

**Nõmme
Kergejõustikuklubi**

AASTARAAMAT 2021

Tallinn 2021

SISUJUHT

- 3 Nõmme Kergejõustikuklubi ja juhatus
- 4 Meisterlikkus 2020
- 7 Nõmme KJK sportlaste esinemine 2020. a. Eesti tiitlivõistlustel
- 10 KLUBI - SPORTLANE
- 12 TÄHTI ALVER - Kuidas ma võitsin Ksenija Baltat
- 14 LAURA MAASIK - Minu teekond Nõmme Kergejõustikuklubis
- 17 Nõmme KJK edetabel 1989 - 2020
- 27 Nõmme KJK siseedetabel 2020
- 36 Nõmme KJK välisedetabel 2020
- 47 2020. a. OOD Nõmme Kergejõustikuklubile
- 48 Nõmme KJK liikmete nimekiri seisuga 1. jaanuar 2021

Väljaandja: Nõmme Kergejõustikuklubi

Koostaja: Anu Vackermann

Fotod: Anu Vackermann, Marko Mumm, Raul Mee, Joosep Martinson

Kujundus ja trükk: Quick Print

NÕMME KERGEJÕUSTIKUKLUBI

Vana-Pärnu mnt 7, Tallinn 11614
tel: 677 0908; e-mail: nommekjk@hotmail.ee
Kodulehekülg: www.nommesk.ee
SEB a/a EE4910100 220 3125 5009
Reg-nr. 80011532

KLUBI JUHATUS

| | | | |
|------------------|------------------------|----------------|----------------|
| Toomas Berendsen | klubi juhatuse esimees | Tel 6 564 323; | +372 50 52 938 |
| Anu Vackermann | juhatuse liige | Tel 6 797 418; | +372 51 78 310 |
| Epp Maasik | juhatuse liige | Tel 6 700 771; | +372 50 34 022 |
| Toomas Tamsar | juhatuse liige | Tel 6 77 0373; | +372 50 45 501 |



Tähti Alver - 2020.aasta parim naissportlane meisterlikkuse alusel

Meisterlikkus

2020. aasta parimad naissportlased meisterlikkuse alusel

| | | |
|-------------------------|----------------------|------|
| 1. Tähti Alver | kaugus - 6.54 | 1117 |
| 2. Laura Maasik | 3000m tj. - 10.24,71 | 1036 |
| 3. Helin Meier | 800m - 2.07,64 | 1030 |
| 4. Annika Sakkarias | 400m tj. - 59,94 | 1023 |
| 5. Kirsi Pruudel | kaugus - 5.68 | 929 |
| 6. Marlen Ambur | kõrgus - 1.70 | 926 |
| 7. Brigitta Tamsar | 60m - 7,98 s | 902 |
| 8. Stella Sohvi Altmets | 600m - 1.38,83 s | 890 |
| 9. Iris Tamsalu | kaugus - 5.42 | 873 |
| 10. Liiljan Neerot | kaugus - 5.40 | 869 |



Alar Reiljan - 2020.aasta parim meessportlane meisterlikkuse alusel

Meisterlikkus

2020. aasta parimad meessportlased meisterlikkuse alusel

| | | |
|------------------------|-----------------|-----|
| 1. Alar Reiljan | vasar - 61.99 | 918 |
| 2. Ralf Lamp | kaugus - 6.50 s | 816 |
| 3. Joonas Mattias Laur | 400m - 50,98 | 801 |
| 4. Martin Moistus | kaugus - 6.42 | 799 |
| 5. Roland Jaamu | 200m - 23,11 | 779 |
| 6. Marken Murdla | kaugus - 6.24 | 761 |
| 7. Karl Anton Rinaldo | kaugus - 6.22 | 756 |
| 8. Erik Loorand | 60m - 7,45 s | 724 |
| 9. Allar Saar | kuul - 12.74 | 719 |
| 10. Mikk Talpsepp | 400m - 52,54 | 714 |



*Eesti noorte TU18 meistrivõistluste 4x200m teatejooksus hõbemedal: Kaisa Hänni Hella Tõnts
Linda Teemägi Kristin Kairit Sonn*



Baltimaade PU16 meister vasaraheites Alar Reiljan ja hõbemedalil Tristan Talts

Nõmme KJK Sportlaste esinemine 2020. aasta Eesti tiitlivõistlustel

EESTI TALVISED KV 26.JAANUAR Tallinn

TÄISKASVANUD

| | | |
|----------------|------------------|----------|
| Monica Vainola | kuul - 13,74 | I koht |
| Laura Maasik | 3000m - 10,13,38 | I koht |
| Helin Meier | 300m - 39,86 | III koht |

NOORED

| | | |
|------------------------------------------------|--------------------|----------|
| Maiken Lipp | kolmik - 11,46 | I koht |
| O-R.Vanus, Ronaldo Kaljo, E.Loorand, M.Moistus | 4 x 200m - 1,38,56 | III koht |
| A-T.Gustavson, K.Hänni, K K.Sonn, Hella Tünts | 4 x 200m - 1,49,18 | III koht |

EESTI C ja B KLASSI MV 1.-2.VEEBRUAR Tallinn

B KLASS

| | | |
|-------------------------------------|-------------------------------------------|----------|
| Anna Theresa Gustavson | 400m - 1,00,84 | II koht |
| | 200m - 26,46 | III koht |
| Ronaldo Kaljo | 400m - 53,95 | II koht |
| Erik Loorand | 60m - 7,50 | III koht |
| R.Saar, R.Kaljo, E.Loorand, O.Otlot | 4 x 200m - 1,39,11 Eesti noorte rekord | I koht |

EESTI KV VASARAHEITES 9.VEEBRUAR Pärnu

A KLASS

| | | |
|--------------|------------------------|--------|
| Alar Reiljan | vasar (5 kg) - 56,46 | I koht |
|--------------|------------------------|--------|

EESTI A, J ja NOORSOO MV 15.-16.VEEBRUAR Tallinn

A KLASS

| | | |
|-------------------------------------------|--------------------|----------|
| Hella Tõnts | 400m - 1,01,38 | II koht |
| Maiken Lipp | kolmik - 11,26 | III koht |
| K K.Sonn, K.Hänni, L.Teemägi, Hella Tõnts | 4 x 200m - 1,49,28 | II koht |

J KLASS

| | | |
|----------------------|----------------|----------|
| Brigitta Tamsar | 200m - 26,32 | II koht |
| Stella Sohvi Altmets | 400m - 1,00,11 | III koht |
| Iris Tamsalu | 60m tj. - 9,41 | III koht |

| | | |
|------------------------------------------------|--------------------|---------|
| G.-L. Vahtra, S.S.Altmets, B.Tamsar, I.Tamsalu | 4 x 200m - 1,47,14 | II koht |
|------------------------------------------------|--------------------|---------|

N KLASS

| | | |
|---------------------|---------------|----------|
| Joonas Mattias Laur | 400m - 52,51 | III koht |
| Liljan Neerot | kaugus - 5,39 | III koht |

EESTI MEISTRIVÕISTLUSED 22.-23.VEEBRUAR Tallinn

| | | |
|---------------------------------------------|-----------------------------|---------|
| Helin Meier | 800m - 2.13,38 | I koht |
| Laura Maasik | 3000m - 10.10,20 | II koht |
| Monica Vainola | kuul - 14.13 Isiklik rekord | II koht |
| S.Reinumägi, S.S Altmets, L.Maasik, H.Meier | 4 x 400m - 4.13,70 | I koht |

EESTI TEATEJOOKSUDE MV 11.JUULI Pärnu**B KLASS**

| | | |
|-------------------------------------|---------------------------|----------|
| E.Loorand, R.Saar, R.Kaljo, O.Otlot | 4 x 100m - 48,33 | III koht |
| R.Saar, E.Loorand, O.Otlot, R.Kaljo | 100+200+300+400 - 2.12,99 | II koht |

J KLASS

| | | |
|-----------------------------------------------|---------------------------|---------|
| S.S.Altmets, I.Tamsalu, B.Tamsar, G.-L.Vahtra | 4 x 100m - 52,06 | II koht |
| G.-L.Vahtra, B.Tamsar, I.Tamsalu, S.S.Altmets | 100+200+300+400 - 2.24,50 | II koht |

NAISED

| | | |
|-----------------------------------------|---------------------------|----------|
| L.Neerot, M.Mättik, K.Pruudel, H. Meier | 100+200+300+400 - 2.16,67 | III koht |
|-----------------------------------------|---------------------------|----------|

EESTI NOORTE ja TÄISKASVANUTE KLUBIDE KV 19.JUULI Tallinn**J KLASS**

| | | |
|--------------------------------------------|---------------------|----------|
| Alar Reiljan | vasar (6kg) - 49.89 | III koht |
| K.K.Sonn, I.Tamsalu, B.Tamsar, G.-L.Vahtra | 4 x 100m - 50,56 | III koht |

NAISED

| | | |
|------------------|-------------------|----------|
| Helin Meier | 400m - 56,84 | I koht |
| Annika Sakkarias | 400m tj - 1.00,85 | II koht |
| | 100m - 12,24 | III koht |
| Monica Vainola | kuul - 13.01 | II koht |
| | ketas - 40.59 | II koht |
| Marlen Ambur | kõrgus - 1.64 | III koht |

MEHED

| | | |
|---------------|--------------------|--------|
| Mikk Talpsepp | 400m tj. - 1.02,89 | I koht |
|---------------|--------------------|--------|

EESTI MV 10 000m JOOKSUS

| | | |
|--------------|--------------------|---------|
| Laura Maasik | 10 000m - 35.21,94 | II koht |
|--------------|--------------------|---------|

EESTI C ja B KLASSI MV 21.-22.JUULI Rakvere**B KLASS**

| | | |
|------------------------|------------------|---------|
| Ronaldo Kaljo | 300m tj. - 41,64 | I koht |
| Erik Loorand | 400m - 53,01 | II koht |
| Anna-Theresa Gustavson | 200m - 26,51 | II koht |
| | 400m - 59,63 | II koht |

EESTI A, J ja NOORSOO MV 23.-24.JUULI Rakvere**A KLASS**

| | | |
|---------------|---------------------|----------|
| Alar Reiljan | vasar - 57.14 | I koht |
| Eliise Luks | 2000m tj. - 8.27,33 | II koht |
| Maiken Lipp | kolmik - 11.37 | III koht |
| Tristan Talts | vasar - 47.09 | III koht |

J KLASS

| | | |
|----------------------|---------------------|----------|
| Stella Sohvi Altmets | 800m - 2.21,72 | II koht |
| | 400m - 1.01,61 | III koht |
| Stella Reinumägi | 2000m tj. - 8.17,53 | I koht |

NOORSOO KLASS

| | | |
|-----------|----------------------|---------|
| Jaan Roop | 3000m tj. - 11.00,71 | II koht |
|-----------|----------------------|---------|

EESTI MEISTRIVÕISTLUSED 8.-9.AUGUST Tallinn

| | | |
|------------------|----------------------|----------|
| Tähti Alver | kaugus - 6.54 | I koht |
| Laura Maasik | 3000m tj. - 10.24,71 | I koht |
| | 5000m - 17.16,99 | III koht |
| Annika Sakkarias | 400m tj. - 59,94 | II koht |
| | 400m - 55,98 | II koht |
| Helin Meier | 400m - 56,25 | III koht |
| | 800m - 2.11,81 | II koht |
| Monica Vainola | kuul - 13.66 | II koht |

EESTI MV 10km MAANTEEJOOKSUS 19.SEPTEMBER Rapla

| | | |
|--------------|--------------|----------|
| Laura Maasik | 10km - 35.20 | III koht |
|--------------|--------------|----------|

EESTI MV POOLMARATONIS 3.OKTOOBER Tartu

| | | |
|--------------|------------------|---------|
| Laura Maasik | 21,1km - 1.18,38 | II koht |
|--------------|------------------|---------|

EESTI MURDMAAJOOKSU MV 11.OKTOOBER Järvakandi**NAISED**

| | | |
|--------------|-------------|--------|
| Laura Maasik | 6km - 21.09 | I koht |
|--------------|-------------|--------|

J KLASS

| | | |
|----------------------|-------------|---------|
| Stella Sohvi Altmets | 3km - 11.25 | II koht |
|----------------------|-------------|---------|

HEA LOOTUSE MÄNGUD 30.JUUNI Valga

| | | |
|--------------|---------------------|--------|
| Laura Maasik | 2000m tj. - 6.45,60 | I koht |
| | EESTI REKORD | |

KLUBI - SPORTLANE

2021.aasta klubi preemia alused:

Eesti sise MV, poolmaraton, murdmaajooksu MV

Täiskasvanud

| | |
|----------|--------------------------------|
| I koht | 25.- EURO eest spordivarustust |
| II koht | 15.- EURO eest spordivarustust |
| III koht | 10.- EURO eest spordivarustust |

Noorsoo

| |
|--------------------------------|
| 15.- EURO eest spordivarustust |
| 10.- EURO eest spordivarustust |
| 7.- EURO eest spordivarustust |

Juuniorid+ A klass

| | |
|----------|--------------------------------|
| I koht | 15.- EURO eest spordivarustust |
| II koht | 10.- EURO eest spordivarustust |
| III koht | 7.- EURO eest spordivarustust |

Eesti noorte karikavõistlused

| |
|--------------------------------|
| 15.- EURO eest spordivarustust |
| 10.- EURO eest spordivarustust |
| 7.- EURO eest spordivarustust |

Eesti suvised MV, maraton, teatejooksud (preemia jaotatakse võistkonna liikmete vahel)

Täiskasvanud

| | |
|----------|--------------------------------|
| I koht | 40.- EURO eest spordivarustust |
| II koht | 25.- EURO eest spordivarustust |
| III koht | 20.- EURO eest spordivarustust |

Noorsoo

| |
|--------------------------------|
| 25.- EURO eest spordivarustust |
| 15.- EURO eest spordivarustust |
| 7.- EURO eest spordivarustust |

Juuniorid+ A klass

| | |
|----------|--------------------------------|
| I koht | 20.- EURO eest spordivarustust |
| II koht | 15.- EURO eest spordivarustust |
| III koht | 7.- EURO eest spordivarustust |

Eesti karikavõistlused

| |
|--------------------------------|
| 20.- EURO eest spordivarustust |
| 15.- EURO eest spordivarustust |
| 10.- EURO eest spordivarustust |

Nõmme Kergejõustikuklubi REKORD- 45.- EURO eest spordivarustust, REKORD PEAB OLEMA PÜSTITATUD EESTI MV-I või EESTI KLUBIDE KV-I

Preemiast 25% ulatuses saab spordivarustust valida treener.

Spordivarustuse saab kätte iga kvartali 10 viimase päeva jooksul klubist Vana-Pärnu mnt.7.

Preemia kätte saamise eelduseks on klubi liikmemaksu tasumine, mida saab maksta klubisse Anu Vackermannile. Esimese kolme kuu liikmemaks peab olema tasutud 15.veebruariks, poolaasta 15.maiks, 9 kuud 15.augustiks ja aasta 15.novembriks.

Eesti MV-I ja klubide KV-I on sportlane kohustatud kandma klubi esindusdressi.

Sportlane, kes on registreeritud Eesti Meistrivõistlusteks ja ei võistle ning pole sellest teatanud klubi esindajale 24 tundi enne võistluste algust, maksab klubile 20.- EURO trahvi.

Projektid raha taotlemiseks laagriteks või muuks otstarbeks palume tuua juhatusel 3 kuud varem.

Nõmme Kergejõustikuklubi organiseerib ja viib läbi igal aastal juba traditsiooniks kujunenud kindlaid võistlusi nii noortele kui ka täiskasvanutele.

2021.aastal viib klubi läbi järgmised võistlused :

1. 2.veebruar TALLINNA NOORTE MEISTRIVÕISTLUSED VASARAHEITES TTÜ staadionil
2. 3.-4.veebruar TALLINNA NOORTE SISEMEISTRIVÕISTLUSED Lasnamäe hallis
3. 26.veebruar NÕMME KJK LAHTISED MEISTRIVÕISTLUSED Tallinna Spordihallis
4. 17.märts NÕMME KERGEJÕUSTIKUKLUBI LASTE 2004.-2013.a.s. MEISTRIVÕISTLUSED Tallinna Spordihallis
5. 15.-16.september UNO PALU NOORTE MITMEVÕISTLUSE KV Kadrioru staadionil

Nõmme Kergejõustikuklubi tänab koostööpartnereid:

NÕMME SPORDIKLUBI,
TALLINNA SPORDI-JA NOORSOOAMET,
NÕMME LINNAOSAVALITSUS,
EESTI KERGEJÕUSTIKULIIT,
TOOMAS SUURVÄRAV,
MARGUS KIIVER,
KULTUURIMINISTEERIUM,

MG BEAUTY OÜ,
COCA COLA HBC EESTI AS,
AS BALBIINO,
AS KALEV,
TRV KLIIMA,
AIN-IVAR TUPP,
TOOMAS TOOTS, RISTO ROONET



Uno Palu noorte mitmevõistluse karikavõistluste avamine Kadrioru staadionil



TÄHTI ALVER - Kuidas ma võitsin Ksenija Baltat

Eesti edetabeli juht kaugushüppes. Eesti kergejõustiku maastikul ÜLLATUSPOMMI LÕHKAJA ja Nõmme KJK kõigi aegade edetabeli kaugushüppe TOP 1. KOHT.

