



Årsberetning

Tyrving IL - Friidrett

2025

Oppsummering av 2025

2025 ble et bra år for Tyrving, med gode arrangementer og vekst i treningsgrupper og stevnedeltakelse. Det ble også året vi fikk tildelt hoved-NM for første gang på 60 år. Økonomien går også bra. Vi har en tynn elitestall, og har bestemt oss for å satse litt mer både på trenere og utøvere i årene som kommer. Sportslig er det mange gode enkeltresultater å glede seg over, selv om bredden i toppen mangler

Tyrvinglekene inne og ute fortsatte å vokse i 2025, og vi har etterhvert funnet rutinene på den nye banen på Rud, vegg i vegg med hallen vår. Arrangementene er profesjonelt gjennomført med god dugnadsinnsats fra svært mange tyrvingforeldre og andre Tyrving-venner. Økonomisk er også arrangementene den viktigste inntektskilden til klubben (i tillegg til treningskontingenten), selv om det ikke blir noe millionoverskudd slik som på de store mosjonsløpene som hovedstadslagene har. Fornebuløpet var også i 2025 et svært vellykket arrangement.

Tyrving har 2025 fått tildelt UM 2026, som skal arrangeres på Rud 10-12 september 2026, og vi fikk også tildelt hovedmesterskapet 2027, som vi skal arrangere siste helga i juli 2027. Sistnevnte er et stort løft for klubben, men også en betydelig mulighet for eksponering og inntekter.

Medlemstallene er gode, og selv om det er stort sprik i antallet i de forskjellige årsklassene, er summen god, og det er stabilt eller svak vekst i de fleste gruppene. Stevnedeltakelsen er på vei opp, i alle fall på våre egne Tyrvingleker, men det er fortsatt mange som kun trener og ikke konkurrerer.

Resultatene fra sesongen er oppsummert senere i årsmeldingen, men vi trekker fram svært gode resultater fra både Helene Rønningen og Miranda Lauvstad, samt parautøverne Ida Nesse og Michael Setsaas, pluss stor medaljefangst i UM inne og ute.

Frivilligarbeidet i Tyrving er svært viktig. Vi jobber alltid hardt med å få nok foreldre til de store arrangementene våre, og det klarer vi å få til, så tusen takk til alle dere som stiller opp. Vi minner om at deltakelse som funksjonær (eller dommer) på arrangementene våre er en del av det å være med i Tyrving. Svært positivt er det at vi har fått på plass gode komiteer til NM 2027 og UM 2026, sistnevnte med stort sett nye Tyrvingfrivillige.

I administrasjonen har det vært endel utfordringer i høst pga sykmelding på sportslig leder, han er nå delvis tilbake.

Økonomisk ble 2025 et god år, se mer under økonomi. Vi har besluttet å sette av mer ressurser til både trenere og utøvere, se mer om dette under strategi.

Avslutningsvis vil jeg rette en stor takk til utøvere, foreldre, tillitsvalge, trenere, ansatte og alle andre som har stilt opp for Tyrving i 2025!

Sverre Alvik, styreleder Tyrvings Friidrettsgruppe

Styrets sammensetning

Leder	Sverre Alvik
Styremedlem	Jo Nesse
Styremedlem	Jennie Almén
Styremedlem	Øyvind Fjeld
Styremedlem - utøverrepresentant	Sigrud Clementsen

Ansatte i administrasjonen

Administrativ leder	Charlotte Lund Antonijevic
Sportslig leder	Morten Jensen
Daglig leder, Tyrving IL	Emil Ahlbäck

Øvrige tillitsvalgte

Arrangementsutvalget	El-tid	Benedikte Kallåk, Borger Warlo, Anders Levorsen, Snorre Grimsby, Petter Bjerkaas
	Sekretariatsansvarlig	Charlotte Antonijevic, Hedvig Myhre, Kinga Horvati
	Funksjonæransvarlig	Marianne Krogh-Sand, Lewis Kjemhus
	Dommeransvarlig	Helene Tørvold Guldbrandsen
	Riggansvarlig	Øyvind Fjeld
	Utstyrsansvarlig	<i>Ikke besatt</i>
	Kiosk	<i>Ikke besatt</i>
Markeds og kommunikasjonsutvalg		Skjalg Engebø, Lars Sigurd Sandvik
Andre verv	Fornebuløpet	Espen Ødegård, Øyvind Fjeld(barneløpet), <i>1 rolle ikke besatt</i>
	Tyrving-statistikk	Audun B. Petersen
	NFIF/Statistikk- og rekordutvalget	Jo Nesse
	UM 2026 komite	Kjetil Storaas Hansen, Jørgen Dahl, Øyvind Fjeld, Lars Sigurd Sandvik, Charlotte Lund Antonijevic
	NM 2027 komite	Svein Stølen, Jennie Almén, Jo Nesse, Rune Stenersen, Charlotte Lund Antonijevic

