

Indholdsfortegnelse



100 meter
400 meter
5.000 meter
Diskoskast
Kuglestød
Spydkast
Trespring
Længdespring
Højdespring
Bænkpres
Bænkpres (Willks)
Squat
Dødløft
Benpres
Hånddynamometer
Human Flag & Ab wheel
Armstrækkere (100)
Armstrækkere (i træk)
Armstrækkere (1 min)
Armstrækkere (1.000)
100/50 chin ups
Chin ups (i træk)
Dips
Lodret hop
Romaskine (500 m)
Romaskine (1.000 m)
Romaskine (2.000 m)
Romaskine (5.000 m)
Romaskine (30 min)
Crossfitbane (Sprint)
Crossfitbane (Maraton)
Crossfitbane (Ironman)
Klatring

Atletik



100 meter, drenge

| | |
|------------------------------------|-----------|
| 1. Christian Daniel Nørskov (2023) | 10,77 sek |
| 2. Emil Arvesen (2015) | 11,23 sek |
| 3. Rasmus Bang Rasmussen (2018) | 11,50 sek |
| 4. Jeppe Krogh Adreassen (2020) | 11,79 sek |
| 5. Alexander Pedersen (2024) | 11,90 sek |
| 6. Nichlas Albrechtsen (2016) | 11,94 sek |
| 7. Marcus Madsen (2016) | 11,96 sek |
| 8. Christian Hviid (2014) | 11,97 sek |
| 9. Kristoffer Holleufer (2021) | 12,00 sek |
| 10. Ole Soelberg Nielsen (2010) | 12,02 sek |
| 11. Patrick R. Andersen (2010) | 12,09 sek |
| 12. Kristian Johnsen (2016) | 12,18 sek |
| 13. Mathias Jørgensen (2004) | 12,19 sek |
| 13. David Bang (2008) | 12,19 sek |
| 15. Malthe Hvid Nielsen (2020) | 12,25 sek |
| 15. Jeppe Svane Als (2020) | 12,25 sek |

Lærerrekord, mænd

| | |
|---------------------------|-----------|
| 1. Thomas Skadhede (1998) | 11,85 sek |
| 2. | |
| 3. | |

100 meter, piger

| | |
|---|-----------|
| 1. Agnete Kiørboe (2015) | 12,93 sek |
| 2. Emma Støvring (2012) | 13,18 sek |
| 3. Line Warrer Nikolajsen (2009) | 13,40 sek |
| 4. Alberte Margrethe Houmann (2018) | 13,47 sek |
| 5. Anna Reinholdt Overbeck (2008) | 13,75 sek |
| 6. Frida Hauberg (2016) | 13,80 sek |
| 7. Matilde Bundgaard Thybo (2008) | 13,88 sek |
| 8. Anne Bjørg Vestergaard (2019) | 14,11 sek |
| 9. Alberte Margrethe Ogstrup Houmann (2019) | 14,26 sek |
| 10. Mathilde Thøgersen (2023) | 14,80 sek |
| 11. | |
| 12. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, kvinder

- 1.
- 2.
- 3.

Atletik



400 meter, drenge

| | |
|------------------------------------|-----------|
| ● 1. Rasmus Cramer (2014) | 52,55 sek |
| ○ 2. Jakob Mikkelsen (2014) | 53,55 sek |
| ● 3. Mikkel Cramer (2009) | 55,71 sek |
| ● 3. Patrick Remon (2010) | 55,71 sek |
| 5. Markus Bomberg (2016) | 56,00 sek |
| 5. Kurt Herlev Rasmussen (2019) | 56,00 sek |
| 5. August Kragh-Frederiksen (2019) | 56,00 sek |
| 8. Ole Soelberg Nielsen (2010) | 56,75 sek |
| 9. Alexander Dinesen (2014) | 57,00 sek |
| 10. Jonas Falk (2011) | 57,00 sek |
| 11. Mads Rasmussen (2019) | 57,00 sek |
| 12. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, mænd

| | |
|-----------------------------|-----------|
| 1. Thomas Skadhede (1998) | 57,61 sek |
| 2. Torben Kjærsgaard (2007) | 58,40 sek |
| 3. | |