Edukas Nõmme Kergejõustikuklubi sportlane aastast 2004

Treener Epp Maasik

Kuidas ma võitsin Ksenija Baltat:

Selle aasta suvehooajale läksin vastu teadmatuses - osaliselt seoses koroonaviirusest tingitud piirangutega ning vigastusest tulenevalt teistsuguse ettevalmistusega.

Nimelt, sain novembri keskpaigas teada, et pikemat aega on tõukejala sääreluus olnud väsimusmurd, millega ka sainus 2019. hooajast võistlesin. Kui diagnoosi teada sain, siis ühtepidi oli kergendus, kuna sain teada põhjuse, miks 2019. hooajal tulemusid kahvatusid. Vigastuse ravimiseks oli vajalik koormusi tõttu lõigutrenne saanud teha, et kuni veebruari lõpuni ma ühtegi jooksusammu ei teinud. Kolme kuu vältel hoidsin end vormis peamiselt rattasõidu, ÜKE ja basseinitrennidega. Kui veest maa peale tagasi sain ja jooksma hakkasin, siis otsustasime Epuga, et hüpetele suurt rõhku ei pane. Eelnevatel aastatel on ettevalmistusperioodil just see suure osatähtsusega olnud, kuna varasemalt pole teiste vigastuste tõttu lõigutrenne saanud teha. Muidugi tegi ettevalmistuse veelgi huvitavamaks kevadel kehtestatud eriolukord. Trennid möödusid metsas ning graafiku alusel meie armsas Nõmme KJK majas, mis andis meelele eelise, kuna jõutrenni oli vaja teha, aga jõusaalid/hallid olid kinni.

Hooaeg sai alguse 23.juulil Rakveres, U23 Eesti Meistrivõistlustel (v.a.). Võistlus toimus neljapäeval ja nagu juba Rakveres võisteldes kombeks saanud, siis tööl ma vaba päeva kolme hüppe jaoks ei võtnud. Rakverre sõites oli teel paduvihm ja korralik tuul. Kohale jõudes vihm oli õnneks järele jäänud, kuid tuul endiselt keerutas. Esimene katse. Tundsin, et lendan (oma osa andis ka 4,5 m/s tagant puhunud tuul). Tulemus 6.45m.

Vaatasin Epule otsa, Epp vaatas mulle otsa, elukaaslane Marten oli tribüünil suu lahti. Aasta aega pausi, pole saanud hüppeid teha ja esimene katse selline tulemus. Pärast võistlust Kreetet nähes leppisime kokku, et võistleme järgmine nädal Soomes Kuortenes. Kõne Liinale, kes oli korraldajatega kokku puutunud ja paari päevaga oli plaan paigas. 17 päeva jäi eestikateni.

Vahepealne võistlus Soomes nii särav ei olnud. 6.16 ja tasuks II.koht. Kätte olidki jõudnud Eesti Meistrivõistlused, kus võisteldes tekib alati meeldivalt mõnus ärevus. Ilm oli suurepärane, soojenduse ajal tundsin end mõnusalt: kergelt ja lennukalt. Mentaalselt olin ka valmis võistlema.

Stardijärjekorras olin täpselt pärast Baltat. Esimene katse, 6.33 ehk lubatud normide uus välirekord huvitaval kombel erilis tundeid ei tekitanud. Balta hüpatud 6.53 ei tundunudki nii kaugel olema ning tundsin, et selle alistamine nõuaks head õnnestumist. Ma ei keskendunud numbriliselt tulemusele, vaid mõtlesin eelkõige tehnilise soorituse peale: hoojooks, äratõuge, lend ja maandumine. Mida hüppevoor edasi, seda tihedamaks konkurents läks. Kolmandas vooorus hüpatud 6.40 tundus juba parem, aga mitte ikkagi päris see. Neljas hüppevoor. Balta on pärast kahte voooru hüppamise lõpetanud. Tunnen, et publik elab kaasa, plaks on hea. Keskendun hoojooksule, tunnen, et saan hästi paku, lend on pikk. Kui tabloole tuleb 6.54, siis on emotsioon meelele. Hea meel on ka selle üle, et järgmises vooorus suutsin tunded tagaplaanile jätta hüpates 6.50. Viimast hüpet läksin "panema", kuid tasakaal kadus ära ja korralikku hüpet ei tulnud. Hiljem neljanda voooru hüpet vaadates on näha, et tehniliselt polnud sooritus ideaalne ning maandumisel ei saanud jalgu korralikult ette. Mis tulemus oleks tulnud siis, kui oleks olnud ideaalne hüpe? Marten ütles 6.70, aga kes teab. See on midagi, mis kripeldab mind siiani, samas annab motivatsiooni veelgi kõrgemale pürgida.

Eesti Meistrivõistlustele järgnenud nädal oli ühteagegi nii meeldiv kui ka väsitav. Suures meedia tähelepanu ning õnnitlejaid oli paarkümmend. Ühendust võtsid ka välismaal olevad sõbrad, kellega koos tudeerisime Erasmusel aegadel ning kelleni kuidagi moodi info oli levinud. Kõige rohkem läks hinge inimeste siirus ja selle saavutuse tähtsus neile. Hea tulemus avas ka ukseid välismaa võistlustele. Algselt oli plaanis teha kaks välismaist võistlust, kuid möödarääkimiste kiuste jäi lauale ainult üks.

Selle aasta suvehooaeg oli õpetlik mitmel moel - kui algul olin skeptiline kevadise ettevalmistuse osas, siis siit leidsime inspiratsiooni järgnevateks sügis-kevad trennideks. Veendusin järjekordselt, et täiskohaga töö kõrvalt on võimalik väga edukalt sportida, tuleb osata aega planeerida ning ennast ja treenerit kuulata. Et kergejõustikus kõrgemal tasemel läbi lüüa ja mugavustsoonist välja tulla, on vajalik võistelda välismaal: uued konkurendid, staadion ja olustik on hea moodus ennast proovile panna.



LAURA MAASIK - Minu teekond Nõmme Kergejõustikuklubis

Eesti rekordimanik 2000m taksitusjooksus
Eesti edetabeli juht 3000m jooksus ja 3000m taksitusjooksus
Edukas Nõmme KJK sportlane aastast 2003
Treenerid Epp Maasik ja Raido Mitt

Olen Nõmme Kergejõustikuklubi õpilane olnud ja igapäevaselt sporti teinud terve elu. Nooremana keskendusin küll hoopis teistele aladele, kui praegu ja ka minu suhtumine sporti oli teistsugune. Tegelesin kaugus- ja kolmikhüppe ning tõkkejooksuga. Pikamaajooks tekitas minus alati suurt hirmu ja isegi, kui vahel nõustusin 400m tõkkejooksu või 800m starti minema, siis ainus mõte peas oli, et saaks see ainult juba läbi. Koos Kaia Soosaare, Tähti Alveri ja Helin Meieriga tegime sisuliselt terve kooliaja koos väga järjepidevalt trenni, käisime laagrites ja võistlustel. Tahtsime kõik väga jõuda kõige kõrgemate tulemusteni, ühtegi treeningut me vahele ei jätnud ja pigem tegime alati rohkem, kui vaja. Juba noorena õppisime distsipliini ja rütmiluvust ning endale eesmärkide seadmist ja nende nimel pingutamist. Kui võistlustel läks hästi, siis pakkus see palju rõõmu, kuid ebaõnnestumised mõjutasid vähemalt mind väga tugevalt ja väiksemgi tagasilöökk spordis väljendus koheselt igapäevases meeleolus.

Täna teen ma sporti vähemalt sama tõsiselt, eesmärgipäraselt ja treeningplaane järgides, kuid minu mõtlemine on palju muutunud. Olin väga motiveeritud, tahtsin teha rohkem, kui plaanis ka 10 aastat tagasi, samamoodi nüüd. Enam ei ole minu peamine motivaator aga tulemus, vaid olen avastanud, et mulle meeldib väga treeningprotsess, mingi eesmärgi suunas püsivalt vaeva näha ning jälgida, kuidas saan iga päevaga tugevamaks ja kiiremaks. Seni, kuni ma usun, et ma võin saada veel paremaks, kui olen täna, olen ma ka motiveeritud treenima. Tahan näha, kui kaugele ma jõuan, kui annan endast parima ning milline see konkreetne tulemus saab olema, selgub hiljem. Kuigi usun, et on vajalik seada ka tulemuslikke eesmärke ning pikaajalisi sihte, siis eriti meeldib mulle keskenduda protsessipõhistele eesmärkidele. Näiteks küsin endalt, kas minu peamine eesmärk on pääseda tiitlivõistlustele või joosta mingi konkreetne tulemus või on hoopis eesmärk õppida selle teekonna käigus võimalikult palju ja koguda enda ümber selle aja jooksul olulisi inimesi. Sellised eesmärgid on tihti palju rohkem minu enda kontrolli all ega ole mõjutatud välistest teguritest, võttes selle tulemusel palju pingeid maha.

Mul on pikaajalised unistused, mis on seotud usuga, milleks ma võimeline olen. Igapäevaselt

proovin aga keskenduda pigem sellele, et saada paremaks, kiiremaks ja tugevamaks. Lisaks üritan meeles pidada, et kui ma oma unistuste tulemusteni jõuan, siis ega seal sihtpunktis ei ole ka mitte midagi ja palju väärtuslikum on eesmärgini püüdlemise teekond iseenesest. Minu suurim unistus on pääseda tiitlivõistlustele, et pakkuda enda jaoks olulistele inimestele head emotsiooni. Kõige rohkem rõõmu pakub mulle see, kui ma saan hea tulemusega midagi tagasi anda. Medal iseenesest ei saa kunagi olema see, mis õnnelikuks teeb, vaid teekond sinnani ja võimalus kõike kellegagi jagada.

Arvan ka, et just väljakutsed, ebamugavused ja rasked hetked on tegelikult huvitavad. On hea tunne, kui hirmudele vastu seisan ja neid ületan. Minu jaoks on põnev vaadata, milleks ma täna võimeline olen, kui pingutama lähen. Mulle meeldib pikamaajooks ja sport, sest see on justkui sümbol või metafoor elust tõsude ja mõõnadega, kuid ilma sama suurte riskideta. Tegelikult on sport ju kõigest sport ja halvim, mis saab juhtuda on üks ebaõnnestunud võistlus. Arvan, et nii öelda teid tippu on miljon erinevat ja seda ühte õiget ei ole olemas. Kõigil on oma tee ja iga eelnev kogemus, olgu see siis õnnestumine või ebaõnnestumine on kasulik edaspidiseks. Ainus ebaõnnestumine on ehk selline, millest ma ei õppinud, aga samas on vahel ka see vajalik - siis on vaja sama viga veel mõned korrad korrata, kuni ka õppetunnini jõuan. Alustasime Kaia, Tähti ja Heliniga koos treenimist juba väga väikest saati, meil kõigil on olnud edasiselt oma erinev suund, aga väiksena trennides õpitut kasutame siiani kindlasti kõik omades valdkondades. Kogu eelnev kogemus ongi ju see, mis teeb minust minu



Väga tublid Balti U18 ja U20 matsil võistlejad koos treeneriga.

Vasakult:

Alar Reiljan, Tristan Talts, treener Ingrid Reiljan, Stella Reinumägi, Stella Sohvi, Altmets Eliise Luks



Balti matsil meie tublid Helin Meier, Annika Sakkarias, Tähti Alver

Nõmme KJK edetabel 1989-2020.a.

NAISED

60m

| | | | |
|-----|------|-------------------|------|
| 1. | 7,64 | Kristel Berendsen | 2005 |
| 2. | 7,68 | Riina Suhotskaja | 1997 |
| 3. | 7,78 | Killu Ratas | 1998 |
| 4. | 7,79 | Helin Meier | 2013 |
| 5. | 7,81 | Riina Vals | 1999 |
| 6. | 7,86 | Kristi Kiirats | 2008 |
| 7. | 7,88 | Cätlin Mölder | 1997 |
| | 7,88 | Tähti Alver | 2010 |
| | 7,88 | Annika Sakkarias | 2018 |
| 10. | 7,89 | Margit Randver | 1997 |
| | 7,89 | Virge Naeris | 2000 |
| | 7,89 | Kaia Soosaar | 2011 |

300m

| | | | |
|-----|-------|------------------|------|
| 1. | 39,20 | Killu Ratas | 1997 |
| 2. | 39,58 | Annika Sakkarias | 2016 |
| 3. | 39,62 | Helin Meier | 2013 |
| 4. | 41,58 | Margit Miller | 2006 |
| 5. | 41,59 | Kersti Miller | 2006 |
| 6. | 41,68 | Heddy Klasen | 1996 |
| 7. | 41,70 | Liis Berendsen | 1998 |
| 8. | 41,74 | Kersti Talak | 1990 |
| 9. | 41,93 | Egle Uljas | 2000 |
| 10. | 41,96 | Elein Pütümann | 2006 |

100m

| | | | |
|-----|-------|-------------------|------|
| 1. | 11,88 | Riina Suhotskaja | 1989 |
| 2. | 11,88 | Anu Kaljurand | 1992 |
| 3. | 12,00 | Kristel Berendsen | 1998 |
| 4. | 12,21 | Margit Parve | 1993 |
| 5. | 12,24 | Annika Sakkarias | 2020 |
| 6. | 12,28 | Helin Meier | 2012 |
| 7. | 12,31 | Riina Vals | 1999 |
| 8. | 12,40 | Killu Ratas | 1997 |
| 9. | 12,40 | Kristi Kiirats | 2008 |
| 10. | 12,43 | Kaia Soosaar | 2010 |
| | 12,43 | Brigitta Tamsar | 2019 |

400m

| | | | |
|-----|-------|------------------------|------|
| 1. | 54,69 | Killu Ratas | 1997 |
| 2. | 55,02 | Helin Meier | 2019 |
| 3. | 55,26 | Annika Sakkarias | 2016 |
| 4. | 57,21 | Kristi Kiirats | 2006 |
| 5. | 57,51 | Egle Uljas | 2000 |
| 6. | 57,73 | Heddy Klasen | 1996 |
| 7. | 58,44 | Margit Miller | 2006 |
| 8. | 58,56 | Kersti Miller | 2006 |
| 9. | 58,65 | Elis-Helen Starkopf | 2016 |
| 10. | 58,69 | Anna Theresa Gustavson | 2019 |

200m

| | | | |
|-----|-------|-------------------|------|
| 1. | 24,64 | Kristel Berendsen | 1998 |
| 2. | 24,89 | Riina Suhotskaja | 1989 |
| 3. | 24,94 | Kristi Kiirats | 2006 |
| 4. | 24,98 | Killu Ratas | 1998 |
| 5. | 25,09 | Anu Kaljurand | 1992 |
| 6. | 25,14 | Annika Sakkarias | 2018 |
| 7. | 25,29 | Margit Parve | 1993 |
| 8. | 25,30 | Riina Vals | 1999 |
| 9. | 25,38 | Helin Meier | 2013 |
| 10. | 25,59 | Liis Berendsen | 1998 |

600m

| | | | |
|-----|---------|----------------------|------|
| 1. | 1.35,01 | Helin Meier | 2017 |
| 2. | 1.36,27 | Polina Seledtsova | 2005 |
| 3. | 1.36,30 | Katrin Kütt | 2016 |
| 4. | 1.36,82 | Kersti Miller | 2008 |
| 5. | 1.37,38 | Evelin Heiste | 1991 |
| 6. | 1.37,95 | Heddy Klasen | 1998 |
| 7. | 1.38,33 | Elis-Helen Starkopf | 2016 |
| 8. | 1.38,48 | Margit Miller | 2003 |
| 9. | 1.38,83 | Stella Sohvi Altmets | 2020 |
| 10. | 1.39,87 | Anas. Gerassimova | 2004 |

800m

| | | | |
|-----|---------|---------------------|------|
| 1. | 2.06,91 | Helin Meier | 2019 |
| 2. | 2.09,51 | Kadri Kelve | 2003 |
| 3. | 2.14,57 | Elis Helen Starkopf | 2016 |
| 4. | 2.14,67 | Evelin Heiste | 1990 |
| 5. | 2.14,72 | Katrin Kütt | 2015 |
| 6. | 2.15,31 | Margit Miller | 2007 |
| 7. | 2.15,73 | Anas. Gerassimova | 2002 |
| 8. | 2.15,96 | Kersti Miller | 2008 |
| 9. | 2.16,20 | Laura Maasik | 2018 |
| 10. | 2.16,82 | Evelin Kärner | 2001 |

1500m

| | | | |
|-----|---------|---------------------|------|
| 1. | 4.30,44 | Kadri Kelve | 2003 |
| 2. | 4.39,52 | Laura Maasik | 2018 |
| 3. | 4.40,42 | Katrin Kütt | 2015 |
| 4. | 4.43,12 | Anas.Gerassimova | 2002 |
| 5. | 4.44,46 | Helin Meier | 2020 |
| 6. | 4.44,49 | Merill Mägi | 2007 |
| 7. | 4.45,02 | Margit Miller | 2007 |
| 8. | 4.45,36 | Kadri Maasik | 2000 |
| 9. | 4.46,12 | Evelin Kärner | 1996 |
| 10. | 4.46,84 | Elis-Helen Starkopf | 2014 |