Medlemstall

Pr. 31.12.2025 er det registrerte antall medlemmer i Tyrving IL's friidrettsgruppe, med følgende alders- og kjønnsfordeling:

Medlemsutvikling

	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
Jenter t.o.m 16 år	174	211	184	192	196	158	134	173	151	157	168
Kvinne r 17 år og eldre	136	104	114	108	105	109	118	101	101	43	86
Gutter t.o.m 16 år	161	186	210	196	201	174	153	209	182	204	333
Menn 17 år og eldre	168	149	154	143	145	147	148	134	122	73	103
SUM	639	650	662	639	647	588	553	617	556	477	690

Strategi

Tyrving friidrett har en strategi for 2025-2029 ([Strategi](#)) med visjon om å være beste friidrettsklubb i Norge for utøvere, trenere, tillitsvalgte og foreldre, der vi framhever verdiene kvalitetsorientert, nytenkende og inkluderende.

Videre har vi etablert mål og tiltak innenfor blant annet idrett (bredde og elite), rekruttering, trenere, arrangement, økonomi og sosialt. Hvert høst går styret og adminstasjonen gjennom status og gjør nødvendige oppdateringer.

Strategien har tydlige mål om å øke aktivitetsnivået og stevnedeltakelsen, samt sikre forsvarlig økonomisk drift. Dessuten er det svært viktig å opprettholde Tyrvinglekene som Norges største og beste friidrettsarrangement, og å fornye oss for å få til dette. Andre arrangementer slik som Fornebuløpet er også viktig.

Etter flere år med bra økonomiske resultater, ser vi nå mulighet for litt ekstra satsing. Det ble under strategigjennomgangen besluttet at vi i 2026 og framover skal legge litt ekstra vekt på trenersiden for å sikre oss gode trenere, samt å betale de trenerne vi har litt bedre. Det er nå blitt gjennomført fra vintersesongen. Videre har vi en svært tynn gruppe eliteutøvere, og selv om det er umulig for Tyrving å konkurrere med hovedstadsklubbene økonomisk, ble vi enige om å heve kontraktssummene for eliteutøverne våre noe, slik at vi i alle fall gjør det vi kan for å holde på de beste.

Hensikten med å ha en strategi er at den skal gi alle i Tyrving en overordnet retning for det vi driver med og hjelpe oss med å gjøre de riktige prioriteringer i daglig drift. Det er også en viktig motivasjon som viser oss alle hvordan de små gjøremål fra hver enkelt bidrar til en stor og viktig helhet. Vi oppfordrer alle i Tyrving til å sette seg inn i strategien og komme med innspill til gjennomføring og forbedring.

Økonomi

Regnskapet for 2025 viser et overskudd på kr ca 650.000 mot et budsjettert underskudd på kr 100.000 og et overskudd i 2024 på 280.000. Det reele resultatet bør ta med seg at det kommer 250.000 i utgifter som ikke er avstatt for 2026, men likevel er det altså 400.000 i overskudd og 500.000 foran budsjett.

De største avvikene er høyere inntekter fra Tyrvinglekene og Fornebuløpet, og lavere utgifter til trenerlønninger enn budsjettert. Vi har også fått noe kompensasjon fra NAV på noe av Mortens lønn under sykemelding,

Hovedgrunnen til avviket fra budsjett er flere deltakere på treningene, samt noe mindre utgifter til trenerlønninger.

Egenkapitalen er på 2.5 millioner kr og anses som god. Det vises forøvrig til regnskap som eget vedlegg.

Det må bemerkes at regnskapet ikke er godkjent av revisor; det gjøres først i det konsoliderte regnskapet for Tyrving IL.

Treningsavgift

	Pr. Halvår
Allidrett 4-6 år	Kr1650
Allidrett 7-9 år	Kr 1750
Allidrett 10-12 år	Kr 1850
Generell Friidrett f.2013-2014	Kr 3350
Generell Friidrett f.2011-2012	Kr 3700
Øvrige grupper	Kr 4100

Allidrett 4-12 år



Utvalget består av 1 foreldre i tillegg til administrativ leder, Charlotte Lund Antonijevic og hovedtrener, Cathrine Larsåsen.