400 meter, piger

| | |
|---|-------------|
| ● 1. Alberte Margrethe Ogstrup Houmann (2019) | 1:04,10 min |
| ○ 2. Anna Reinholdt Overbeck (2008) | 1:07,45 min |
| ● 3. Mathilde Thøgersen (2023) | 1:09,00 min |
| 4. Martilde Bundgaard Thybo (2008) | 1:09,22 min |
| 5. Anne Bjørg Vestergaard (2019) | 1:10,00 min |
| 6. Frida Hauberg (2016) | 1:11,00 min |
| 6. Kristine Myllin Rasmussen (2019) | 1:11,00 min |
| 6. Kerstin Nielsen (2011) | 1:11,00 min |
| 6. Emma Støvring (2011) | 1:11,00 min |
| 6. Kamille Sylverstersen (2023) | 1:11,00 min |
| 11. Line Warrer Nikolajsen (2010) | 1:12,00 min |
| 11. Ida Jakobsen (2016) | 1:12,00 min |
| 13. Liv Brøgger Helm-Petersen (2020) | 1:13:00 min |
| 13. Cecilie Kristensen (2023) | 1:13,00 min |
| 15. Johanne Carøe Glerup Kristensen (2020) | 1:14:00 min |

Lærerrekord, kvinder

- 1.
- 2.
- 3.

Atletik



5.000 meter, drenge

| | |
|---------------------------|-----------|
| 1. August Broz (2015) | 15:57 min |
| 2. Morten Munkholm (2004) | 16:25 min |
| 3. Peter Jensen (2004) | 17:13 min |
| 4. | |
| 5. | |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 12. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, mænd

| | |
|------------------------------|-----------|
| 1. Jonas Plejdrup (2015) | 17:40 min |
| 2. Kristian Detlevsen (2024) | 19:00 min |
| 3. Magnus Rasmussen (2020) | 20:30 min |

5.000 meter, piger

| | |
|------------------------|-----------|
| 1. Chloé Madsen (2024) | 23:10 min |
| 2. | |
| 3. | |
| 4. | |
| 5. | |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 12. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, kvinder

| | |
|--------------------------------|-----------|
| 1. Mette Junge Petersen (2021) | 21:05 min |
| 2. Ane Dalsgaard (2021) | 21:12 min |
| 3. | |

Atletik



Diskoskast (0,75 kg), drenge

| | |
|-----------------------------|---------|
| ● 1. Jakob Pedersen (2016) | 42,20 m |
| ○ 2. Mathias Hjorth (2014) | 39,70 m |
| ● 3. Bertram Undall (2012) | 32,50 m |
| 4. Kristian Revsbech (2012) | 32,00 m |
| 5. | |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |

Diskoskast (1,5 kg), drenge

| | |
|-------------------------------|---------|
| 1. Mathias Lund Jensen (2023) | 30,50 m |
|-------------------------------|---------|

Lærerrekord, mænd (0,75 kg)

| | |
|---------------------------|---------|
| 1. Thomas Skadhede (2014) | 42,50 m |
| 2. | |
| 3. | |

Diskoskast (0,75 kg), piger

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 12.
- 13.
- 14.
- 15.

Lærerrekord, kvinder

- 1.
- 2.
- 3.