3000m

| | | | |
|-----|----------|------------------|------|
| 1. | 9.48,40 | Kadri Kelve | 2003 |
| 2. | 9.54,60 | Laura Maasik | 2020 |
| 3. | 10.18,88 | Merill Mägi | 2007 |
| 4. | 10.18,92 | Kadri Maasik | 2000 |
| 5. | 10.33,81 | Anas.Gerassimova | 2002 |
| 6. | 11.08,19 | Evelin Kärner | 2006 |
| 7. | 11.14,65 | Tiina Tross | 1997 |
| 8. | 11.24,66 | Mari Järve | 1996 |
| 9. | 11.47,90 | Katrin Kütt | 2013 |
| 10. | 11.49,06 | Sandra Güsson | 2012 |

Kaugushüpe

| | | | |
|----|------|-------------------|------|
| 1. | 6.54 | Tähti Alver | 2020 |
| 2. | 6.52 | Anu Kaljurand | 1991 |
| 3. | 6.49 | Kristel Berendsen | 2005 |
| 4. | 6.34 | Riina Vals | 1999 |

| | | | |
|-----|------|----------------|------|
| 5. | 6.22 | Kaia Soosaar | 2012 |
| 6. | 6.14 | Virge Naeris | 2000 |
| 7. | 6.08 | Margit Parve | 1993 |
| 8. | 6.06 | Kristiina Pärn | 2012 |
| 9. | 6.02 | Anna Tamm | 2008 |
| 10. | 5.99 | Anu Teesaar | 2004 |
| | 5.99 | Laura Maasik | 2012 |

Kolmikhüpe

| | | | |
|-----|-------|-------------------|------|
| 1. | 14.05 | Tähti Alver | 2018 |
| 2. | 13.47 | Virge Naeris | 2000 |
| 3. | 13.32 | Kristel Berendsen | 1997 |
| 4. | 13.06 | Mariann Ahuna | 2003 |
| 5. | 12.88 | Kristiina Pärn | 2012 |
| 6. | 12.77 | Merilyn Uudmäe | 2010 |
| 7. | 12.75 | Kristel Metsla | 2011 |
| 8. | 12.62 | Laura Maasik | 2012 |
| 9. | 12.20 | Liis Berendsen | 2004 |
| 10. | 12.08 | Helen Objartel | 2005 |

Teivashüpe

| | | | |
|----|------|------------------|------|
| 1. | 4.23 | Lembi Vaher | 2012 |
| 2. | 3.70 | Klarika Kaldmaa | 2015 |
| 3. | 3.40 | Margit Randver | 1997 |
| 4. | 2.90 | Melissa Saviste | 2007 |
| | 2.90 | Endla Vaher | 2013 |
| 6. | 2.80 | Liisa Kull | 2009 |
| | 2.80 | Annika Sakkarias | 2015 |
| 8. | 2.70 | Johanna Liblik | 2007 |
| 9. | 2.60 | Kelly Kvarnström | 1999 |
| | 2.60 | Liina Lood | 2002 |
| | 2.60 | Anu Teesaar | 2004 |
| | 2.60 | Endla Vaher | 2012 |

60m tõkkejooks

| | | | |
|----|------|------------------|------|
| 1. | 8.45 | Kristi Kiirats | 2008 |
| 2. | 8.62 | Virge Naeris | 2000 |
| 3. | 8.81 | Kaia Soosaar | 2012 |
| 4. | 8.91 | Liis Berendsen | 2002 |
| 5. | 8.92 | Jaanika Meriküll | 1998 |
| 6. | 8.97 | Maret Komarova | 2005 |

| | | | |
|-----|------|-------------------|------|
| 7. | 8.99 | Katrin Sepp | 1999 |
| 8. | 9.01 | Maris Freudenthal | 1998 |
| 9. | 9.02 | Kristiina Pärn | 2012 |
| 10. | 9.07 | Liina Leetmaa | 2007 |

100m tõkkejooks

| | | | |
|-----|-------|-------------------|------|
| 1. | 13.18 | Anu Kaljurand | 1992 |
| 2. | 13.65 | Kristi Kiirats | 2007 |
| 3. | 13,90 | Kristel Berendsen | 1999 |
| 4. | 14.29 | Virge Naeris | 1989 |
| 5. | 14,60 | Jaanika Meriküll | 1995 |
| 6. | 14.62 | Kaia Soosaar | 2012 |
| 7. | 14.68 | Maret Komarova | 2001 |
| 8. | 14.73 | Liis Berendsen | 2005 |
| 9. | 14.76 | Katrin Sepp | 1998 |
| 10. | 14.79 | Reili Liiva | 1997 |

400m tõkkejooks

| | | | |
|-----|-------|------------------|------|
| 1. | 59,71 | Kristi Kiirats | 2009 |
| 2. | 59,87 | Annika Sakkarias | 2018 |
| 3. | 62,83 | Evelin Kärner | 2001 |
| 4. | 63,09 | Laura Maasik | 2012 |
| 5. | 63,15 | Reili Liiva | 1997 |
| 6. | 64,07 | Margit Miller | 2006 |
| 7. | 64,00 | Evelin Heiste | 1989 |
| 8. | 64,43 | Kersti Miller | 2005 |
| 9. | 64,58 | Liis Berendsen | 2006 |
| 10. | 64,75 | Evelin Kusman | 1998 |

Kõrgushüpe

| | | | |
|----|------|----------------|------|
| 1. | 1.89 | Kärt Siilats | 1999 |
| 2. | 1.85 | Kristel Lääts | 2008 |
| 3. | 1.80 | Liina Pöldots | 1993 |
| 4. | 1.80 | Nele Noormägi | 2008 |
| 5. | 1.76 | Lilian Turban | 2017 |
| 6. | 1.75 | Evelin Kusman | 1998 |
| | 1.74 | Anu Kaljurand | 1992 |
| 8. | 1.73 | Liis Berendsen | 2005 |
| 9. | 1.72 | Virge Naeris | 2000 |
| | 1.72 | Maret Komarova | 2001 |
| | 1.72 | Katrin Pärt | 1999 |

Kettaheide

| | | | |
|-----|-------|--------------------|------|
| 1. | 53.53 | Anu Teesaar | 2009 |
| 2. | 46.30 | Lea Vahter | 1998 |
| 3. | 42.97 | Monica Vainola | 2020 |
| 4. | 40.96 | Maret Kalviste | 1994 |
| 5. | 39.47 | Anna Tamm | 2000 |
| 6. | 39.30 | Margit Randver | 1993 |
| 7. | 39.14 | Marit Zahkna | 2001 |
| 8. | 37.20 | Maret Komarova | 2002 |
| 9. | 35.44 | Kristiina Linsmann | 1991 |
| 10. | 33.74 | Ruth Pöldots | 1993 |

Odavise

| | | | |
|-----|-------|------------------|------|
| 1. | 57.72 | Jana Trakmann | 2008 |
| 2. | 49.98 | Anna Tamm | 2003 |
| 3. | 46.16 | Helina Karvak | 2010 |
| 4. | 45.71 | Anu Teesaar | 2005 |
| 5. | 45.60 | Maret Komarova | 2005 |
| 6. | 43.27 | Endla Vaher | 2014 |
| 7. | 42.06 | VirgeNaeris | 1999 |
| 8. | 40.44 | Kelly Kvarnström | 2000 |
| 9. | 39.07 | Katrin Sepp | 1999 |
| 10. | 38.83 | Merlyn Lipp | 2014 |

Kuulitõuge

| | | | |
|-----|-------|----------------|------|
| 1. | 16.02 | Anu Teesaar | 2008 |
| 2. | 14.51 | Maret Komarova | 2003 |
| 3. | 14.13 | Monica Vainola | 2020 |
| 4. | 14.12 | Anu Kaljurand | 1992 |
| 5. | 13.47 | Lea Vahter | 1998 |
| 6. | 12.88 | Margit Randver | 1993 |
| 7. | 12.73 | Ruth Pöldots | 1994 |
| | 12.73 | Kärt Kuningas | 2010 |
| 9. | 12.60 | Virge Naeris | 2000 |
| 10. | 12.50 | Helina Karvak | 2009 |

Vasaraheide

| | | | |
|----|-------|----------------|------|
| 1. | 41.40 | Katariina Idla | 2016 |
| 2. | 40.45 | Kaidi Plamus | 2010 |
| 3. | 34.57 | Helen Loik | 2012 |
| 4. | 26.11 | Johanna Olesk | 2009 |

5-võistlus

| | | | |
|-----|------|----------------|------|
| 1. | 4103 | Virge Naeris | 2000 |
| 2. | 3983 | Liis Berendsen | 2005 |
| 3. | 3918 | Anu Teesaar | 2009 |
| 4. | 3892 | Maret Komarova | 2001 |
| 5. | 3692 | Kristi Kiirats | 2008 |
| 6. | 3677 | K. Kvarnström | 1999 |
| 7. | 3603 | Helina Karvak | 2010 |
| 8. | 3532 | Liina Leetmaa | 2007 |
| 9. | 3479 | Anna Tamm | 2003 |
| 10. | 3461 | Kristiina Pärn | 2010 |

7-võistlus

| | | | |
|-----|------|-------------------|------|
| 1. | 6142 | Anu Kaljurand | 1992 |
| 2. | 5414 | Maret Komarova | 2001 |
| 3. | 5407 | Anu Teesaar | 2005 |
| 4. | 5348 | Kristel Berendsen | 1998 |
| 5. | 5230 | Kristi Kiirats | 2007 |
| 6. | 5126 | K. Kvarnström | 1999 |
| 7. | 5106 | Liis Berendsen | 2005 |
| 8. | 5103 | Anna Tamm | 2003 |
| 9. | 4978 | Margit Randver | 1993 |
| 10. | 4884 | Helina Karvak | 2009 |



Väga tubli uus isiklik rekord 1.70 kõrgushüppes – Marlen Ambur



Väga tubli TU16 noorsportlane 200m ja 400m jooksus Anna Theresa Gustavson



Väga tublid uued isiklikud rekordid kuulitõukes ja kettaheites – Monica Vainola

MEHED

60m

| | | | |
|----|------|----------------|------|
| 1. | 6,91 | Ahti Michelson | 2006 |
| 2. | 6,95 | Peeter Tishler | 1998 |
| 3. | 7,00 | Janno Äniline | 1998 |
| 4. | 7,03 | Ahti Michelson | 2004 |
| 5. | 7,04 | JaanusUudmäe | 2008 |
| 6. | 7,05 | Kristjan Suur | 1999 |
| 7. | 7,07 | Jüri Naumov | 2001 |
| 8. | 7,12 | Märt Häkkinen | 2013 |
| 9. | 7,15 | Tauno Koppel | 2004 |
| | 7,15 | Roland Jaamu | 2017 |

100m

| | | | |
|-----|-------|----------------|------|
| 1. | 10.81 | Ahti Michelson | 2009 |
| 2. | 10.97 | Tauno Koppel | 2000 |
| 3. | 10.98 | Jüri Naumov | 2001 |
| 4. | 11.02 | Kristjan Suur | 1999 |
| 5. | 11.05 | Peeter Tishler | 1998 |
| 6. | 11.05 | Janno Äniline | 1998 |
| 7. | 11.13 | Martin Laurik | 2002 |
| 8. | 11,14 | Roland Jaamu | 2014 |
| | 11,14 | Marek Öövel | 2003 |
| 10. | 11,15 | Jaanus Uudmäe | 2008 |

200m

| | | | |
|-----|-------|----------------|------|
| 1. | 21,73 | Ahti Michelson | 2005 |
| 2. | 22,12 | Kristjan Suur | 2000 |
| 3. | 22.14 | Arbo Maisa | 2000 |
| 4. | 22,31 | Jüri Naumov | 2002 |
| 5. | 22,47 | Tauno Koppel | 2000 |
| 6. | 22,49 | Lauri Birkan | 2004 |
| 7. | 22,54 | Andrei Oll | 2003 |
| 8. | 22,71 | Janno Äniline | 1996 |
| 9. | 22,76 | Kristo Viksi | 1997 |
| 10. | 22,78 | Roland Jaamu | 2018 |

300m

| | | | |
|-----|-------|----------------|------|
| 1. | 34,91 | Lauri Birkan | 2004 |
| 2. | 34,98 | Ahti Michelson | 2006 |
| 3. | 35,08 | Kristjan Suur | 2000 |
| 4. | 35,16 | Arbo Maisa | 2005 |
| 5. | 35,3 | Kristo Viksi | 1997 |
| 6. | 36,22 | Janno Veeorg | 2013 |
| 7. | 36,48 | Roland Jaamu | 2018 |
| 8. | 36,51 | Kristjan Pals | 2010 |
| 9. | 36,63 | Vahur Onton | 2010 |
| 10. | 36,73 | Tauno Koppel | 2000 |

400m

| | | | |
|-----|-------|------------------|------|
| 1. | 47,66 | Arbo Maisa | 2001 |
| 2. | 48,04 | Lauri Birkan | 2004 |
| 3. | 48,22 | Andrei Oll | 2002 |
| 4. | 48,54 | Ahti Michelson | 2004 |
| 5. | 48,95 | Kristjan Suur | 2000 |
| 6. | 49,99 | Kristo Viksi | 1996 |
| 7. | 50,02 | Valdek Apivala | 1990 |
| 8. | 50,09 | Jüri Naumov | 2002 |
| 9. | 50,22 | Mikk Talpsepp | 2008 |
| 10. | 50,65 | Priit Kobelinski | 1998 |

600m

| | | | |
|-----|---------|---------------------|------|
| 1. | 1.21,72 | Ahti Michelson | 2005 |
| 2. | 1.22,27 | Andrei Oll | 2002 |
| 3. | 1.22,82 | Kristjan Suur | 2002 |
| 4. | 1.23,75 | Lauri Birkan | 2009 |
| 5. | 1.26,27 | Joonas Mattias Laur | 2019 |
| 6. | 1.27,62 | Indrek Mänd | 1998 |
| 7. | 1.28,56 | Priit Promann | 2001 |
| 8. | 1.28,5 | Priit Kobelinski | 1998 |
| 9. | 1.28,88 | Tambet Masik | 2003 |
| 10. | 1.28,9 | Kristo Viksi | 1996 |

800m

| | | | |
|-----|---------|---------------------|------|
| 1. | 1.49,68 | Valdek Apivala | 1990 |
| 2. | 1.52,63 | Indrek Mänd | 1994 |
| 3. | 1.53,36 | Ahti Michelson | 2004 |
| 4. | 1.53,81 | Urmas Sadam | 1996 |
| 5. | 1.54,40 | Lauri Birkan | 2003 |
| 6. | 1.57,08 | Andres Laast | 1999 |
| 7. | 1.58,58 | Oleg Tkatsuk | 2004 |
| 8. | 1.59,08 | Andres Soika | 1999 |
| 9. | 2.00,39 | Joonas Mattias Laur | 2020 |
| 10. | 2.00,50 | Tambet Masik | 2003 |

1000m

| | | | |
|-----|---------|----------------|------|
| 1. | 2.23,47 | Valdek Apivala | 1989 |
| 2. | 2.24,7 | Indrek Mänd | 1994 |
| 3. | 2.26,11 | Urmas Sadam | 1996 |
| 4. | 2.29,05 | Heiki Sarapuu | 1989 |
| 5. | 2.31,56 | Hannes Mälter | 2000 |
| 6. | 2.32,12 | Risto Ütsmüts | 1999 |
| 7. | 2.34,31 | Andres Soika | 1999 |
| 8. | 2.34,3 | Andres Laast | 1997 |
| 9. | 2.37,0 | Ahto Tatter | 1998 |
| 10. | 2.37,24 | Kristjan Suur | 1999 |

1500m

| | | | |
|-----|---------|----------------|------|
| 1. | 3.46,67 | Valdek Apivala | 1989 |
| 2. | 3.49,37 | Urmas Sadam | 1996 |
| 3. | 3.50,01 | Heiki Sarapuu | 1989 |
| 4. | 3.50,27 | Indrek Mänd | 1995 |
| 5. | 3.52,47 | Margus Kokk | 1989 |
| 6. | 3.52,80 | Risto Ütsmüts | 2000 |
| 7. | 3.55,39 | Ahto Tatter | 1998 |
| 8. | 3.55,35 | Hannes Mälter | 2000 |
| 9. | 3.55,9 | Ain Mõnjam | 1989 |
| 10. | 3.56,0 | Tiit Paalberg | 1989 |

Miil

| | | | |
|-----|---------|----------------|------|
| 1. | 4.07,1 | Valdek Apivala | 1989 |
| 2. | 4.12,62 | Urmas Sadam | 1996 |
| 3. | 4.13,5 | Ain Mõnjam | 1989 |
| 4. | 4.16,84 | Indrek Mänd | 1993 |
| 5. | 4.17,05 | Risto Ütsmüts | 2003 |
| 6. | 4.17,72 | Hannes Mälter | 1999 |
| 7. | 4.22,81 | Toomas Tarm | 1999 |
| 8. | 4.23,88 | Andres Soika | 2000 |
| 9. | 4.28,61 | Toomas Tarm | 2000 |
| 10. | 4.28,8 | Orvi Olde | 1997 |

