2011
1000 m	4.43,25	Julia Suhonen	Helsinki/E	19.6.2011
korkeus	75 i	Helmi Ritaranta	Hyvinkää	7.1.2018
pituus	303 i	Emma Atarah	Helsinki	15.11.2009
kuula	3.96	Julia Suhonen	Helsinki	16.8.2011
keihäs	4.49	Jade Peltonen	Vantaa/M	15.9.2018
3-ottelu	397 i	Julia Suhonen 7,3h 275 3.80	Helsinki	8.12.2011
4-ottelu	129	Rosa Kilpeläinen 9,48 70 4.26 4.43,67	Vantaa/M	15.9.2018
600 m kävely	5.33,96 i	Julia Suhonen	Helsinki	3.4.2011