Kuglestød (4 kg), drenge

| | |
|-------------------------------------|---------|
| 1. Rasmus Nikolajgaard Olsen (2020) | 15,35 m |
| 2. Simon Jensen (2023) | 14,80 m |
| 3. Jeppe Skjødt Christiansen (2021) | 14,58 m |
| 4. Rasmus Pape (2018) | 14,50 m |
| 5. Nichlas Munk (2017) | 14,00 m |
| 6. Mads Schmidt (2014) | 13,80 m |
| 7. Kristian Revsbech (2011) | 13,40 m |
| 8. Tore Kjær Hansen (2008) | 13,15 m |
| 9. Søren B. Kristensen (2008) | 13,10 m |
| 9. Anders Mørk (2012) | 13,10 m |
| 11 Mads Rasmussen (2018) | 13,00 m |
| 12. Emil Arvesen (2015) | 12,70 m |
| 13. Rasmus Rosengreen (2010) | 12,50 m |
| 14. Rasmus Madsen (2011) | 12,40 m |
| 15. | |

Lærerrekord, mænd

| | |
|---------------------------|---------|
| 1. Thomas Skadhede (1998) | 12,85 m |
| 2. | |
| 3. | |

Kuglestød (3 kg), piger

| | |
|-------------------------------------|---------|
| 1. Josephine Elkjær Pedersen (2021) | 14,00 m |
| 2. Mathilde Thøgersen (2023) | 11,50 m |
| 3. Nerma Hodzic (2008) | 10,75 m |
| 4. Julie Nyholm Jensen (2008) | 10,25 m |
| 5. Camilla Jensen (2008) | 10,10 m |
| 6. Tia Lundemose (2008) | 10,10 m |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 12. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, kvinder

- 1.
- 2.
- 3.

Atletik



Spydkast (600 g), drenge

| | | |
|---|---|---------|
| ● | 1. Rasmus Pape Sørensen (2019) | 46,25 m |
| ○ | 2. Anders Mørk (2012) | 45,70 m |
| ● | 3. Rasmus Nikolajgaard Olsen (2020) | 42,30 m |
| | 4. Mathias Funder Nielsen (2016) | 41,92 m |
| | 5. Alfred Vistisen (2020) | 41,60 m |
| | 6. Jens Jonathan Andreasen (2008) | 41,25 m |
| | 7. Steffen Duelund (2008) | 40,85 m |
| | 8. Rasmus Bang Rasmussen (2018) | 40,50 m |
| | 9. Alexander Pedersen (2024) (39,2 m. 800g) | 39,90 m |
| | 9. Anders Frandsen (2009) | 39,70 m |
| | 10. Mikkel Mikkelsen (2014) | 39,50 m |
| | 11. Benjamin Zec (2016) | 39,10 m |
| | 12. Mads Rasmussen (2019) | 39,00 m |
| | 13. Patrick R. Andersen (2010) | 36,60 m |
| | 14. | |
| | 15. | |

Lærerrekord, mænd

| | | |
|--|---------------------------|---------|
| | 1. Thomas Skadhede (2008) | 37,87 m |
| | 2. | |
| | 3. | |

Spydkast (400 g), piger

| | | |
|---|-------------------------------------|---------|
| ● | 1. Kirsten Lauge Jørgensen (2012) | 29,80 m |
| ● | 2. Liv Brøgger Helm-Petersen (2020) | 27,50 m |
| | 3. Line Katholm (2011) | 27,30 m |
| | 4. Agnete Borup (2019) | 26,50 m |
| | 5. Ida Jakobsen (2016) | 25,00 m |
| | 6. Emma Hansen (2016) | 24,80 m |
| | 7. Ida Juhl Jensen (2008) | 24,70 m |
| | 8. Matilde Bundgaard Thybo (2008) | 23,97 m |
| | 9. Ann Møgeltoft Andersen (2008) | 23,97 m |
| | 10. | |
| | 11. | |
| | 12. | |
| | 13. | |
| | 14. | |
| | 15. | |

Lærerrekord, kvinder

- 1.
- 2.
- 3.