2000m

| | | | |
|-----|---------|---------------|------|
| 1. | 5.17,14 | Ain Mõnjam | 1989 |
| 2. | 5.17,87 | Indrek Mänd | 1994 |
| 3. | 5.20,7 | Toomas Turb | 1990 |
| 4. | 5.22,68 | Urmas Sadam | 1996 |
| 5. | 5.22,76 | Heiki Sarapuu | 1995 |
| 6. | 5.24,56 | Margus Kokk | 1989 |
| 7. | 5.27,02 | Hannes Mälter | 2000 |
| 8. | 5.27,7 | Risto Ütsmüts | 1999 |
| 9. | 5.29,6 | Ahto Tatter | 1997 |
| 10. | 5.30,8 | Toomas Tarm | 1999 |

3000m

| | | | |
|-----|---------|-----------------|------|
| 1. | 8.08,58 | Heiki Sarapuu | 1997 |
| 2. | 8.16,41 | Margus Kokk | 1989 |
| 3. | 8.21,19 | Hannes Mälter | 1999 |
| 4. | 8.21,32 | Toomas Tarm | 1999 |
| 5. | 8.26,10 | Ahto Tatter | 1999 |
| 6. | 8.26,9 | Indrek Mänd | 1995 |
| 7. | 8.27,29 | Risto Ütsmüts | 2000 |
| 8. | 8.34,33 | Urmas Sadam | 1997 |
| 9. | 8.35,35 | Leonid Latsepov | 2018 |
| 10. | 8.36,4 | Ain Mõnjam | 1989 |

5000m

| | | | |
|-----|----------|-----------------|------|
| 1. | 14.21,86 | Heiki Sarapuu | 1996 |
| 2. | 14.27,81 | Margus Kokk | 1989 |
| 3. | 14.32,66 | Toomas Tarm | 1999 |
| 4. | 14.44,78 | Ahto Tatter | 1999 |
| 5. | 14.51,86 | Ain Mõnjam | 1989 |
| 6. | 14.51,94 | Hannes Mälter | 1999 |
| 7. | 14.56,12 | Leonid Latsepov | 2018 |
| 8. | 14.57,45 | Risto Ütsmüts | 2000 |
| 9. | 15.12,22 | Armo Hiie | 1993 |
| 10. | 15.18,17 | Urmas Sadam | 1998 |

½ maraton

| | | | |
|-----|---------|---------------|------|
| 1. | 1.05,07 | Toomas Tarm | 1999 |
| 2. | 1.06,06 | Toomas Turb | 1992 |
| 3. | 1.08,20 | Heiki Sarapuu | 1995 |
| 4. | 1.09,17 | Ahto Tatter | 2000 |
| 5. | 1.10,27 | Urmas Pöldre | 1994 |
| 6. | 1.10,31 | Hannes Mälter | 1999 |
| 7. | 1.11,20 | Armo Hiie | 1994 |
| 8. | 1.12,27 | Toomas Unt | 1993 |
| 9. | 1.14,28 | Ain Mõnjam | 1999 |
| 10. | 1.14,49 | Urmas Kanep | 1993 |

10 000m

| | | | |
|-----|----------|---------------|------|
| 1. | 29.43,53 | Heiki Sarapuu | 1995 |
| 2. | 30.31,80 | Toomas Tarm | 1994 |
| 3. | 31.21,2 | Ahto Tatter | 1997 |
| 4. | 31.43,10 | Armo Hiie | 1993 |
| 5. | 31.48,08 | Toomas Unt | 1992 |
| 6. | 31.58,5 | Indrek Mänd | 1994 |
| 7. | 32.04,24 | Urmas Pöldre | 1999 |
| 8. | 32.04,4 | Ain Mõnjam | 1989 |
| 9. | 32.57,2 | Andres Soikka | 2002 |
| 10. | 32.57,68 | Allan Männi | 2007 |

Maraton

| | | | |
|-----|---------|-----------------|------|
| 1. | 2.17,42 | Toomas Tarm | 1994 |
| 2. | 2.25,39 | Urmas Pöldre | 2002 |
| 3. | 2.28,4 | Toomas Unt | 1992 |
| 4. | 2.36,34 | Armo Hiie | 1994 |
| 5. | 2.38,30 | Ahto Tatter | 1998 |
| 6. | 2.46,18 | Andres Laast | 1993 |
| 7. | 2.46,44 | Veiko Ohu | 2003 |
| 8. | 2.47,18 | Urmas Kanep | 1993 |
| 9. | 2.56,25 | Villu Eller | 2013 |
| 10. | 2.57,33 | Valentin Mikson | 1999 |

3000m takistus

| | | | |
|----|----------|----------------|------|
| 1. | 9.07,81 | Ahto Tatter | 1999 |
| 2. | 9.53,06 | Ain Mõnjam | 1997 |
| 3. | 10.15,50 | Risto Ütsmüts | 1999 |
| 4. | 10.24,92 | Lauri Lelumees | 1997 |
| 5. | 10.24,99 | Erko Valk | 1998 |
| 6. | 11.07,73 | Jaan Roop | 2018 |
| 7. | 11.45,5 | Toomas Klasen | 1999 |
| 8. | 11.54,84 | Valmar Dreger | 1996 |

10 km käimine

| | | | |
|----|-------|----------------|------|
| 1. | 43.38 | Lauri Lelumees | 2001 |
|----|-------|----------------|------|

20 km käimine

| | | | |
|----|---------|----------------|------|
| 1. | 1.34,51 | Lauri Lelumees | 2001 |
|----|---------|----------------|------|

50 km käimine

| | | | |
|----|---------|----------------|------|
| 1. | 4.36,11 | Lauri Lelumees | 2002 |
|----|---------|----------------|------|

60 m tõkkejooks

| | | | |
|-----|------|------------|------|
| 1. | 8.17 | Riho Õll | 2007 |
| 2. | 8.33 | K.Suur | 1999 |
| 3. | 8.57 | M.Laurik | 2003 |
| 4. | 8,61 | R.Teppo | 2013 |
| 5. | 8.66 | H.Mündel | 2011 |
| 6. | 8.73 | J.Naumov | 2003 |
| 7. | 8.87 | E.Uudevald | 2003 |
| 8. | 8.93 | M.Paju | 2003 |
| 9. | 8,98 | J.Järv | 2014 |
| 10. | 8,99 | A.Saar | 2011 |

110 m tõkkejooks

| | | | |
|-----|-------|---------------|------|
| 1. | 14,35 | Riho Õll | 2007 |
| 2. | 14,46 | Kristjan Suur | 2000 |
| 3. | 15,37 | Indrek Palu | 1996 |
| 4. | 15,47 | Martin Laurik | 1998 |
| 5. | 15,61 | Jüri Naumov | 2002 |
| 6. | 15,64 | Hendrik Voll | 2002 |
| 7. | 15,82 | Jaanus Uudmäe | 2000 |
| 8. | 16,02 | Margus Paju | 2003 |
| 9. | 16,12 | Kristo Viksi | 1998 |
| 10. | 16,16 | Andres Ukkivi | 2001 |

400 m tõkkejooks

| | | | |
|-----|-------|------------------|------|
| 1. | 50,74 | Andrei Oll | 2003 |
| 2. | 52,29 | Lauri Birkan | 2007 |
| 3. | 52,31 | Kristjan Suur | 2000 |
| 4. | 53,97 | Reigo Jõrsi | 2005 |
| 5. | 55,63 | Krsito Viksi | 1998 |
| 6. | 56,7 | Arbo Maisa | 2003 |
| 7. | 57,18 | Mikk Talpsepp | 2007 |
| 8. | 57,33 | Martin Sookael | 2002 |
| 9. | 58,25 | Roger Teppo | 2013 |
| 10. | 58,99 | Priit Kobelinski | 2002 |

Kaugushüpe

| | | | |
|-----|------|--------------------|------|
| 1. | 7.87 | Jaanus Uudmäe | 2006 |
| 2. | 7.62 | Meelis Siimson | 2011 |
| 3. | 7.40 | Tõnis Ukkivi | 2003 |
| 4. | 7.39 | Andres Ukkivi | 2002 |
| 5. | 7.28 | Martin Laurik | 2002 |
| 6. | 7.26 | Kaido Parbus | 2001 |
| 7. | 7.19 | Mikk Mihkel Nurges | 2011 |
| 8. | 7.08 | Riho Õll | 2006 |
| 9. | 7.00 | Kristjan Suur | 1999 |
| 10. | 6.87 | Tarmo Kobin | 2002 |

Kõrgushüpe

| | | | |
|----|------|----------------|------|
| 1. | 2.15 | Tarmo Kobin | 2001 |
| 2. | 2.06 | Olavi Paavo | 1996 |
| 3. | 2.05 | Imre Lillepõld | 1996 |
| 4. | 2.02 | Martin Laurik | 1998 |
| 5. | 2.02 | Riho Õll | 2001 |
| 6. | 1.99 | Meelis Siimson | 2009 |
| 7. | 1.97 | Erik Uudevald | 1999 |
| 8. | 1.95 | Kaido Parbus | 1998 |
| | 1.95 | Erik Koitla | 1998 |
| | 1.95 | Hendrik Voll | 2000 |
| | 1.95 | Priit Raudsepp | 2002 |

Kolmikhüpe

| | | | |
|-----|-------|--------------------|------|
| 1. | 17.06 | Jaanus Uudmäe | 2009 |
| 2. | 14.69 | Martin Laurik | 1998 |
| 3. | 14.61 | Meelis Siimson | 2010 |
| 4. | 14.52 | Meelis Uudmäe | 2008 |
| 5. | 14.36 | August Vaiksoo | 2008 |
| 6. | 14.34 | Aleksei Anikejev | 1994 |
| 7. | 14.10 | Reigo Jõrsi | 2005 |
| 8. | 14.09 | Jaak Joonas Uudmäe | 2011 |
| 9. | 14.03 | Kaupo Kõrven | 1998 |
| 10. | 14.02 | Riho Õll | 2003 |

Teivashüpe

| | | | |
|-----|------|-----------------|------|
| 1. | 4.51 | Allar Saar | 2010 |
| 2. | 4.45 | Margus Paju | 2003 |
| 3. | 4.40 | Andres Pak | 1994 |
| 4. | 4.40 | Eigo Kärdi | 2008 |
| 5. | 4.30 | Hillar Aasa | 1998 |
| 6. | 4.25 | Ando Vainjärv | 1998 |
| 7. | 4.20 | Kaspar Valgepea | 2006 |
| | 4.20 | Harri Mündel | 2011 |
| 9. | 4.15 | Uku Erik Tropp | 2015 |
| 10. | 4.10 | Jüri Naumov | 2001 |

Odavise

| | | | |
|-----|-------|----------------|------|
| 1. | 59.49 | Martin Laurik | 2001 |
| 2. | 59.20 | Uku Almann | 1995 |
| 3. | 58.03 | Kaupo Kõrven | 2002 |
| 4. | 57.54 | Allar Saar | 2010 |
| 5. | 56.28 | Martin Otsa | 1995 |
| 6. | 55.44 | Tõnis Ukkivi | 2005 |
| 7. | 54.40 | Marek Lindau | 1995 |
| 8. | 54.06 | Ando Vainjärv | 1998 |
| 9. | 52.89 | Margus Rahuoja | 1999 |
| 10. | 52.44 | Hendrik Voll | 2003 |

Kuulitõuge

| | | | |
|-----|-------|-------------------|------|
| 1. | 19.66 | Raigo Toompuu | 2006 |
| 2. | 19.06 | Margus Tammaru | 2000 |
| 3. | 16.18 | Ants Kiisa | 2001 |
| 4. | 14.64 | Hendrik Voll | 2008 |
| 5. | 14.60 | Allar Saar | 2010 |
| 6. | 14.07 | Margus Paju | 2004 |
| 7. | 13.85 | Aleksei Krainov | 2008 |
| 8. | 13.85 | Allar Saar | 2015 |
| 9. | 13.70 | Karl Armand Kaber | 2015 |
| 10. | 13.54 | Andres Aavik | 2000 |

Vasaraheide

| | | | |
|-----|-------|-----------------|------|
| 1. | 76.58 | Jüri Tamm | 1995 |
| 2. | 62.47 | Mati Raudsepp | 2000 |
| 3. | 56.74 | Martti Merila | 1997 |
| 4. | 56.14 | Danel Liventhal | 1992 |
| 5. | 54.50 | Tarmo Themas | 1996 |
| 6. | 52.26 | Tõnis Peljo | 1992 |
| 7. | 50.73 | Raigo Toompuu | 2007 |
| 8. | 50.20 | Olle Kaljuvee | 1995 |
| 9. | 49.28 | M. Tammaru | 2001 |
| 10. | 45.38 | Tarmo Vorobjov | 1999 |

Kettaheide

| | | | |
|-----|-------|-------------------|------|
| 1. | 58.32 | Hendrik Voll | 2006 |
| 2. | 54.32 | Raigo Toompuu | 2006 |
| 3. | 51.28 | Margus Tammaru | 2001 |
| 4. | 45.84 | Margus Paju | 2004 |
| 5. | 45.69 | Andres Aavik | 2000 |
| 6. | 45.43 | Aleksei Krainov | 2009 |
| 7. | 44.88 | Mati Raudsepp | 1998 |
| 8. | 44.01 | Allar Saar | 2014 |
| 9. | 39.07 | Karl Armand Kaber | 2016 |
| 10. | 38.82 | Tõnis Ukkivi | 2004 |

10-võistlus

| | | | |
|-----|------|---------------|------|
| 1. | 6881 | Kristjan Suur | 1999 |
| 2. | 6869 | Jüri Naumov | 2003 |
| 3. | 6750 | Hendrik Voll | 2002 |
| 4. | 6670 | Allar Saar | 2010 |
| 5. | 6576 | Martin Laurik | 1998 |
| 6. | 6411 | Silver Siim | 2013 |
| 7. | 6383 | Margus Paju | 2004 |
| 8. | 6289 | Tõnis Ukkivi | 2001 |
| 9. | 6163 | Kaupo Kõrven | 2002 |
| 10. | 5871 | Sven Pipar | 2008 |