Cathrine Larsåsen har videreført suksessen fra 2024. Antall deltakende barn er økende både på trening samt våre arrangement (både sommer og høst).

Konseptet med «lekene» har vært videreført vår, sommer, høst samt nisseleker med ekte nisse. Konseptet består av flere elementer; gøy med friidrett, inviter en venn, merkevarebygging via bla logo, flotte premier med premiepall og salg av Tyrving effekter. Dette konseptet vil bli bygget videre på i 2026. Mål; alle barn i vårt nærområde skal ha lyst til å delta på disse lekene. Kolsåssenteret har vært med som partner siden 2023 og med et spesielt fokus på nisselekene (Kolsåssenterets Nisseleker).

I tillegg til leker for egne og inviterte barn arrangerte vi Landslagets Friidrettskole for barn 6-12 år (sommerskolen). Sommerskolen er planlagt videreført i 2026. Vi har sammen med forbundet etablert et SFO opplegg i samarbeid med Levre skole.

Vi er medarrangør i barnelekene på Fornebu. Barneløpet arrangeres i Middelalderparken med en kort og lang løype. Dette var en fantastisk opplevelse for barna (en grønn oase for oss selv). Vi har stor tro på å videreutvikle dette konseptet og i stedet for knappe hundre barn kunne få med noen tusen. Et enormt potensial for rekruttering og inntekt til klubben.

Følgende status fra 2025 (tall i parentes fra 2024):

- 1 trener pr 10 barn
- Allidrett ute, 152 barn (132)
- Allidrett inne, 148 barn (127)
- Barneleker 478 barn (332)

- Sommerskolen (3 uker): 150 (110)
- Fornebuløpet: 99 barn (80)

Vi har klart å øke antall barn på Allidretten i 2025. Vi ser store muligheter til å ytterligere å rekruttere barn til Tyrving. Dette arbeidet vil fortsette i 2026.

Idrett

TRENINGSGRUPPER:

Gruppe	Trenere	Antall trenere i uken
Allidretten	7 trenere	1 trening i uken
Generell Friidrett f. 2016	3 trenere	2 treninger i uken
Generell Friidrett f. 2015	3 trenere	2 treninger i uken
Generell Friidrett f. 2014	3 trenere	2 treninger i uken
Generell Friidrett f. 2013	3 trenere	2 treninger i uken
Rekrutt f. 2011-12	3 trenere	2 treninger i uken
Junior f. 2009-2010	3 trener	4 treninger i uken
Junior f. 2008	2 trenere	4 treninger i uken
Høyde prosjekt	1 trener	1 trening i uken
Yngre Elite	2 trenere	5 treninger i uken
Distanse Ung	1 trener	2 treninger i uken
Elite (Sprint/Hopp/Distanse/Kast)	1-2 trener pr. gruppe	3-6 treninger i uken

TRENERE:

Følgende trenere har vært engasjert:

Allidrett:	Cathrine Larsåsen, Ella Pløen-Iversen, Thomas Svendsen, Brage Bjaaland, Vilde Grønhaug, Maria Damhaug, Elise Rud Kongsgaard, Eline Folvik.
10 år:	Morten Jensen, Cathrine Larsåsen, Vilde Grønhaug, Teodor Miller, Clara Blaasvær, Hedvig Myhre.
11 år	Sebastian Selbekk, Clara Blaasvær, Herman Ådland
12 år:	Sebastian Selbekk, Clara Blaasvær, Herman Ådland
13 år:	Lars Schnell, Clara Blaasvær, Helena Bostad, Anastasia Schnell
Distanse ung:	Eirik Alvik, Vilde Grønhaug, Henrik Strøm-Andersen
14 år:	Frederik Jahr, Henrik Strøm-Andersen, Alvilde Dalan.
15 år:	Ivars Cakurs, Lina Svarlien, Steinar Gjønnes, Axel Mjør.
16-17 år:	Jon Fiva, Cathrine Larsåsen
Yngre Elite:	Ivars Cakurs, Nickolass Jensen, Przemek Kram

Elite Sprint/hekk:	Hans Rune Rønningen, Roy Windjusveen.
Elite Kast:	Jo Nesse
Elite Mellomdistans	Christoph Graf