Atletik



Trespring, drenge

| | |
|-------------------------------------|---------|
| 1. Jeppe Krogh Andreassen (2020) | 11,65 m |
| 2. Jonas Falk (2012) | 11,45 m |
| 3. Rune Enemark (2015) | 11,35 m |
| 3. Emil Arvesen (2015) | 11,35 m |
| 5. Tue Krogh (2010) | 11,25 m |
| 6. Rasmus Cramer (2014) | 11,18 m |
| 7. Oliver Pedersen (2014) | 11,10 m |
| 7. Rasmus Nikolajgaard Olsen (2020) | 11,10 m |
| 9. Rasmus Rosengreen (2011) | 11,00 m |
| 10. Anders Mørk (2010) | 10,75 m |
| 11. Marcus Madasen (2016) | 10,60 m |
| 11. Anders Jensen | 10,60 m |
| 13. Ole Soelberg Nilesen (2010) | 10,40 m |
| 13. Markus Bomberg (2016) | 10,40 m |
| 15. Kristian Revsbech (2011) | 10,35 m |

Lærerrekord, mænd

| | |
|---------------------------|--------|
| 1. Thomas Skadhede (2008) | 9,95 m |
| 2. | |
| 3. | |

Trespring, piger

| | |
|------------------------------------|---------|
| 1. Agnete Kierbøe (2015) | 10,00 m |
| 2. Line Warrer Nikolajsen (2011) | 9,60 m |
| 3. Kerstin Nielsen (2012) | 9,55 m |
| 3. Simone Nielsen (2013) | 9,55 m |
| 5. Johanne Carøe Glerup Kristensen | 8,80 m |
| 6. Rikke Friis Skødt (2008) | 8,63 m |
| 7. Julie Nyholm Jensen (2008) | 8,60 m |
| 7. Pernille Høj (2011) | 8,60 m |
| 9. Mette Jacobsen (2011) | 8,45 m |
| 10. Ida Jakobsen (2016) | 8,40 m |
| 11. | |
| 12. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, kvinder

| |
|----|
| 1. |
| 2. |
| 3. |



Længdespring, drenge

| | |
|------------------------------|--------|
| ● 1. Emil Arvesen (2015) | 6,11 m |
| ○ 2. Kasper Sørensen (2004) | 5,91 m |
| ● 3. Mads-Ulrik Husum (2004) | 5,82 m |
| 4. Nikolaj Klēna (2004) | 5,73 m |
| 5. Christian Hviid (2014) | 5,60 m |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 11. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, mænd

| | |
|---------------------------|--------|
| 1. Thomas Skadhede (1998) | 5,85 m |
| 2. | |
| 3. | |

Længdespring, piger

| | |
|------------------------------------|--------|
| ● 1. Simone Nielsen (2014) | 4,98 m |
| ○ 2. Agnete Kiørboe (2014) | 4,72 m |
| ● 3. Line Warrer Nikolajsen (2009) | 4,70 m |
| 4. Tia Lundemose (2008) | 4,60 m |
| 5. Anne Reinholdt Overbeck (2008) | 4,10 m |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 12. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, kvinder

| |
|----|
| 1. |
| 2. |
| 3. |

Atletik



Højdespring, drenge

| | |
|--------------------------------|--------|
| 1. Alexander Pedersen (2024) | 1,75 m |
| 2. Jonas Drescher (2012) | 1,74 m |
| 3. Mikkel Cramer (2009) | 1,70 m |
| 4. Jeppe Kahlen Stegger (2019) | 1,63 m |
| 5. Andreas Jensen (2017) | 1,61 m |
| 5. Oskar Skov Thomsen (2018) | 1,61 m |
| 7. Mads Cramer (2004) | 1,60 m |
| 7. Emil Bach Sørensen (2008) | 1,60 m |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 11. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, mænd

| | |
|-----------------------------|--------|
| 1. Torben Kjærsgaard (2007) | 1,65 m |
| 2. Thomas Skadhede (1998) | 1,60 m |
| 3. | |

Højdespring, piger

| | |
|--------------------------------------|--------|
| 1. Mia Krogh Pedersen (2012) | 1,44 m |
| 2. Caroline Foldager (2012) | 1,41 m |
| 3. Astrid Behrens Vertergaard (2018) | 1,40 m |
| 3. Petrine Kahr (2012) | 1,40 m |
| 3. Simone Nielsen (2014) | 1,40 m |
| 6. Sara Mølgaard (2011) | 1,35 m |
| 7. Ann-Sofie Glavind (2009) | 1,33 m |
| 8. Julie Jesuthansan (2009) | 1,28 m |
| 8. Rikke Friis Skødt (2009) | 1,28 m |
| 10. | |
| 11. | |
| 12. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, kvinder

- 1.
- 2.
- 3.