Nõmme KJK edetabel 2020

NÕMME KJK SISEEDETABEL 2020

NAISED

| | | | | | | | | | |
|-------------|------------------------|-----------|-------|--------|--------------|------------------------|-----------|-------|--------|
| 60 m | | | | | 9,32 | Alexandra Schipai | 13.11.05. | Tln. | 09.01. |
| N | | | | | 9,98 | Reti Reinik | 27.06.06. | Tln. | 19.02. |
| 7,95 | Annika Sakkarias | 21.08.91. | Tln. | 26.01. | | | | | |
| 7,98 | Brigitta Tamsar | 01.02.01. | Tln. | 26.01. | TC | | | | |
| 8,13 | Anna Theresa Gustavson | 11.02.05. | Tln. | 09.01. | 8,53 | Kreete Kallaste | 21.09.06. | Pärnu | 28.12. |
| 8,14 | Liljan Neerot | 30.06.99. | Tln. | 15.02. | 8,91 | Kärt Antov | 14.06.06. | Tln. | 28.12. |
| 8,19 | Kristin Kairit Sonn | 20.11.03. | Tln. | 12.02. | 9,34 | Minni Marit Peenoja | 27.03.08. | Tln. | 19.02. |
| 8,20 | Hella Tõnts | 21.09.04. | Tln. | 26.01. | 9,49 | Karolin Meeri Meos | 27.01.08. | Tln. | 19.02. |
| 8,25 | Greta-Liisa Vahtra | 12.08.01. | Tln. | 04.01. | 9,69 | Carolin Anete Pijon | 05.02.08. | Tln. | 19.02. |
| 8,27 | Kirsi Pruudel | 09.04.96. | Tln. | 12.02. | 9,78 | Madleen Ambur | 23.09.07. | Tln. | 19.02. |
| 8,28 | Stella Sohvi Altmets | 18.09.01. | Pärnu | 28.12. | 9,96 | Kirke Reiman | 24.10.08. | Tln. | 19.02. |
| 8,28 | Iris Tamsalu | 15.01.01. | Tln. | 09.01. | 9,98 | Heliisa Pohlak | 09.01.08. | Tln. | 19.02. |
| NJ | | | | | 200 m | | | | |
| 7,98 | Brigitta Tamsar | 01.02.01. | Tln. | 26.01. | N | | | | |
| 8,25 | Greta-Liisa Vahtra | 12.08.01. | Tln. | 04.01. | 25,67 | Helin Meier | 20.04.92. | Tln. | 16.02. |
| 8,28 | Stella Sohvi Altmets | 18.09.01. | Pärnu | 28.12. | 26,32 | Brigitta Tamsar | 01.02.01. | Tln. | 16.02. |
| 8,28 | Iris Tamsalu | 15.01.01. | Tln. | 09.01. | 26,46 | Anna Theresa Gustavson | 11.02.05. | Tln. | 02.01. |
| 8,35 | Hele-Riin Vackermann | 25.06.02. | Tln. | 12.02. | 27,05 | Hella Tõnts | 21.09.04. | Tln. | 16.02. |
| TA | | | | | 27,11 | Kirsi Pruudel | 09.04.96. | Tln. | 16.02. |
| 8,19 | Kristin Kairit Sonn | 20.11.03. | Tln. | 12.02. | 27,17 | Kristin Kairit Sonn | 20.11.03. | Tln. | 16.02. |
| 8,20 | Hella Tõnts | 21.09.04. | Tln. | 26.01. | 27,40 | Liljan Neerot | 30.06.99. | Tln. | 16.02. |
| 8,43 | Kaisa Hänni | 14.10.04. | Tln. | 9.01. | 27,51 | Kreete Kallaste | 21.09.06. | Tln. | 02.01. |
| 8,66 | Maiken Lipp | 28.02.03. | Tln. | 18.12. | 28,58 | Linda Teemägi | 04.04.04. | Tln. | 19.02. |
| 8,80 | Linda Teemägi | 04.04.04. | Tln. | 19.02. | 28,76 | Elisabeth Pae | 28.10.03. | Tln. | 26.01. |
| 8,81 | Kristina Kuldner | 06.07.03. | Tln. | 15.02. | NJ | | | | |
| 8,86 | Elisabeth Pae | 28.10.03. | Tln. | 09.01. | 26,32 | Brigitta Tamsar | 01.02.01. | Tln. | 16.02. |
| 9,04 | Anett Katriin Kutsar | 25.06.03. | Tln. | 19.02. | TA | | | | |
| TB | | | | | 27,05 | Hella Tõnts | 21.09.04. | Tln. | 16.02. |
| 8,13 | Anna Theresa Gustavson | 11.02.05. | Tln. | 09.01. | 27,17 | Kristin Kairit Sonn | 20.11.03. | Tln. | 16.02. |
| 8,32 | Kreete Kallaste | 21.09.06. | Tln. | 19.02. | 28,58 | Linda Teemägi | 04.04.04. | Tln. | 19.02. |
| 8,72 | Emily Marnei | 09.06.06. | Tln. | 19.02. | 28,76 | Elisabeth Pae | 28.10.03. | Tln. | 26.01. |
| 8,84 | Kärt Antov | 14.06.06. | Tln. | 19.12. | 29,70 | Eliise Luks | 24.02.04. | Tln. | 19.02. |
| 9,14 | Sesse Vali | 05.12.05. | Tln. | 19.12. | 29,95 | Anett Katriin Kutsar | 25.06.03. | Tln. | 19.02. |
| 9,21 | Mariliis Sikaste | 21.03.06. | Tln. | 09.01. | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|--------------|------------------------|-----------|------|--------|--------------|------------------------|-----------|------|--------|
| TB | | | | | 66,93 | Eliise Luks | 24.02.04. | Tln. | 15.02. |
| 26,46 | Anna Theresa Gustavson | 11.02.05. | Tln. | 02.01. | 67,42 | Elisabeth Pae | 28.10.03. | Tln. | 15.02. |
| 27,51 | Kreete Kallaste | 21.09.06. | Tln. | 02.01. | | | | | |
| 29,82 | Sesse Vali | 05.12.05. | Tln. | 10.01. | NJ | | | | |
| 32,12 | Lotta Eigo | 13.01.06. | Tln. | 10.01. | 60,11 | Stella Sohvi Altmets | 18.09.01. | Tln. | 15.02. |
| 34,19 | Reti Reinik | 27.06.06. | Tln. | 19.02. | | | | | |
| | | | | | TA | | | | |
| TC | | | | | 61,38 | Hella Tõnts | 21.09.04. | Tln. | 15.02. |
| 30,26 | Minni Marit Peenoja | 27.03.08. | Tln. | 19.02. | 65,33 | Kaisa Hänni | 14.10.04. | Tln. | 15.02. |
| 32,00 | Carolin Anete Pijon | 05.02.08. | Tln. | 19.02. | 65,41 | Linda Teemägi | 04.04.04. | Tln. | 15.02. |
| 34,10 | Kirke Reiman | 24.10.08. | Tln. | 19.02. | 66,93 | Eliise Luks | 24.02.04. | Tln. | 15.02. |
| 35,10 | Heliisa Pohlak | 09.01.08. | Tln. | 19.02. | 67,42 | Elisabeth Pae | 28.10.03. | Tln. | 15.02. |
| 35,13 | Gertrud Pajus | 19.12.07. | Tln. | 19.02. | TB | | | | |
| 36,66 | Miina Maria Nuggis | 21.08.08. | Tln. | 19.02. | 60,84 | Anna Theresa Gustavson | 11.02.05. | Tln. | 01.02. |
| 36,92 | Iris Teemägi | 23.05.08. | Tln. | 19.02. | 61,62 | Kreete Kallaste | 21.09.06. | Tln. | 01.02. |
| 300 m | | | | | 600 m | | | | |
| N | | | | | N | | | | |
| 39,86 | Helin Meier | 20.04.92. | Tln. | 26.01. | 1.38,83 | Stella Sohvi Altmets | 18.09.01. | Tln. | 04.01. |
| 40,29 | Annika Sakkarias | 21.08.91. | Tln. | 26.01. | 1.49,37 | Hele-Riin Vackermann | 25.06.02. | Tln. | 04.01. |
| 42,95 | Stella Sohvi Altmets | 18.09.01. | Tln. | 10.01. | 1.51,21 | Elisabeth Pae | 28.10.03. | Tln. | 12.02. |
| 43,45 | Hella Tõnts | 21.09.04. | Tln. | 10.01. | 1.53,45 | Maiken Lipp | 28.02.03. | Tln. | 04.01. |
| 44,89 | Linda Teemägi | 04.04.04. | Tln. | 10.01. | NJ | | | | |
| 48,22 | Anett Katriin Kutsar | 25.06.03. | Tln. | 10.01. | 1.38,83 | Stella Sohvi Altmets | 18.09.01. | Tln. | 04.01. |
| NJ | | | | | 1.49,37 | Hele-Riin Vackermann | 25.06.02. | Tln. | 04.01. |
| 42,95 | Stella Sohvi Altmets | 18.09.01. | Tln. | 10.01. | TA | | | | |
| TA | | | | | 1.51,21 | Elisabeth Pae | 28.10.03. | Tln. | 12.02. |
| 43,45 | Hella Tõnts | 21.09.04. | Tln. | 10.01. | 1.53,45 | Maiken Lipp | 28.02.03. | Tln. | 04.01. |
| 44,89 | Linda Teemägi | 04.04.04. | Tln. | 10.01. | 800 m | | | | |
| 48,22 | Anett Katriin Kutsar | 25.06.03. | Tln. | 10.01. | N | | | | |
| 400 m | | | | | 2.13,38 | Helin Meier | 20.04.92. | Tln. | 23.02. |
| N | | | | | 2.19,89 | Stella Sohvi Altmets | 18.09.01. | Tln. | 23.02. |
| 60,11 | Stella Sohvi Altmets | 18.09.01. | Tln. | 15.02. | 2.39,82 | Eliise Luks | 24.02.04. | Tln. | 16.02. |
| 60,84 | Anna Theresa Gustavson | 11.02.05. | Tln. | 01.02. | 2.42,02 | Hele-Riin Vackermann | 25.06.02. | Tln. | 19.01. |
| 61,38 | Hella Tõnts | 21.09.04. | Tln. | 15.02. | 2.50,16 | Maiken Lipp | 28.02.03. | Tln. | 19.01. |
| 61,62 | Kreete Kallaste | 21.09.06. | Tln. | 01.02. | | | | | |
| 65,33 | Kaisa Hänni | 14.10.04. | Tln. | 15.02. | | | | | |
| 65,41 | Linda Teemägi | 04.04.04. | Tln. | 15.02. | | | | | |



Eesti meister 800m jooksus Helin Meier



Eesti NU20 noorte meister 2000m takistusjooksus Stella Reinumägi

NJ

| | | | | |
|---------|----------------------|-----------|------|--------|
| 2.19,89 | Stella Sohvi Altmets | 18.09.01. | Tln. | 23.02. |
| 2.42,02 | Hele-Riin Vackermann | 25.06.02. | Tln. | 19.01. |

TA

| | | | | |
|---------|-------------|-----------|------|--------|
| 2.39,82 | Eliise Luks | 24.02.04. | Tln. | 16.02. |
| 2.50,16 | Maiken Lipp | 28.02.03. | Tln. | 19.01. |

1500 m**NJ**

| | | | | |
|---------|------------------|-----------|------|--------|
| 5.23,75 | Stella Reinumägi | 31.01.02. | Tln. | 22.02. |
|---------|------------------|-----------|------|--------|

2000 m**N**

| | | | | |
|---------|--------------|-----------|------|--------|
| 6.37,23 | Laura Maasik | 05.10.93. | Tln. | 12.02. |
|---------|--------------|-----------|------|--------|

3000m**N**

| | | | | |
|----------|--------------|-----------|------|--------|
| 10.10,20 | Laura Maasik | 05.10.93. | Tln. | 23.02. |
|----------|--------------|-----------|------|--------|

2000 m takistusjooks**NJ**

| | | | | |
|---------|------------------|-----------|------|--------|
| 8.33,66 | Stella Reinumägi | 31.01.02. | Tln. | 26.02. |
|---------|------------------|-----------|------|--------|

60 mtj.**N**

| | | | | |
|------|----------------------|-----------|------|--------|
| 9,26 | Kirsi Pruudel | 09.04.96. | Tln. | 23.02. |
| 9,41 | Iris Tamsalu | 15.01.01. | Tln. | 16.02. |
| 9,43 | Liljan Neerot | 30.06.99. | Tln. | 12.02. |
| 9,53 | Hele-Riin Vackermann | 25.06.02. | Tln. | 26.01. |

NJ

| | | | | |
|------|----------------------|-----------|------|--------|
| 9,41 | Iris Tamsalu | 15.01.01. | Tln. | 16.02. |
| 9,53 | Hele-Riin Vackermann | 25.06.02. | Tln. | 26.01. |

TA

| | | | | |
|-------|-------------|-----------|------|--------|
| 9,52 | Maiken Lipp | 28.02.03. | Tln. | 19.01. |
| 10,23 | Kaisa Hänni | 14.10.04. | Tln. | 10.01. |

TC

| | | | | |
|-------|--------------------|-----------|------|--------|
| 11,27 | Karolin Meeri Meos | 27.01.08. | Tln. | 10.01. |
|-------|--------------------|-----------|------|--------|

Kaugus**N**

| | | | | |
|------|----------------------|-----------|-------|--------|
| 5.39 | Iris Tamsalu | 15.01.01. | Tln. | 10.01. |
| 5.39 | Liljan Neerot | 30.06.99. | Tln. | 16.02. |
| 5.32 | Kirsi Pruudel | 09.04.96. | Tln. | 26.01. |
| 5.21 | Hele-Riin Vackermann | 25.06.02. | Tln. | 26.01. |
| 5.19 | Maiken Lipp | 28.02.03. | Tln. | 19.01. |
| 5.06 | Stella Sohvi Altmets | 18.09.01. | Pärnu | 28.12. |
| 5.00 | Kaisa Hänni | 14.10.04. | Tln. | 16.02. |
| 4.89 | Kristin Kairit Sonn | 20.11.03. | Tln. | 12.02. |
| 4.86 | Hella Tõnts | 21.09.04. | Tln. | 19.02. |
| 4.73 | Kreete Kallaste | 21.09.06. | Tln. | 19.02. |
| 4.60 | Marlen Ambur | 07.03.97. | Tln. | 10.01. |

NJ

| | | | | |
|------|----------------------|-----------|-------|--------|
| 5.39 | Iris Tamsalu | 15.01.01. | Tln. | 15.01. |
| 5.21 | Hele-Riin Vackermann | 25.06.02. | Tln. | 26.01. |
| 5.06 | Stella Sohvi Altmets | 18.09.01. | Pärnu | 28.12. |

TA

| | | | | |
|------|----------------------|-----------|------|--------|
| 5.19 | Maiken Lipp | 28.02.03. | Tln. | 19.01. |
| 5.00 | Kaisa Hänni | 14.10.04. | Tln. | 16.02. |
| 4.89 | Kristin Kairit Sonn | 20.11.03. | Tln. | 12.02. |
| 4.86 | Hella Tõnts | 21.09.04. | Tln. | 19.02. |
| 4.49 | Kristina Kuldner | 06.07.03. | Tln. | 12.02. |
| 4.42 | Liis Kristiin Kutsar | 25.06.03. | Tln. | 04.01. |
| 4.26 | Elisabeth Pae | 28.10.03. | Tln. | 26.01. |
| 4.17 | Anett Katriin Kutsar | 25.06.03. | Tln. | 09.01. |
| 4.09 | Marie Riiberg | 16.03.04. | Tln. | 19.02. |

TB

| | | | | |
|------|------------------|-----------|------|--------|
| 4.73 | Kreete Kallaste | 21.09.06. | Tln. | 19.02. |
| 4.43 | Mariliis Sikaste | 21.03.06. | Tln. | 10.01. |
| 4.35 | Sesse Vali | 05.12.05. | Tln. | 19.02. |
| 4.13 | Kärt Antov | 14.06.06. | Tln. | 19.02. |
| 4.11 | Emily Marme | 09.06.06. | Tln. | 19.02. |

TC

| | | | | |
|------|------------------|-----------|------|--------|
| 4.59 | Mariliis Sikaste | 21.03.06. | Tln. | 18.12. |
|------|------------------|-----------|------|--------|



Laura Maasik



Väga tubli TU18 kolmiküppaja Maiken Lipp

Kolmik**N**

11.46 Maiken Lipp 28.02.03. Tln. 26.01.
 10.79 Hele-Riin Vackermann 25.06.02. Tln. 15.02.

NJ

10.79 Hele-Riin Vackermann 25.06.02. Tln. 15.02.

TA

11.46 Maiken Lipp 28.02.03. Tln. 26.01.

Kõrgus**N**

1.67 Marlen Ambur 07.03.97. Tln. 09.01.
 1.59 Maiken Lipp 28.02.03. Tln. 19.01.
 1.53 Hele-Riin Vackermann 25.06.02. Tln. 19.01.
 1.50 Marie Rüiberg 16.03.04. Tln. 19.02.
 1.45 Elisabeth Pae 28.10.03. Tln. 10.01.
 1.45 Liis Kristiin Kutsar 25.06.03. Tln. 19.02.
 1.40 Kärt Antov 14.06.06. Tln. 09.01.
 1.40 Alexandra Schipai 13.11.05. Tln. 09.01.
 1.35 Mariliis Sikaste 21.03.06. Tln. 09.01.
 1.35 Kristin Kairit Sonn 20.11.03. Tln. 19.02.

NJ

1.53 Hele-Riin Vackermann 25.06.02. Tln. 19.01.

TA

1.59 Maiken Lipp 28.02.03. Tln. 19.01.
 1.50 Marie Rüiberg 16.03.04. Tln. 19.02.
 1.45 Elisabeth Pae 28.10.03. Tln. 10.01.
 1.45 Liis Kristiin Kutsar 25.06.03. Tln. 19.02.
 1.35 Kristin Kairit Sonn 20.11.03. Tln. 19.02.

TB

1.40 Kärt Antov 14.06.06. Tln. 09.01.
 1.40 Alexandra Schipai 13.11.05. Tln. 09.01.
 1.35 Mariliis Sikaste 21.03.06. Tln. 09.01.
 1.25 Emily Marmei 09.06.06. Tln. 19.02.

TC

1.30 Karolin Meeri Meos 27.01.08. Tln. 19.02.
 1.25 Carolin Anete Pijon 05.02.08. Tln. 19.02.

Kuul**N**

14.13 Monica Vainola 19.02.96. Tln. 22.02.
 9.77 Hele-Riin Vackermann 25.06.02. Tln. 12.02.
 8.94 Greta-Liisa Vahtra 12.08.01. Tln. 09.01.

NJ

9.77 Hele-Riin Vackermann 25.06.02. Tln. 12.02.

TA 3 kg

12.17 Liis Kristiin Kutsar 25.06.03. Tln. 19.02.
 10.92 Maiken Lipp 28.02.03. Tln. 18.12.
 7.97 Kristin Kairit Sonn 20.11.03. Tln. 19.02.