TRENINGSTEDER:

- BÆRUM IDRETTSPARK – Friidrettshallen og Stadion

TRENINGSLERE/TURER:

- Palafugell (spania)
- UM - Stjørdalen
- Jr. NM - Bergen
- NM hovedmesterskapet - Askøy
- UM inne - Ulsteinvik
- Bamselekene - Stange

Oversikt over medaljevinnere i norske mesterskap 2025:

Trenden fra fjoråret fortsetter – veldig tynt på seniornivå, flere årsklasser hvor vi har svært deltagere og nokså tynt med utøvere på nasjonalt toppnivå. Dette skyldes at vi i flere år har slitt med å rekruttere erfarne og kvalifiserte trenere i de yngre klassene. Det er imidlertid lys i tunellen idet vi så tegn til bedring. Vi har nå et vesentlig bedre trenerapparat på vei inn i 2026 og det er enkelte klasser der vi ser fin utvikling både i topp og bredde. Spesielt må vi nevne 2012-årgangen for jenter hvor vi har stor bredde og flere habile utøvere.

Helene Rønningen markerte seg igjen som vår beste utøver med NM-gull både på 60 og 100 meter. Det er også gledelig at Tyrving markerer seg som en foregangsklubb innen parafriidrett med en rekke norske og nordiske mesterskap og flere norske rekorder. Ida Nesse var også den første bevegelseshemmede utøveren som klarte NM-kravet i funksjonsfrisk klasse.

NM SENIOR, ASKØY

Mangelen på seniorutøvere viste seg klart i dette mesterskapet og vi har avgjort mistet kontakt med de beste klubbene på dette nivået. Helene var nok en gang Norges raskeste, men det var en dyrekjøpt seier der hun stupte over mål og endte opp med brudd både i kraveben og håndledd. Miranda bekreftet sitt nye nivå i en herlig lengdekonkurranse og Lina dokumenterte sitt talent med en bronsemedalje i en alder av 17.

Men det er i paraklassen Tyrving virkelig tar for seg med fem gull og klar førsteplass blant klubbene i denne klassen. Michael Setsaas tok tre gull og Ida Nesse to og begge satte to nye mesterskapsrekorder.

GULL	SØLV	BRONSE
Helene Rønningen 100m	Miranda Lauvstad Lengde	Lina Svarlien Høyde
Ida Nesse Kule – Para		
Ida Nesse Diskos – Para		
Michael Setsaas 100m, utv.h		
Michael Setsaas 200m, utv.h		
Michael Setsaas 400m, utv.h		

JUNIOR NM, BERGEN

Takket være Miranda holder vi fortet i juniorklassen, men det er en markant svikt i bredden i yngre klasse og altfor få som tar seg videre til eldste klasse. Men vi har talenter i 17-årsklassen som forhåpentligvis kan hente medaljer i fremtiden.

GULL	SØLV	BRONSE
Miranda Lauvstad Lengde	Sigmund Le Fjeld 3-steg	1000m stafett (Sindre Veggan, Markus Le Fjeld Axel Mjør, Franz Philip Holmen)
Miranda Lauvstad 100m		Sigurd Clementsen 400m hekk
Miranda Lauvstad 400m hekk		Hanna Fiva Høyde
Lina Svarlien Høyde		
Elise Tornberg Lengde		

UNGDOMSMESTERSKAPET, STJØRDALEN

Ungdomsmesterskapene er arenaen der vi tradisjonelt hevder oss best, men også her er vi på vikende front med flere år ganger som er syltynne. Fem gull, fire sølv og fire er en imidlertid medaljefangst vi kan være bekjent av selv om vi jo har hatt omtrent dobbelt så mange i våre beste sesonger.

GULL	SØLV	BRONSE
Thomas Svendsen Spyd	Franz Philip Pap Holmen 100m	Franz Philip Pap Holmen 200m
Lina Svarlien Lengde	Sindre Veggan 100m	Hanna Fiva Høyde
Lina Svarlien Høyde Lina Svarlien 100m hekk	Carl Badendyck Stav	Sebastian Brunsdon 800m
Elise Tornberg Lengde	Jonas Tallaksen 800m	Håkon Kraggerud Bjørge Spyd

NM INNENDØRS, BÆRUM

Et fint mesterskap på hjemmebane med fem gull og ti medaljer totalt! Parautøverne og HUT/LUT-øvelsene var våre mestvinnende, men vi noterer også at Helene igjen viste seg som Norges raskeste kvinne!