Styrke-discipliner



Bænkpres, drenge

| | |
|---------------------------------------|--------|
| 1. Christian N. Enger (2019) | 140 kg |
| 2. Daniel Poulsen (2005) | 133 kg |
| 3. Hans Christian Christiansen (2019) | 130 kg |
| 4. Morten Johansen (2010) | 125 kg |
| 5. Rasmus Pedersen (2015) | 120 kg |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 11. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, mænd

| | |
|-----------------------------|--------|
| 1. Thomas Skadhede (2015) | 140 kg |
| 2. Torben Kjærsgaard (2010) | 113 kg |
| 3. | |

Bænkpres, piger

| | |
|-----------------------------------|---------|
| 1. Caroline Nielsen (2016) | 70,0 kg |
| 1. Cecilie Isabella Jensen (2021) | 70,0 kg |
| 3. Benedikte Poulsen (2014) | 67,5 kg |
| 4. Lisa Munk (2012) | 55,0 kg |
| 5. Pia Kvorning (2004) | 50,0 kg |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 12. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, kvinder

| | |
|-------------------------|---------|
| 1. Ane Dalsgaard (2024) | 65,0 kg |
| 2. | |
| 3. | |

Styrke-discipliner



Bænkpres, drenge (Willks tabel)

| | |
|------------------------------|------------|
| 1. Christian N. Enger (2019) | 86,5 point |
| 2. Daniel Poulsen (2005) | 84,9 point |
| 3. Morten Johansen (2011) | 82,7 point |
| 4. | |
| 5. | |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 11. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, mænd

| | |
|---------------------------|-------------|
| 1. Thomas Skadhede (2004) | 104,9 point |
| 2. | |
| 3. | |

Bænkpres, piger (Willks tabel)

| | |
|------------------------|------------|
| 1. Pia Kvorning (2004) | 57,5 point |
| 2. | |
| 3. | |
| 4. | |
| 5. | |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 12. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, kvinder

| | |
|------------------------|------------|
| 1. Ane Dalgaard (2024) | 71,5 point |
| 2. | |
| 3. | |

Styrke-discipliner



Squat, drenge

| | |
|------------------------------|----------|
| 1. Christian N. Enger (2019) | 207,5 kg |
| 2. | |
| 3. | |
| 4. | |
| 5. | |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 11. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, mænd

| | |
|---------------------------|--------|
| 1. Jonas Plejstrup (2010) | 150 kg |
| 2. Thomas Skadhede (2019) | 120 kg |
| 3. | |

Squat, piger

| | |
|-----------------------------|--------|
| 1. Melissa Kristence (2020) | 100 kg |
| 2. | |
| 3. | |
| 4. | |
| 5. | |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 12. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, kvinder

| | |
|-------------------------|-------|
| 1. Ane Dalsgaard (2024) | 95 kg |
| 2. | |
| 3. | |

Styrke-discipliner



Dødløft, drenge

| | |
|------------------------------|--------|
| 1. Christian N. Enger (2019) | 215 kg |
| 2. Rasmus Pape (2018) | 190 kg |
| 3. Nikolaj Damsgaard (2018) | 180 kg |
| 4. | |
| 5. | |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 11. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, mænd

| | |
|---------------------------|--------|
| 1. Jonas Plejdrup (2010) | 170 kg |
| 2. Thomas Skadhede (2023) | 140 kg |
| 3. | |

Dødløft, piger

| | |
|-----------------------------|--------|
| 1. Melissa Kristence (2020) | 120 kg |
| 2. | |
| 3. | |
| 4. | |
| 5. | |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 12. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, kvinder

| | |
|------------------------|--------|
| 1. Ane Dalgaard (2024) | 110 kg |
| 2. | |
| 3. | |