5-v**NJ**

3049 Hele-Riin Vackermann 25.06.02. Tln. 19.01.
 9,71
 1,53
 9,61
 5,05
 2,42,02

TA

3174 Maiken Lipp 28.02.03. Tln. 19.01.
 9,52
 1,59
 10,65
 5,19
 2,50,16

MEHED

| | | | | | | | | | |
|--------------|---------------------|-----------|------|--------|--------------|---------------------|-----------|-------|--------|
| 60 m | | | | | 25.00 | Kristjan Nork | 01.11.00. | Tln. | 16.02. |
| M | | | | | 25.05 | Oliver Otlot | 23.02.05. | Tln. | 02.02. |
| 7.37 | Joonas Mattias Laur | 01.06.99. | Tln. | 12.02. | 26.51 | Risto Saar | 04.10.05. | Tln. | 10.01. |
| 7.42 | Ralf Lamp | 03.04.04. | Tln. | 18.12. | 30.22 | Sander Simpson | 04.03.05. | Tln. | 19.02. |
| 7.45 | Erik Loorand | 02.12.05. | Tln. | 12.02. | 30.30 | Henri Romeo Orav | 17.12.08. | Tln. | 19.02. |
| 7.63 | Kristjan Nork | 01.11.00. | Tln. | 15.02. | 30.68 | Kusti Kaljo | 17.06.07. | Tln. | 02.02. |
| 7.72 | Ronaldo Kaljo | 20.09.05. | Tln. | 04.01. | | | | | |
| 7.85 | Martin Moistus | 30.07.03. | Tln. | 18.12. | PA | | | | |
| 7.90 | Ott-Rasmus Vanus | 23.10.04. | Tln. | 09.01. | 24.71 | Martin Moistus | 30.07.03. | Tln. | 16.02. |
| 7.98 | Oliver Otlot | 23.02.05. | Tln. | 18.12. | | | | | |
| 8.10 | Risto Saar | 04.10.05. | Tln. | 19.02. | PB | | | | |
| 8.17 | Alar Reiljan | 28.05.04. | Tln. | 18.12. | 24.13 | Erik Loorand | 02.12.05. | Tln. | 19.02. |
| | | | | | 24.56 | Ronaldo Kaljo | 20.09.05. | Tln. | 02.02. |
| PA | | | | | 25.05 | Oliver Otlot | 23.02.05. | Tln. | 02.02. |
| 7.42 | Ralf Lamp | 03.04.04. | Tln. | 18.12. | 26.51 | Risto Saar | 04.10.05. | Tln. | 10.01. |
| 7.85 | Martin Moistus | 30.07.03. | Tln. | 18.12. | 30.22 | Sander Simpson | 04.03.05. | Tln. | 19.02. |
| 7.90 | Ott-Rasmus Vanus | 23.10.04. | Tln. | 09.01. | | | | | |
| 8.17 | Alar Reiljan | 28.05.04. | Tln. | 18.12. | PC | | | | |
| | | | | | 30.30 | Henri Romeo Orav | 17.12.08. | Tln. | 19.02. |
| PB | | | | | 30.68 | Kusti Kaljo | 17.06.07. | Tln. | 02.02. |
| 7.42 | Ralf Lamp | 03.04.04. | Tln. | 18.12. | | | | | |
| 7.45 | Erik Loorand | 02.12.05. | Tln. | 12.02. | 300 m | | | | |
| 7.72 | Ronaldo Kaljo | 20.09.05. | Tln. | 04.01. | M | | | | |
| 7.98 | Oliver Otlot | 23.02.05. | Tln. | 18.12. | 37.22 | Joonas Mattias Laur | 01.06.99. | Tln. | 10.01. |
| 8.10 | Risto Saar | 04.10.05. | Tln. | 19.02. | 38.33 | Martin Moistus | 30.07.03. | Tln. | 10.01. |
| 8.17 | Alar Reiljan | 28.05.04. | Tln. | 18.12. | | | | | |
| 8.19 | Juhan Tõnn Toots | 21.05.05. | Tln. | 18.12. | PA | | | | |
| 8.91 | Lennart Tamm | 20.03.06. | Tln. | 19.02. | 38.33 | Martin Moistus | 30.07.03. | Tln. | 10.01. |
| | | | | | | | | | |
| PC | | | | | 400 m | | | | |
| 8.89 | Henri Romeo Orav | 17.12.08. | Tln. | 19.02. | M | | | | |
| 9.15 | Kusti Kaljo | 17.06.07. | Tln. | 19.02. | 52.25 | Joonas Mattias Laur | 01.06.99. | Tartu | 06.03. |
| | | | | | 53.95 | Ronaldo Kaljo | 20.09.05. | Tln. | 01.02. |
| 200 m | | | | | 54.33 | Martin Moistus | 30.07.03. | Tln. | 15.02. |
| M | | | | | 56.66 | Oliver Otlot | 23.02.05. | Tln. | 01.02. |
| 23.73 | Joonas Mattias Laur | 01.06.99. | Tln. | 16.02. | | | | | |
| 24.13 | Erik Loorand | 02.12.05. | Tln. | 19.02. | PA | | | | |
| 24.56 | Ronaldo Kaljo | 20.09.05. | Tln. | 02.02. | 54.33 | Martin Moistus | 30.07.03. | Tln. | 15.02. |
| 24.71 | Martin Moistus | 30.07.03. | Tln. | 16.02. | | | | | |

PB

| | | | | |
|-------|---------------|-----------|------|--------|
| 53.95 | Ronaldo Kaljo | 20.09.05. | Tln. | 01.02. |
| 56.66 | Oliver Otlot | 23.02.05. | Tln. | 01.02. |

600 m**M**

| | | | | |
|---------|---------------------|-----------|------|--------|
| 1.28,33 | Joonas Mattias Laur | 01.06.99. | Tln. | 04.01. |
| 1.31,60 | Ronaldo Kaljo | 20.09.05. | Tln. | 12.02. |
| 1.33,77 | Martin Moistus | 30.07.03. | Tln. | 04.01. |
| 1.34,86 | Ats Oskar Laansalu | 28.09.01. | Tln. | 12.02. |
| 1.39,33 | Oliver Otlot | 23.02.05. | Tln. | 09.01. |

MJ

| | | | | |
|---------|--------------------|-----------|------|--------|
| 1.34,86 | Ats Oskar Laansalu | 28.09.01. | Tln. | 12.02. |
|---------|--------------------|-----------|------|--------|

PA

| | | | | |
|---------|----------------|-----------|------|--------|
| 1.33,77 | Martin Moistus | 30.07.03. | Tln. | 04.01. |
|---------|----------------|-----------|------|--------|

PB

| | | | | |
|---------|---------------|-----------|------|--------|
| 1.31,60 | Ronaldo Kaljo | 20.09.05. | Tln. | 12.02. |
| 1.39,33 | Oliver Otlot | 23.02.05. | Tln. | 09.01. |

800 m**M**

| | | | | |
|---------|--------------------|-----------|------|--------|
| 2.14,52 | Ats Oskar Laansalu | 28.09.01. | Tln. | 09.01. |
| 2.47,90 | Fred Gustavson | 14.06.08. | Tln. | 02.02. |

MJ

| | | | | |
|---------|--------------------|-----------|------|--------|
| 2.14,52 | Ats Oskar Laansalu | 28.09.01. | Tln. | 09.01. |
|---------|--------------------|-----------|------|--------|

PC

| | | | | |
|---------|----------------|-----------|------|--------|
| 2.47,90 | Fred Gustavson | 14.06.08. | Tln. | 02.02. |
|---------|----------------|-----------|------|--------|

1000 m**M**

| | | | | |
|---------|---------------------|-----------|------|--------|
| 2.53,23 | Joonas Mattias Laur | 01.06.99. | Tln. | 18.12. |
|---------|---------------------|-----------|------|--------|

1500 m**PB**

| | | | | |
|---------|-------------|-----------|------|--------|
| 5.00,42 | Risto Kalju | 06.06.06. | Tln. | 01.02. |
|---------|-------------|-----------|------|--------|

PC

| | | | | |
|---------|----------------|-----------|------|--------|
| 5.54,66 | Fred Gustavson | 14.06.08. | Tln. | 01.02. |
|---------|----------------|-----------|------|--------|

60 m tj.**PA**

| | | | | |
|------|----------------|-----------|------|--------|
| 8.81 | Ralf Lamp | 03.04.04. | Tln. | 10.01. |
| 9.33 | Martin Moistus | 30.07.03. | Tln. | 02.01. |

Kõrgus**M**

| | | | | |
|------|------------------|-----------|------|--------|
| 1.80 | Marken Murdla | 10.06.96. | Tln. | 12.02. |
| 1.55 | Ronaldo Kaljo | 20.09.05. | Tln. | 19.02. |
| 1.50 | Martin Moistus | 30.07.03. | Tln. | 19.02. |
| 1.50 | Erik Loorand | 02.12.05. | Tln. | 19.02. |
| 1.35 | Tanel Moor | 27.09.05. | Tln. | 19.02. |
| 1.30 | Henri Romeo Orav | 17.12.08. | Tln. | 19.02. |
| 1.30 | Karl-Robert Vaht | 23.08.07. | Tln. | 19.02. |
| 1.30 | Lennart Tamm | 20.03.06. | Tln. | 19.02. |

PA

| | | | | |
|------|----------------|-----------|------|--------|
| 1.50 | Martin Moistus | 30.07.03. | Tln. | 19.02. |
|------|----------------|-----------|------|--------|

PB

| | | | | |
|------|---------------|-----------|------|--------|
| 1.55 | Ronaldo Kaljo | 20.09.05. | Tln. | 19.02. |
| 1.50 | Erik Loorand | 02.12.05. | Tln. | 19.02. |
| 1.35 | Tanel Moor | 27.09.05. | Tln. | 19.02. |
| 1.30 | Lennart Tamm | 20.03.06. | Tln. | 19.02. |

PC

| | | | | |
|------|------------------|-----------|------|--------|
| 1.30 | Henri Romeo Orav | 17.12.08. | Tln. | 19.02. |
| 1.30 | Karl-Robert Vaht | 23.08.07. | Tln. | 19.02. |

Teivas**PB**

| | | | | |
|------|-------------|-----------|------|--------|
| 2.45 | Risto Kalju | 06.06.06. | Tln. | 02.01. |
|------|-------------|-----------|------|--------|

Kaugus**M**

| | | | | |
|------|----------------|-----------|------|--------|
| 6.50 | Ralf Lamp | 03.04.04. | Tln. | 18.12. |
| 6.42 | Martin Moistus | 30.07.03. | Tln. | 12.02. |
| 6.24 | Marken Murdla | 10.06.96. | Tln. | 12.02. |

| | | | | | | | | | |
|-----------|------------------|-----------|------|--------|---------------|------------------|-----------|------|--------|
| 5.85 | Kristjan Nork | 01.11.00. | Tln. | 12.02. | Kuul | | | | |
| 5.74 | Oliver Otlot | 23.02.05. | Tln. | 04.01. | M | | | | |
| 5.62 | Juhan Tõnn Toots | 21.05.05. | Tln. | 09.01. | 12.27 | Allar Saar | 12.02.89. | Tln. | 11.01. |
| 5.49 | Risto Saar | 04.10.05. | Tln. | 19.02. | | | | | |
| 5.39 | Ott-Rasmus Vanus | 23.10.04. | Tln. | 19.02. | PA 5kg | | | | |
| 5.29 | Erik Loorand | 02.12.05. | Tln. | 19.02. | 11.78 | Ott-Rasmus Vanus | 23.10.04. | Tln. | 19.02. |
| 5.23 | Ronaldo Kaljo | 20.09.05. | Tln. | 19.02. | 11.50 | Alar Reiljan | 28.05.04. | Tln. | 19.02. |
| | | | | | 10.99 | Ralf Lamp | 03.04.04. | Tln. | 19.02. |
| PA | | | | | | | | | |
| 6.49 | Ralf Lamp | 03.04.04. | Tln. | 04.01. | | | | | |
| 6.42 | Martin Moistus | 30.07.03. | Tln. | 12.02. | | | | | |
| 5.39 | Ott-Rasmus Vanus | 23.10.04. | Tln. | 19.02. | | | | | |
| PB | | | | | | | | | |
| 6.50 | Ralf Lamp | 03.04.04. | Tln. | 18.12. | | | | | |
| 5.74 | Oliver Otlot | 23.02.05. | Tln. | 04.01. | | | | | |
| 5.62 | Juhan Tõnn Toots | 21.05.05. | Tln. | 09.01. | | | | | |
| 5.49 | Risto Saar | 04.10.05. | Tln. | 19.02. | | | | | |
| 5.29 | Erik Loorand | 02.12.05. | Tln. | 19.02. | | | | | |
| 5.23 | Ronaldo Kaljo | 20.09.05. | Tln. | 19.02. | | | | | |



Eesti U16 noorte meister 300m tõkkejooksus Ronaldo Kaljo

Nõmme KJK VÄLISEDETABEL 2020

NAISED

100 m

N

| | | | | | |
|-------|------|------------------------|-----------|-------|--------|
| 12,24 | +0,1 | Annika Sakkarias | 21.08.91. | Tln. | 19.07. |
| 12,93 | +1,6 | Brigitta Tamsar | 01.02.01. | Tln. | 19.07. |
| 12,99 | +0,2 | Lilijan Neerot | 30.06.99. | Rkv. | 23.07. |
| 13,07 | +1,0 | Kreete Kallaste | 21.09.06. | Tln. | 02.07. |
| 13,09 | +1,1 | Anna Theresa Gustavson | 11.02.05. | Kose | 04.06. |
| 13,16 | +1,5 | Stella Sohvi Altmets | 18.09.01. | Paide | 22.08. |
| 13,17 | +1,6 | Kristin Kairit Sonn | 20.11.03. | Tln. | 19.07. |
| 13,21 | +0,8 | Greta Liisa Vahtra | 12.08.01. | Tln. | 19.07. |
| 13,42 | -0,4 | Hella Tõnts | 21.09.04. | Tln. | 02.07. |
| 13,91 | +0,8 | Emily Marmei | 09.06.06. | Tln. | 02.07. |

NJ

| | | | | | |
|-------|------|----------------------|-----------|-------|--------|
| 12,93 | +1,6 | Brigitta Tamsar | 01.02.01. | Tln. | 19.07. |
| 13,16 | +1,5 | Stella Sohvi Altmets | 18.09.01. | Paide | 22.08. |
| 13,21 | +0,8 | Greta Liisa Vahtra | 12.08.01. | Tln. | 19.07. |

TA

| | | | | | |
|-------|------|---------------------|-----------|------|--------|
| 13,17 | +1,6 | Kristin Kairit Sonn | 20.11.03. | Tln. | 19.07. |
| 13,42 | -0,4 | Hella Tõnts | 21.09.04. | Tln. | 02.07. |

TB

| | | | | | |
|-------|------|------------------------|-----------|------|--------|
| 13,07 | +1,0 | Kreete Kallaste | 21.09.06. | Tln. | 02.07. |
| 13,09 | +1,1 | Anna Theresa Gustavson | 11.02.05. | Kose | 04.06. |
| 13,91 | +0,8 | Emily Marmei | 09.06.06. | Tln. | 02.07. |
| 13,92 | -0,1 | Linda Teemägi | 04.04.04. | Tln. | 02.07. |

200 m

N

| | | | | | |
|-------|------|------------------------|-----------|-------|--------|
| 25,85 | -2,2 | Annika Sakkarias | 21.08.91. | Rkv. | 24.07. |
| 26,12 | +1,2 | Anna Theresa Gustavson | 11.02.05. | Tln. | 03.07. |
| 26,46 | -2,2 | Helin Meier | 20.04.92. | Rkv. | 24.07. |
| 26,84 | +1,2 | Kreete Kallaste | 21.09.06. | Tln. | 03.07. |
| 27,01 | +1,2 | Stella Sohvi Altmets | 18.09.01. | Tartu | 11.08. |
| 27,02 | +1,0 | Brigitta Tamsar | 01.02.01. | Tln. | 19.07. |
| 27,17 | +1,3 | Kirsi Pruudel | 09.04.96. | Tartu | 19.06. |
| 27,40 | -1,3 | Kristin Kairit Sonn | 20.11.03. | Rkv. | 24.07. |
| 27,52 | +1,2 | Kaisa Hänni | 14.10.04. | Tln. | 03.07. |
| 27,55 | +1,7 | Hella Tõnts | 21.09.04. | Tln. | 03.07. |

NJ

| | | | | | |
|-------|------|----------------------|-----------|-------|--------|
| 27,01 | +1,2 | Stella Sohvi Altmets | 18.09.01. | Tartu | 11.08. |
| 27,02 | +1,0 | Brigitta Tamsar | 01.02.01. | Tln. | 19.07. |
| 27,58 | -2,1 | Greta Liisa Vahtra | 12.08.01. | Rkv. | 24.07. |
| 28,38 | -2,1 | Iris Tamsalu | 15.01.01. | Rkv. | 24.07. |

TA

| | | | | | |
|-------|------|---------------------|-----------|------|--------|
| 27,40 | -1,3 | Kristin Kairit Sonn | 20.11.03. | Rkv. | 24.07. |
| 27,52 | +1,2 | Kaisa Hänni | 14.10.04. | Tln. | 03.07. |
| 27,55 | +1,7 | Hella Tõnts | 21.09.04. | Tln. | 03.07. |
| 28,11 | +1,2 | Elisabeth Pae | 28.10.03. | Tln. | 03.07. |

TB

| | | | | | |
|-------|------|------------------------|-----------|------|--------|
| 26,12 | +1,2 | Anna Theresa Gustavson | 11.02.05. | Tln. | 03.07. |
| 26,84 | +1,2 | Kreete Kallaste | 21.09.06. | Tln. | 03.07. |
| 29,43 | +2,0 | Emily Marmei | 09.06.06. | Tln. | 03.07. |

300 m

TA

| | | | | | |
|-------|--|---------------------|-----------|------|--------|
| 44,10 | | Kristin Kairit Sonn | 20.11.03. | Rkv. | 24.07. |
|-------|--|---------------------|-----------|------|--------|

400 m

N

| | | | | | |
|---------|--|------------------------|-----------|---------|--------|
| 55,98 | | Annika Sakkarias | 21.08.91. | Tln. | 08.08. |
| 56,25 | | Helin Meier | 20.04.92. | Tln. | 08.08. |
| 59,58 | | Anna Theresa Gustavson | 11.02.05. | Ogre | 28.07. |
| 1.00,16 | | Kreete Kallaste | 21.09.06. | Tln. | 02.07. |
| 1.00,35 | | Stella Sohvi Altmets | 18.09.01. | Pärnu | 01.08. |
| 1.03,00 | | Hella Tõnts | 21.09.04. | Rkv. | 23.07. |
| 1.03,68 | | Linda Teemägi | 04.04.04. | Tln. | 02.07. |
| 1.04,42 | | Elisabeth Pae | 28.10.03. | Rkv. | 23.07. |
| 1.04,58 | | Kaisa Hänni | 14.10.04. | Tln. | 02.07. |
| 1.04,89 | | Kristin Kairit Sonn | 20.11.03. | Kuusalu | 18.06. |