GULL	SØLV	BRONSE
Axel Mjør LUT U20	Markus Le Fjeld LUT	Lina Svarlien høyde

Elise Tornberg LUT U20	Anastasia Schnell HUT	
Helene Rønningen 60m	Syver Røinaas 800m	
Michael Setsaas 200m - Para	Michael Setsaas 60m - Para	
Ida Nesse kule - Para		

DM: Danske mesterskaper:

Gledelig overraskelse – vår raskeste mann var også Danmarks raskeste!

GULL	SØLV	BRONSE
Valentin Jensen 60m		

UM INNENDØRS, ULSTEINVIK

Dette mesterskapet byr normalt på årets beste medaljefangst for Tyrving – så også i år! 9 gull, fem sølv og fire bronse gjorde oss til beste klubb både på medaljestatistikken og i poengsammendraget. Vår beste utøver var igjen Lina Svarlien med hele fire gull og en sølvmedalje.

GULL	SØLV	BRONSE
4*200m stafett U23 Markus Le Fjeld Franz Philip Pap Holmen Henrik Vineshaugen Eirik Alvik	Mia Mathilde Andersen 1500m J16	4*200m stafett U18 Brage Kaspersen Bjaaland Thomas Svendsen Theodor Masterud Lundamo Gabriel Ratikainen Jensen
Eirik Alvik 1500m G18-19	Carl Zdenek Sebesta Badendyck Stav G17	Maria Damhaug 400m J17
Gabriel Ratikainen Jensen Høyde G16	Hanna Fiva Høyde J17	Markus Le Fjeld 60m G18-19
Lina Svarlien Lengde J17	Gabriel Ratikainen Jensen Kule G16	Franz Philip Pap Holmen 200m G18-19
Lina Svarlien 60m hekk J17		
Franz Philip Pap Holmen 60m G18-19		
Lina Svarlien 60m J17		
Elise Tornberg Lengde J16		
Lina Svarlien Høyde J17		
4*200m stafett U18 Elise Sandvik Tornberg Maria Damhaug Hanna Fiva Øiestad Lina Svarlien		

LERØYLEKENE, Rjukan

Etter flere år med synkende tyrvingdeltagelse i Lerøylekene, var det klar bedring i år – ikke minst på grunn av en solid gruppe i J13. La oss håpe dette er starten på et oppsving i disse årsklassene. Syv medaljer, alle i 13-årsklassen, var bra!

GULL	SØLV	BRONSE
Laura Allum Høyde J13	Ola Jacobsen Myklatun 1500 m G13	Maiken Fjeld Halvorsen 1500 m J13
	Sander Tørvold Guldbrandsen Spyd G13	Julie Borling Dahl Høyde J13
	Maiken Fjeld Halvorsen 600 m J13	
	Mi Sar Lengde J13	

NM STAFETTER, Sandnes

Tyrving's deltagelse i stafettmesterskapet har svært tynn de siste årene. Så også i år. Derfor var det ekstra synd for vårt lag på 4x100 for MS at det ble kluss i en veksling. Her var vi en soleklar medaljekandidat med utsikt til ny klubbrekord. For juniorlaget vårt gikk det imidlertid strålende med seier og en super tid – 41,83 gir en sjetteplass på norsk alle-tiders-statistikken for junior.

GULL	SØLV	BRONSE
4*100m U20 Sindre Veggan, Franz Philip Pap Holmen, Benjamin Carlsen-Brown, Markus Le Fjeld		

UM MANGEKAMP INNENDØRS, BÆRUM

GULL	SØLV	BRONSE
Lina Svarlien 5-kamp		

Nordisk paramesterskap, Turku, FIN

Flott innsats av våre to deltagere med hele syv medaljer; fire gull to sølv og en bronse!

GULL	SØLV	BRONSE
Michael Setsaas 800 m	Michael Setsaas 200 m	Michael Setsaas 100 m
Ida Nesse Kule	Michael Setsaas 400 m	
Ida Nesse Diskos		
Ida Nesse Spyd		

Virtus, Brisbane, AUS

Michael Setsaas – 100 og 200 m

NFIF-SERIEN

Vi har slitt med å beholde seniorutøverne våre de siste årene samtidig som det har vært moderat tilfang på utøvere kvalifisert til junior-NM og UM. Dette gir også utslag i færre seriepoeng. Utslagene er mest markante i tekniske øvelser og lengre løp. Klubber med store mosjonsløp og ditto inntekter har kunnet skaffe seg mange nye utøvere, noe som fører til en markant nivåheving i toppen. I år førte dette til at begge førstelagene falt på listene, til henholdsvis femteplass for kvinner og åttendeplass for menn.