Styrke-discipliner



Benpres 200 kg, drenge

| | |
|---|--------|
| 1. Christoffer Buus Palmkvist Johannesen (2018) | 40 stk |
| 2. Christian Nørbjerg Enger (2017) | 33 stk |
| 3. Matti Polmak (2016) | 32 stk |
| 4. Rasmus Pedersen (2015) | 30 stk |
| 5. | |
| 5. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 11. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, mænd

| | |
|---------------------------|--------|
| 1. Thomas Skadhede (2019) | 23 stk |
| 2. | |
| 3. | |

Benpres 120 kg, piger

| | |
|---------------------------|--------|
| 1. Katja Mikkelsen (2016) | 43 stk |
| 2. | |
| 3. | |
| 4. | |
| 5. | |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 12. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, kvinder

- 1.
- 2.
- 3.

Styrke-discipliner



Hånddynamometer, drenge

| | |
|--------------------------------------|-------|
| 1. Mathias Jensen (2024) | 85 kg |
| 2. Tobias Vitting Christensen (2023) | 72 kg |
| 3. Anders Revsbech (2004) | 70 kg |
| 4. Mikkel Frank (2016) | 66 kg |
| 5. | |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 11. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, mænd

| | |
|---------------------------|-------|
| 1. Jonas Plejdrup (2024) | 80 kg |
| 2. Thomas Skadhede (2015) | 62 kg |
| 3. | |

Hånddynamometer, piger

| | |
|---------------------------|-------|
| 1. Kerstin Nielsen (2009) | 49 kg |
| 2. | |
| 3. | |
| 4. | |
| 5. | |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 12. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, kvinder

- 1.
- 2.
- 3.

Styrke-discipliner



Human flag, drenge

1. Mikkel Frank (2017)

10,7 sek

2.

3.

4.

5.

Lærerrekord, mænd

1.

Human flag, piger

1.

2.

3.

4.

Lærerrekord, kvinder

1.

Ab wheel (stående), drenge

1. Mads Amstrup (2018)

15 stk.

2.

3.

4.

5.

Lærerrekord, mænd

1.

Ab Wheel (knæ), piger

1.

2.

3.

4.

Lærerrekord, kvinder

1.

Styrke-discipliner



100 armstrækkere, drenge

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 11.
- 13.
- 14.
- 15.

Lærerrekord, mænd

- 1. Thomas Skadhede (2021)
- 2.
- 3.

57 sek

100 armstrækkere, piger

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 12.
- 13.
- 14.
- 15.

Lærerrekord, kvinder

- 1.
- 2.
- 3.

Styrke-discipliner



Armstrækkere i træk, drenge

| | |
|--------------------------------|--------|
| 1. Aske Theis Mikkelsen (2007) | 60 stk |
| 2. | |
| 3. | |
| 4. | |
| 5. | |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 11. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, mænd

| | |
|---------------------------|---------|
| 1. Thomas Skadhede (2020) | 110 stk |
| 2. | |
| 3. | |

Armstrækkere i træk, piger

| | |
|----------------------------|---------|
| 1. Lana M. N. Omran (2020) | 100 stk |
| 2. | |
| 3. | |
| 4. | |
| 5. | |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 12. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, kvinder

| | |
|-------------------------|--------|
| 1. Ane Dalsgaard (2019) | 53 stk |
| 2. | |
| 3. | |

Styrke-discipliner



Armstrækkere på 1 minut, drenge

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Lærerrekord, mænd

Thomas Skadhede (2021)

105 stk

Armstrækkere på 1 minut, piger

- 1. Lana M. N. Omran (2020)
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

66 stk

Lærerrekord, kvinder

Ane Dalsgaard (2018)

53 stk.

Armstrækkere m. release 1 minut, drenge

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Lærerrekord, mænd

Thomas Skadhede (2022)

66 stk.