NJ

| | | | | | |
|---------|--|----------------------|-----------|-------|--------|
| 1.00,35 | | Stella Sohvi Altmets | 18.09.01. | Pärnu | 01.08. |
|---------|--|----------------------|-----------|-------|--------|

TA

| | | | | | |
|---------|--|---------------|-----------|------|--------|
| 1.03,00 | | Hella Tõnts | 21.09.04. | Rkv. | 23.07. |
| 1.03,68 | | Linda Teemägi | 04.04.04. | Tln. | 02.07. |
| 1.04,42 | | Elisabeth Pae | 28.10.03. | Rkv. | 23.07. |

| | | | | | | | | | |
|---------------|------------------------|-----------|---------|--------|--------------------|------------------|-----------|--------|--------|
| 1.04,58 | Kaisa Hänni | 14.10.04. | Tln. | 02.07. | 9.54,60 | Laura Maasik | 05.10.93. | Kohila | 27.05. |
| 1.04,89 | Kristin Kairit Sonn | 20.11.03. | Kuusalu | 18.06. | | | | | |
| 1.09,38 | Eliise Luks | 24.02.04. | Tln. | 02.07. | 5000 m | | | | |
| | | | | | N | | | | |
| TB | | | | | 17,16,99 | Laura Maasik | 05.10.93. | Tln. | 09.08. |
| 59,58 | Anna Theresa Gustavson | 11.02.05. | Ogre | 28.07. | | | | | |
| 1.00,16 | Kreete Kallaste | 21.09.06. | Tln. | 02.07. | 10000 m | | | | |
| | | | | | N | | | | |
| 600m | | | | | 35,21,94 | Laura Maasik | 05.10.93. | Tln. | 19.07. |
| TB | | | | | | | | | |
| 1.43,85 | Kreete Kallaste | 21.09.06. | Rkv. | 06.09. | 10 km | | | | |
| | | | | | N | | | | |
| 800 m | | | | | 35,20 | Laura Maasik | 05.10.93. | Rapla | 19.09. |
| N | | | | | | | | | |
| 2.07,64 | Helin Meier | 20.04.92. | Ogre | 14.08. | Poolmaraton | | | | |
| 2.17,70 | Laura Maasik | 05.10.93. | Pärnu | 22.08. | N | | | | |
| 2.21,72 | Stella Sohvi Altmets | 18.09.01. | Rkv. | 24.07. | 1.18,38 | Laura Maasik | 05.10.93. | Tartu | 03.10. |
| 2.34,05 | Eliise Luks | 24.02.04. | Tln. | 03.07. | | | | | |
| | | | | | 2000m tak. | | | | |
| NJ | | | | | N | | | | |
| 2.21,72 | Stella Sohvi Altmets | 18.09.01. | Rkv. | 24.07. | 6.45,60 | Laura Maasik | 05.10.93. | Valga | 30.06. |
| | | | | | NJ | | | | |
| TA | | | | | 8.17,53 | Stella Reinumägi | 31.01.02. | Rkv. | 23.07. |
| 2.34,05 | Eliise Luks | 24.02.04. | Tln. | 03.07. | TA | | | | |
| | | | | | 8.21,06 | Eliise Luks | 24.02.04. | Pärnu | 01.08. |
| 1000 m | | | | | | | | | |
| N | | | | | 3000m tak. | | | | |
| 2.51,9 | Helin Meier | 20.04.92. | Tln. | 31.07. | N | | | | |
| 2.55,9 | Laura Maasik | 05.10.93. | Tln. | 31.07. | 10,24,71 | Laura Maasik | 05.10.93. | Tln. | 08.08. |
| 1500 m | | | | | | | | | |
| N | | | | | 100 mtj. | | | | |
| 4.41,62 | Laura Maasik | 05.10.93. | Kohila | 03.06. | 15,06 +1,1 | Kirsi Pruudel | 09.04.96. | Pärnu | 22.08. |
| 4.44,46 | Helin Meier | 20.04.92. | Kohila | 03.06. | 15,40 +1,1 | Liiljan Neerot | 30.06.99. | Tln. | 03.07. |
| 5.32,12 | Eliise Luks | 24.02.04. | Paide | 23.08. | 15,69 -1,5 | Iris Tamsalu | 15.01.01. | Rkv. | 24.07. |
| TA | | | | | NJ | | | | |
| 5.32,12 | Eliise Luks | 24.02.04. | Paide | 23.08. | 15,69 -1,5 | Iris Tamsalu | 15.01.01. | Rkv. | 24.07. |
| 3000 m | | | | | TA | | | | |
| N | | | | | 15,73 +1,1 | Maiken Lipp | 28.02.03. | Tln. | 03.07. |

400 mtj.**N**

| | | | | |
|---------|------------------|-----------|------|--------|
| 59,94 | Annika Sakkarias | 21.08.91. | Tln. | 09.08. |
| 1.11,28 | Kaisa Hänni | 14.10.04. | Rkv. | 24.07. |
| 1.11,76 | Elisabeth Pae | 28.10.03. | Rkv. | 24.07. |
| 1.13,41 | Hella Tõnts | 21.09.04. | Rkv. | 24.07. |

TA

| | | | | |
|---------|---------------|-----------|------|--------|
| 1.11,28 | Kaisa Hänni | 14.10.04. | Rkv. | 24.07. |
| 1.11,76 | Elisabeth Pae | 28.10.03. | Rkv. | 24.07. |
| 1.13,41 | Hella Tõnts | 21.09.04. | Rkv. | 24.07. |

Kaugus**N**

| | | | | | |
|------|------|----------------------|-----------|---------|--------|
| 6.54 | +1,9 | Tähti Alver | 04.12.94. | Tln. | 09.08. |
| 5.68 | +1,2 | Kirsi Pruudel | 09.04.96. | Kuusalu | 31.07. |
| 5.42 | +2,0 | Iris Tamsalu | 15.01.01. | Kuusalu | 31.07. |
| 5.40 | +1,8 | Liljan Neerot | 30.06.99. | Tln. | 03.07. |
| 5.28 | +0,4 | Maiken Lipp | 28.02.03. | Rkv. | 23.07. |
| 5.08 | +1,5 | Stella Sohvi Altmets | 18.09.01. | Paide | 22.08. |
| 4.97 | -0,1 | Kaisa Hänni | 14.10.04. | Tln. | 02.07. |
| 4.80 | +1,3 | Kristin Kairit Sonn | 20.11.03. | Paide | 22.08. |
| 4.77 | +1,6 | Marlen Ambur | 07.03.97. | Kuusalu | 18.06. |
| 4.30 | +0,5 | Anett Katriin Kutsar | 25.06.03. | Tln. | 02.07. |

NJ

| | | | | | |
|------|------|----------------------|-----------|---------|--------|
| 5.42 | +2,0 | Iris Tamsalu | 15.01.01. | Kuusalu | 31.07. |
| 5.08 | +1,5 | Stella Sohvi Altmets | 18.09.01. | Paide | 22.08. |

TA

| | | | | | |
|------|------|----------------------|-----------|-------|--------|
| 5.28 | +0,4 | Maiken Lipp | 28.02.03. | Rkv. | 23.07. |
| 4.97 | -0,1 | Kaisa Hänni | 14.10.04. | Tln. | 02.07. |
| 4.80 | +1,3 | Kristin Kairit Sonn | 20.11.03. | Paide | 22.08. |
| 4.30 | +0,5 | Anett Katriin Kutsar | 25.06.03. | Tln. | 02.07. |
| 4.25 | -0,1 | Marie Riiberg | 16.03.04. | Tln. | 02.07. |
| 4.23 | -1,5 | Liis Kristiin Kutsar | 25.06.03. | Tln. | 02.07. |

TB

| | | | | | |
|------|------|--------------|-----------|------|--------|
| 4.07 | +1,2 | Emily Marmei | 09.06.06. | Tln. | 03.07. |
|------|------|--------------|-----------|------|--------|

Kõrgus**N**

| | | | | |
|------|----------------------|-----------|-------|--------|
| 1.70 | Marlen Ambur | 07.03.97. | Tln. | 09.08. |
| 1.55 | Hele-Riin Vackermann | 25.06.02. | Paide | 23.08. |
| 1.50 | Brigitta Tamsar | 01.02.01. | Tln. | 03.07. |
| 1.45 | Marie Riiberg | 16.03.04. | Tln. | 03.07. |
| 1.44 | Kreete Kallaste | 21.09.06. | Tln. | 10.06. |

NJ

| | | | | |
|------|----------------------|-----------|-------|--------|
| 1.55 | Hele-Riin Vackermann | 25.06.02. | Paide | 23.08. |
| 1.50 | Brigitta Tamsar | 01.02.01. | Tln. | 03.07. |

TA

| | | | | |
|------|---------------|-----------|------|--------|
| 1.45 | Marie Riiberg | 16.03.04. | Tln. | 03.07. |
|------|---------------|-----------|------|--------|

TB

| | | | | |
|------|-----------------|-----------|------|--------|
| 1.44 | Kreete Kallaste | 21.09.06. | Tln. | 10.06. |
|------|-----------------|-----------|------|--------|

Kolmik**N**

| | | | | | |
|-------|------|---------------|-----------|-------------|--------|
| 11.32 | +1,5 | Maiken Lipp | 28.02.03. | Rkv. | 23.07. |
| 10.78 | +1,5 | Liljan Neerot | 30.06.99. | Karksi-Nuia | 12.06. |
| 10.40 | -0,1 | Marlen Ambur | 07.03.97. | Tln. | 03.07. |

TA

| | | | | | |
|-------|------|-------------|-----------|------|--------|
| 11.32 | +1,5 | Maiken Lipp | 28.02.03. | Rkv. | 23.07. |
|-------|------|-------------|-----------|------|--------|

Oda**NJ**

| | | | | |
|-------|----------------------|-----------|-------|--------|
| 34.76 | Hele-Riin Vackermann | 25.06.02. | Paide | 22.08. |
|-------|----------------------|-----------|-------|--------|

TA 500 g

| | | | | |
|-------|----------------------|-----------|-------|--------|
| 31.64 | Maiken Lipp | 28.02.03. | Paide | 22.08. |
| 29.02 | Liis Kristiin Kutsar | 25.06.03. | Tln. | 02.07. |
| 28.20 | Kristin Kairit Sonn | 20.11.03. | Paide | 22.08. |
| 17.89 | Anett Katriin Kutsar | 25.06.03. | Tln. | 02.07. |

Ketas**N 1,0 kg**

| | | | | |
|-------|----------------------|-----------|----------|--------|
| 42.97 | Monica Vainola | 19.02.96. | Võru | 16.07. |
| 31.67 | Liis Kristiin Kutsar | 25.06.03. | Rkv. | 23.07. |
| 23.29 | Linda Teemägi | 04.04.04. | Haapsalu | 20.06. |

| | | | | | |
|-----------|----------------------|-----------|----------|--------|--|
| TA | 1,0 kg | | | | |
| 31.67 | Liis Kristiin Kutsar | 25.06.03. | Rkv. | 23.07. | |
| 23.29 | Linda Teemägi | 04.04.04. | Haapsalu | 20.06. | |

| | | | | | |
|-----------|----------------------|-----------|------|--------|--|
| TA | 3 kg | | | | |
| 12.03 | Liis Kristiin Kutsar | 25.06.03. | Rkv. | 23.07. | |
| 10.68 | Maiken Lipp | 28.02.03. | Tln. | 03.07. | |

Kuul

| | | | | | |
|----------|----------------|-----------|------|--------|--|
| N | 4 kg | | | | |
| 14.11 | Monica Vainola | 19.02.96. | Ogre | 15.08. | |



Väga tubli Annika Sakkariar, isiklik rekord 100m jooksus



Väga tubli U20 sportlane Stella Sohvi Altmets

MEHED

100 m

M

| | | | | | |
|-------|------|------------------|-----------|----------|--------|
| 11,48 | +0,8 | Roland Jaamu | 26.04.92. | Paide | 22.08. |
| 11,80 | +1,0 | Erik Loorand | 02.12.05. | Rkv. | 21.07. |
| 12,11 | +0,8 | Ralf Lamp | 03.04.04. | Tartu | 12.08. |
| 12,19 | +1,7 | Ronaldo Kaljo | 20.09.05. | Viljandi | 29.06. |
| 12,40 | +0,7 | Martin Moistus | 30.07.03. | Paide | 22.08. |
| 12,59 | -0,3 | Alar Reiljan | 28.05.04. | Tln. | 02.07. |
| 13,05 | -0,5 | Ott-Rasmus Vanus | 23.10.04. | Tln. | 02.07. |
| 13,20 | 0,0 | Risto Saar | 04.10.05. | Tln. | 02.07. |
| 14,20 | -0,4 | Kusti Kaljo | 17.06.07. | Rkv. | 21.07. |

PA

| | | | | | |
|-------|------|------------------|-----------|-------|--------|
| 12,11 | +0,8 | Ralf Lamp | 03.04.04. | Tartu | 12.08. |
| 12,40 | +0,7 | Martin Moistus | 30.07.03. | Paide | 22.08. |
| 12,59 | -0,3 | Alar Reiljan | 28.05.04. | Tln. | 02.07. |
| 13,05 | -0,5 | Ott-Rasmus Vanus | 23.10.04. | Tln. | 02.07. |

PB

| | | | | | |
|-------|------|---------------|-----------|----------|--------|
| 11,80 | +1,0 | Erik Loorand | 02.12.05. | Rkv. | 21.07. |
| 12,19 | +1,7 | Ronaldo Kaljo | 20.09.05. | Viljandi | 29.06. |
| 13,20 | 0,0 | Risto Saar | 04.10.05. | Tln. | 02.07. |
| 14,20 | -0,4 | Kusti Kaljo | 17.06.07. | Rkv. | 21.07. |

200 m

M

| | | | | | |
|-------|------|----------------|-----------|------|--------|
| 23,11 | +1,9 | Roland Jaamu | 26.04.92. | Tln. | 09.08. |
| 24,15 | +1,7 | Erik Loorand | 02.12.05. | Rkv. | 22.07. |
| 24,61 | 0,0 | Martin Moistus | 30.07.03. | Tln. | 19.07. |
| 26,43 | -0,4 | Risto Saar | 04.10.05. | Rkv. | 22.07. |

PA

| | | | | | |
|-------|-----|----------------|-----------|------|--------|
| 24,61 | 0,0 | Martin Moistus | 30.07.03. | Tln. | 19.07. |
|-------|-----|----------------|-----------|------|--------|

PB

| | | | | | |
|-------|------|--------------|-----------|------|--------|
| 24,15 | +1,7 | Erik Loorand | 02.12.05. | Rkv. | 22.07. |
| 26,43 | -0,4 | Risto Saar | 04.10.05. | Rkv. | 22.07. |

300m

M

| | | | | |
|-------|---------------------|-----------|---------|--------|
| 36,83 | Joonas Mattias Laur | 01.06.99. | Kuusalu | 31.07. |
| 38,66 | Mikk Talpsepp | 02.07.84. | Kuusalu | 31.07. |
| 38,86 | Ronaldo Kaljo | 20.09.05. | Tln. | 10.06. |
| 43,57 | Roberto Kaljo | 20.09.05. | Tln. | 10.06. |
| 47,34 | Risto Kalju | 06.06.06. | Tln. | 10.06. |
| 49,43 | Henri Romeo Orav | 17.12.08. | Tln. | 10.06. |

PB

| | | | | |
|-------|------------------|-----------|------|--------|
| 38,86 | Ronaldo Kaljo | 20.09.05. | Tln. | 10.06. |
| 43,57 | Roberto Kaljo | 20.09.05. | Tln. | 10.06. |
| 47,34 | Risto Kalju | 06.06.06. | Tln. | 10.06. |
| 49,43 | Henri Romeo Orav | 17.12.08. | Tln. | 10.06. |

400 m

M

| | | | | |
|---------|---------------------|-----------|---------|--------|
| 50,98 | Joonas Mattias Laur | 01.06.99. | Tln. | 19.07. |
| 52,54 | Mikk Talpsepp | 02.07.84. | Tln. | 08.08. |
| 53,01 | Erik Loorand | 02.12.05. | Rkv. | 21.07. |
| 53,70 | Martin Moistus | 30.07.03. | Kuusalu | 18.06. |
| 54,02 | Ronaldo Kaljo | 20.09.05. | Tln. | 02.07. |
| 58,05 | Ats Oskar Laansalu | 28.09.01. | Rkv. | 23.07. |
| 58,41 | Ralf Lamp | 03.04.04. | Tartu | 12.08. |
| 1.12,25 | Fred Gustavson | 14.06.08. | Rkv. | 22.07. |

MJ

| | | | | |
|-------|--------------------|-----------|------|--------|
| 58,05 | Ats Oskar Laansalu | 28.09.01. | Rkv. | 23.07. |
|-------|--------------------|-----------|------|--------|