Annetlaget for kvinner rykket ned til annendivisjon i 2024 og var bare én plass fra videre nedrykk i 2025. For mennenes annetlag gikk veien rett tilbake til tredjedivisjon etter foregående års opprykk.

Masters Nordisk/NM inne – Nes Arena: Tallen før og etter resultatet er hhv nordiske og NM.

Maylem Lauvstad KV 50-54 800m 2 **2,44,91** 2

[Nicole Marie Minker](#) KV 55-59 HUT 1 1,02 1

[Nicole Marie Minker](#) KV 54-59 Kule 1 9,30m 1

[Nicole Marie Minker](#) KV 54-59 60m 3 9,86 1

[May-Britt Eikemo](#) KV 50-54 60m 4 9,60 1

[Hege Oldertrøen](#) KV 50-54 60m 5 9,69 2

[Lene Eftestøl Berger](#) KV 40-44 60m 4 8,62 2

[Ann Helen Frivold](#) KV 65-69 60m 3 10,17 2

[Geir Jonny Kaasen](#) MV 60-64 60m 2 8,29 2

[Snorre Marthin Grimsby](#) MV 55-59 60m 4 8,68 3

[Berit Johanne Kjøde](#) KV 55-59 lengde 2 3,84 1

[Lene Eftestøl Berger](#) KV 40-44 lengde 1 5,25 1

Eirik Gramstad MV 40-44 3000m 1 **8.56,31** 1

[Geir Jonny Kaasen](#) KV 60-64 200m 2 **26,92** 2

[Snorre Marthin Grimsby](#) MV 55-59 200m 5 **30,99** 4

[Ann Helen Frivold](#) KV 65-69 200m 2 35,65 2

[Nicole Marie Minker](#) KV 54-59 200m 3 33,16 1

[May-Britt Eikemo](#) KV 50-54 200m 3 31,31 2

[Hege Oldertrøen](#) KV 50-54 200m 4 32,36 3

[Nicole Marie Minker](#) KV 54-59 høyde 2 1,16 1

[Geir Jonny Kaasen](#) MV 60-64 400m 2 **1.02,59** 2

[Maylem Meneses Lauvstad](#) KV 50-54 400m 2 1.09,37 2

[Nicole Marie Minker](#) KV 54-59 LUT 1 2,00 1

REPRESENTASJONSOPPGAVER

REPRESENTASJONSOPPGAVER

VM Para Ida Nesse, 6. plass kule, 6. plass diskos (n.rek)
Lag EM Helene Rønningen
EYOF(ungdoms OL) Elise Tornberg Lina Svarlien
U23 EM - Bergen Miranda Lauvstad, 10. plass lengde Valentin Jensen (skadet)
Nordisk Junior landskamp Eirik Alvik Franz Philip Pap Holmen Hanna Fiva Øistad

ARRANGEMENT

Følgende stevner ble gjennomført i regi av Tyrving IL i 2025, og med dette har vi ikke bare de to største stevnene, men er også den klubben som har flest stevner.

Dato	Stevne	Antall, basert på isonen
09.01	Sprintstevne	82
08.2-09.2	Craft tyrvinglekene innendørs	1089
27.02	100m innendørs	65
24.03	HUT	4
05.04	Diskos og kule	14
06.04	Slegge og spyd	28

13.04	Kule og spyd	12
27.04	Diskos og spyd	14
08.05	Løpsstevne – 60m,100m,300m, 600m,1500m	101
15.05	Høyde	12
26.05	Kulestevne	13
13.06-15.06	Oslo sportslager tyrvinglekene 2025	1590
03.06-04.06	Sprint camp bærum idrettspark 2025	19
12.07	Kaststevne	17
09.09	Høstserien- løp	74
11.09	Høstserien – hopp: lengde og høyde	30
15.09	Høstserien – kast: spyd og kule	19
11.10	Spyd og slegge	10
12.10	Diskos og kule stevne	17
25.10	Diskos og slegge	2
26.10	Diskos, kule og spyd	7
09.12	HUT og LUT	10