PA

| | | | | |
|-------|----------------|-----------|---------|--------|
| 53,70 | Martin Moistus | 30.07.03. | Kuusalu | 18.06. |
|-------|----------------|-----------|---------|--------|

PB

| | | | | |
|---------|----------------|-----------|------|--------|
| 53,01 | Erik Loorand | 02.12.05. | Rkv. | 21.07. |
| 54,02 | Ronaldo Kaljo | 20.09.05. | Tln. | 02.07. |
| 64,34 | Risto Saar | 04.10.05. | Rkv. | 29.06. |
| 1.12,25 | Fred Gustavson | 14.06.08. | Rkv. | 22.07. |

800m**M**

| | | | |
|---------|------------------------------|-------|--------|
| 2.00,39 | Joonas Mattias Laur01.06.99. | Tartu | 06.07. |
| 2.11,85 | Ats Oskar Laansalu28.09.01. | Rkv. | 24.07. |
| 2.12,72 | Ronaldo Kaljo 20.09.05. | Ogre | 28.07. |

MJ

| | | | |
|---------|-----------------------------|------|--------|
| 2.11,85 | Ats Oskar Laansalu28.09.01. | Rkv. | 24.07. |
|---------|-----------------------------|------|--------|

PB

| | | | |
|---------|-------------------------|------|--------|
| 2.12,72 | Ronaldo Kaljo 20.09.05. | Ogre | 28.07. |
|---------|-------------------------|------|--------|

1000 m**M**

| | | | |
|---------|------------------------------|------|--------|
| 2.41,0 | Joonas Mattias Laur01.06.99. | Tln. | 28.07. |
| 2.59,55 | Ronaldo Kaljo 20.09.05. | Tln. | 11.06. |
| 3.06,87 | Risto Kalju 06.06.06. | Rkv. | 06.09. |
| 3.15,21 | Roberto Kaljo 20.09.05. | Tln. | 11.06. |
| 3.53,35 | Henri Romeo Orav 17.12.08. | Tln. | 11.06. |

PB

| | | | |
|---------|----------------------------|------|--------|
| 2.59,55 | Ronaldo Kaljo 20.09.05. | Tln. | 11.06. |
| 3.06,87 | Risto Kalju 06.06.06. | Rkv. | 06.09. |
| 3.15,21 | Roberto Kaljo 20.09.05. | Tln. | 11.06. |
| 3.53,35 | Henri Romeo Orav 17.12.08. | Tln. | 11.06. |

1500 m**M**

| | | | |
|---------|-----------------------|-------|--------|
| 4.58,77 | Risto Kalju 06.06.06. | Tln. | 03.07. |
| 5.38,71 | Ralf Lamp 03.04.04. | Tartu | 13.08. |

PA

| | | | |
|---------|---------------------|-------|--------|
| 5.38,71 | Ralf Lamp 03.04.04. | Tartu | 13.08. |
|---------|---------------------|-------|--------|

PB

| | | | |
|---------|-----------------------|------|--------|
| 4.58,77 | Risto Kalju 06.06.06. | Tln. | 03.07. |
|---------|-----------------------|------|--------|

110m tj**PA**

| | | | |
|-------|-------------------------|-------|--------|
| 22,91 | -01 Ralf Lamp 03.04.04. | Tartu | 13.08. |
|-------|-------------------------|-------|--------|

300m tj.**PB**

| | | | |
|-------|-------------------------|------|--------|
| 41,49 | Ronaldo Kaljo 20.09.05. | Ogre | 28.07. |
| 46,32 | Risto Saar 04.10.05. | Rkv. | 21.07. |

400m tj.**M**

| | | | |
|-------|-------------------------|-------|--------|
| 59,98 | Mikk Talpsepp 02.07.84. | Pärnu | 22.08. |
|-------|-------------------------|-------|--------|

PA

| | | | |
|---------|--------------------------|------|--------|
| 1.06,34 | Martin Moistus 30.07.03. | Rkv. | 24.07. |
|---------|--------------------------|------|--------|

3000m takistusjooks**M**

| | | | |
|----------|---------------------|------|--------|
| 11.00,71 | Jaan Roop 11.07.99. | Rkv. | 24.07. |
|----------|---------------------|------|--------|

Kõrgus**M**

| | | | |
|------|-----------------------------|-------|--------|
| 1.75 | Karl Anton Rinaldo22.08.92. | Paide | 22.08. |
| 1.60 | Ronaldo Kaljo 20.09.05. | Tln. | 10.06. |
| 1.50 | Ralf Lamp 03.04.04. | Tartu | 12.08. |
| 1.40 | Roberto Kaljo 20.09.05. | Tln. | 10.06. |
| 1.32 | Risto Kalju 06.06.06. | Tln. | 10.06. |
| 1.32 | Henri Romeo Orav 17.12.08. | Tln. | 10.06. |

PA

| | | | |
|------|---------------------|-------|--------|
| 1.50 | Ralf Lamp 03.04.04. | Tartu | 12.08. |
|------|---------------------|-------|--------|

PB

| | | | |
|------|----------------------------|------|--------|
| 1.60 | Ronaldo Kaljo 20.09.05. | Tln. | 10.06. |
| 1.40 | Roberto Kaljo 20.09.05. | Tln. | 10.06. |
| 1.32 | Risto Kalju 06.06.06. | Tln. | 10.06. |
| 1.32 | Henri Romeo Orav 17.12.08. | Tln. | 10.06. |

Kaugus**M**

| | | | |
|------|----------------------------------|---------|--------|
| 6.42 | -0,1 Martin Moistus 30.07.03. | Kuusalu | 04.06. |
| 6.27 | +0,8 Ralf Lamp 03.04.04. | Tln. | 02.07. |
| 6.22 | +0,9 Karl Anton Rinaldo22.08.92. | Paide | 23.08. |
| 5.43 | +1,1 Ronaldo Kaljo 20.09.05. | Tln. | 11.06. |
| 4.61 | +1,5 Roberto Kaljo 20.09.05. | Tln. | 11.06. |
| 4.19 | +0,1 Risto Kalju 06.06.06. | Tln. | 11.06. |
| 4.08 | +0,5 Henri Romeo Orav 17.12.08. | Tln. | 02.07. |

PA

6.42 -0,1 Martin Moistus 30.07.03. Kuusalu 04.06.
 6.27 +0,8 Ralf Lamp 03.04.04. Tln. 02.07.

P-B

5.43 +1,1 Ronaldo Kaljo 20.09.05. Tln. 11.06.
 4.61 +1,5 Roberto Kaljo 20.09.05. Tln. 11.06.
 4.19 +0,1 Risto Kalju 06.06.06. Tln. 11.06.
 4.08 +0,5 Henri Romeo Orav 17.12.08. Tln. 02.07.

Teivas

PA
 2.90 Ralf Lamp 03.04.04. Tartu 13.08.

P-B

2.70 Ronaldo Kaljo 20.09.05. Tln. 11.06.
 2.60 Risto Kalju 06.06.06. Tln. 11.06.
 2.30 Roberto Kaljo 20.09.05. Tln. 11.06.
 2.00 Henri Romeo Orav 17.12.08. Tln. 11.06.

Kuul

M 7,26kg
 12.74 Allar Saar 12.02.89. Kose 29.08.

PA 5kg

13.13 Alar Reiljan 28.05.04. Tln. 03.07.
 10.79 Ott-Rasmus Vanus 23.10.04. Tln. 03.07.
 10.72 Ralf Lamp 03.04.04. Tartu 12.08.

PB 4kg

9.02 Ronaldo Kaljo 20.09.05. Tln. 10.06.
 8.77 Roberto Kaljo 20.09.05. Tln. 10.06.
 7.56 Risto Kalju 06.06.06. Tln. 10.06.

Ketas

M
 41.01 Allar Saar 12.02.89. Kose 29.08.

PA 1,5kg

37.69 Alar Reiljan 28.05.04. Pärnu 17.06.
 21.91 Ralf Lamp 03.04.04. Tartu 13.08.

PB 1kg

26.65 Risto Kalju 06.06.06. Tln. 03.07.
 24.20 Roberto Kaljo 20.09.05. Tln. 11.06.
 23.38 Ronaldo Kaljo 20.09.05. Tln. 11.06.

Vasar

M
 45.00 Alar Reiljan 28.05.04. Tartu 11.06.

Vasar 5kg

PA
 61.99 Alar Reiljan 28.05.04. Tln. 4.06.
 50.40 Tristan Talts 20.04.04. Tln. 14.09.

Oda

M
 51.76 Allar Saar 12.02.89. Kose 29.08.

PA 700gr

42.05 Ralf Lamp 03.04.04. Rkv. 24.07.
 39.84 Ott-Rasmus Vanus 23.10.04. Tln. 02.07.
 30.70 Ralf Lamp 03.04.04. Tartu 13.08.

PB 500gr

35.92 Risto Kalju 06.06.06. Tln. 11.06.
 32.64 Ronaldo Kaljo 20.09.05. Tln. 11.06.
 26.27 Roberto Kaljo 20.09.05. Tln. 11.06.
 23.97 Henri Romeo Orav 17.12.08. Tln. 02.07.

PU 18 Kümnevõistlus

Ralf Lamp 3/4/2004 4048 p.
 12,11(+0,8) 5,92(-0,5) 10,72 1,50 58,41 22,91(-0,1) 21,91 2,90 30,70
 5,38,71



Väga tublid uued isiklikud rekordid PU16 100m 200m ja 400m jooksus – Erik Loorand



*Väga tubli uus isiklik rekord kaugushüppes 6.42
Martin Moistus*



*Väga tublid uued isiklikud rekordid 400m ja 800m
jooksus – Joonas Mattias Laur*



Nõmme Kergejõustikuklubi järelkasv Glehni pargis treeningul krokodilli seljas



Meie tubli klubi juhatase esimees Toomas Berendsen Nõmme KJK krossi autasustamisel



2020 Nõmme KJK kross 2,7km start



Nõmme Kergejõustikuklubi järelkasv kelgutamas „vanakal“



Anu Vackermann

2020.aasta ood Nõmme KJK perele

Anu Vackermann

Suur rõõm öelda teile kõigile TERE
me armas Nõmme Kergejõustikuklubi pere
On ilmatuma vahva, et oleme pidanud vastu veerandsada
ja endiselt meil täis on medalite pada

Hoolimata sellest, et see kevad tuli teisiti tiu-tiu
olete olnud nii tublid ja sel aastal 48 medalit teil kaelas siu-viu

Kõik spordisaalid suleti, kui ringi koroonapoiss käis
kuid Nõmme KJK maja õu, oli ikka spordihakatisi täis
Sai ostetud kanget desovahendit kokku
ja kergejõustikuklubi maja uks ei läinudki lukku

Sel aastal silma paistsid rohkem meedias Laura Tähti
küll Eesti Ekspressis Jooksjas Postimehes Õhtulehes neid aina nähti
Oi, kui magus oli 1 cm-ga Ksenija Baltat võita
nüüd Tähtil ja Epul tuleks küll Tokyo OM-le sõita
Ja tubli Laura 2000m takistusjooksus Eesti rekordi tegi
sel aastal pikamaajooksudes igat karva medaleid on täis ta regi

Veel ägedalt tuli välja me tegevspordilase-treener Monica kuul
meil sinu isikliku rekordi puhul kõigil oli sära ja naeratus suul

Tähti Laura Monica Helin – te olete kõik Eesti naiste kergejõustiku edetabeli juhid
me kõik soovime, et sa ikka kõrgete tähtede poole puhid

Talvel aga meie Ronaldo Erik Risto Oliver Eesti noorte rekordiga maha said
nüüd me teile teha tahaks ikka jälle väga suured paid

Ühest tublist noorest vasarapoisist tahaksin rääkida veel
sa töökas Alar, olid sel aastal kuldset teel
Kõik Eesti noorte meistri ja Balti noorte meistri medalid võitsid sa ära
see taustajõududele ja klubile on toonud ka juurde suurt sära

Balti matšide kiituste ahelasse lisada nimesi on palju:
Annika Stellad Eliise Ronaldo Erik Tristan Kreete Anna
te olite väga tublid ja ikka tuleb alati veel lisaks panna
Et jõuda kõige säravamate tähtede juurde
siis astute teiegi mängu pea suurde

Nõmme KJK töomesilaspererele tahaksin soovida ikka tervist indu tulevase tähti
nii nagu sel aastal neid ka nähti
Et tuleks ikka sportlikke lapsi klubi õue
see tooks rõõmu ja naeru meie põue

Nüüd vargsi sõber rott härjale teatepulga annab
ja vaikselt kröbistades uude aastasse ta meid kannab
Ning, et see härg ei teeks meil palju kära
vaid tooks klubile häid mõtteid ja palju kuldset sära

**NÕMME KJK LIIKMETE NIMEKIRI
SEISUGA 01. JAANUAR 2021**

| | | | |
|-----------------------------|------------|-----------------------------|------------|
| 1. Altmets Stella Sohvi | 18.09.2001 | 42. Mettis Laura Johanna | 07.11.1996 |
| 2. Alver Tähti | 04.12.1994 | 43. Moistus Martin | 30.07.2003 |
| 3. Ambur Madleen | 23.09.2007 | 44. Murdla Marken | 10.06.1996 |
| 4. Ambur Marlen | 07.03.1997 | 45. Mättik Marilin | 14.03.1996 |
| 5. Antov Kärt | 14.06.2006 | 46. Neerot Liiljan | 30.06.1999 |
| 6. Antsu Jenna | 24.06.2006 | 47. Pae Elisabeth | 28.10.2003 |
| 7. Berendsen Hele | 03.11.1950 | 48. Peenoja Minni Marit | 27.03.2008 |
| 8. Berendsen Toomas | 05.05.1944 | 49. Pruudel Kirsi | 09.04.1996 |
| 9. Cicetti Caterina | 30.04.2005 | 50. Raamat Helmut | 14.12.1934 |
| 10. Einberg Priit | 07.07.2004 | 51. Reiljan Alar | 28.05.2004 |
| 11. Gustavson Anna Theresa | 11.02.2005 | 52. Reiljan Ingrid | 18.05.1967 |
| 12. Guzas Berit | 09.12.2005 | 53. Reinik Reti | 27.06.2006 |
| 13. Hänni Kaisa | 14.10.2004 | 54. Reinumägi Stella | 31.01.2002 |
| 14. Jaamu Roland | 26.04.1992 | 55. Riiberg Marie | 16.03.2004 |
| 15. Jürimaa Joonatan | 11.07.2005 | 56. Roop Jaan | 11.07.1999 |
| 16. Kaljo Kusti | 17.06.2007 | 57. Roos Enn | 28.12.1939 |
| 17. Kaljo Roberto | 20.09.2005 | 58. Saar Allar | 12.02.1989 |
| 18. Kaljo Ronaldo | 20.09.2005 | 59. Saar Risto | 04.10.2005 |
| 19. Kalju Risto | 06.06.2006 | 60. Sakkarias Annika | 21.08.1991 |
| 20. Kallaste Kreete | 21.09.2006 | 61. Schipai Alexandra | 13.11.2005 |
| 21. Klementsov Stiina | 16.11.1988 | 62. Sikaste Mariliis | 21.03.2006 |
| 22. Kuldner Kristina | 06.07.2003 | 63. Sonn Kristin Kairit | 20.11.2003 |
| 23. Kulm Kaarel | 02.06.2006 | 64. Talpsepp Mikk | 02.07.1984 |
| 24. Kurg Lena | 04.02.2002 | 65. Talts Tristan | 20.04.2004 |
| 25. Kutsar Liis Kristiin | 25.06.2003 | 66. Tamsar Brigitta | 01.02.2001 |
| 26. Kutsar Anett Katriin | 25.06.2003 | 67. Tamsar Toomas | 22.02.1967 |
| 27. Laansalu Ats Oskar | 28.09.2001 | 68. Teemägi Iris | 23.05.2008 |
| 28. Lamp Ralf | 03.04.2004 | 69. Teemägi Linda | 04.04.2004 |
| 29. Laur Joonas Mattias | 01.06.1999 | 70. Teesaar Anu | 15.02.1983 |
| 30. Leqlercq Liis Karola | 01.04.2004 | 71. Toots Juhan Tõnn | 21.05.2005 |
| 31. Lipp Maiken | 28.02.2003 | 72. Tõnise Helena Katariina | 11.03.2006 |
| 32. Loorand Erik | 02.12.2005 | 73. Tõnts Hanne | 02.01.2000 |
| 33. Luks Eliise | 24.02.2004 | 74. Tõnts Hella | 21.09.2004 |
| 34. Maasik Epp | 29.06.1954 | 75. Vackermann Anu | 13.06.1960 |
| 35. Maasik Kadri | 26.07.1981 | 76. Vackermann Hele-Riin | 25.06.2002 |
| 36. Maasik Laura | 05.10.1993 | 77. Vahtra Greta Liisa | 12.08.2001 |
| 37. Marmei Emily | 09.06.2006 | 78. Vainola Monica | 19.02.1996 |
| 38. Meier Helin | 20.04.1992 | 79. Vali Sesse | 05.12.2005 |
| 39. Merila Martti | 10.01.1976 | 80. Vanus Ott-Rasmus | 23.10.2004 |
| 40. Metsäranta Ramona Eliis | 22.07.2001 | 81. Veismann Jennifer | 17.12.2000 |
| 41. Meos Karolin Meeri | 27.01.2008 | | |