Bjarke Brandtoft (2022)

55 stk.

Armstrækkere m. release 1 minut, piger

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Lærerrekord, kvinder

- 1.
- 2.
- 3.

Styrke-discipliner



1.000 armstrækkere, drenge

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 11.
- 13.
- 14.
- 15.

Lærerrekord, mænd

- | | |
|---------------------------|-----------|
| 1. Thomas Skadhede (2020) | 41:48 min |
| 2. | |
| 3. | |

1.000 armstrækkere, piger

- | | |
|----------------------------|-----------|
| 1. Lana M. N. Omran (2020) | 49:52 min |
| 2. | |
| 3. | |
| 4. | |
| 5. | |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 12. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, kvinder

- | | |
|-------------------------|----------------|
| 1. Ane Dalsgaard (2020) | 6 timer 30 min |
| 2. | |
| 3. | |

Styrke-discipliner



100 chin ups, drenge

| | |
|------------------------|-----------|
| 1. Mads Amstrup (2019) | 11:55 min |
| 2. | |
| 3. | |
| 4. | |
| 5. | |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 11. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, mænd

| | |
|---------------------------|----------|
| 1. Jonas Plejdrup (2019) | 8:16 min |
| 2. Thomas Skadhede (2019) | 9:02 min |
| 3. | |

50 chin ups, piger

| | |
|----------------------------|----------|
| 1. Lana M. N. Omran (2020) | 7:30 min |
| 2. | |
| 3. | |
| 4. | |
| 5. | |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 12. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, kvinder

| | |
|------------------------|-----------|
| 1. Ane Dalgaard (2019) | 10:00 min |
| 2. | |
| 3. | |

Styrke-discipliner



Chin ups, drenge

| | |
|---------------------------|--------|
| 1. Mikkel Frank (2015) | 31 stk |
| 2. Lars Mejsner (2020) | 22 stk |
| 3. Christian Hviid (2015) | 20 stk |
| 4. Anders Frandsen (2011) | 19 stk |
| 4. Mathias Linde (2011) | 19 stk |
| 6. Morten Johansen (2011) | 17 stk |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 11. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, mænd

| | |
|-----------------------------|--------|
| 1. Jonas Plejdrup (2019) | 33 stk |
| 2. Thomas Skadhede (2019) | 25 stk |
| 3. Torben Kjærsgaard (2020) | 19 stk |

Chin ups, piger

| | |
|----------------------------|--------|
| 1. Lana M. N. Omran (2020) | 11 stk |
| 2. | |
| 3. | |
| 4. | |
| 5. | |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 12. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, kvinder

| | |
|-------------------------|--------|
| 1. Ane Dalsgaard (2022) | 13 stk |
| 2. | |
| 3. | |

Styrke-discipliner



Dips, drenge

| | |
|---------------------------|--------|
| 1. Mads Amstrup (2017) | 50 stk |
| 2. Mikkel Frank (2016) | 38 stk |
| 3. Markus Bomberg (2016) | 34 stk |
| 4. Sammy Elshikh (2011) | 31 stk |
| 5. Anders Frandsen (2011) | 30 stk |
| 5. Mathias Linde (2011) | 30 stk |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 11. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, mænd

| | |
|---------------------------|--------|
| 1. Thomas Skadhede (2011) | 40 stk |
| 2. | |
| 3. | |

Dips, piger

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 12.
- 13.
- 14.
- 15.

Lærerrekord, kvinder

- 1.
- 2.
- 3.

Styrke-discipliner



Lodret hop, drenge

| | |
|-----------------------------|-------|
| 1. Tue Krogh (2011) | 76 cm |
| 2. Emil Arvesen (2015) | 75 cm |
| 2. Mathias Glud (2016) | 75 cm |
| 4. Rasmus Rosengreen (2010) | 67 cm |
| 5. | |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 11. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, mænd

| | |
|-----------------------------|-------|
| 1. Torben Kjærsgaard (2006) | 79 cm |
| 2. Thomas Skadhede (2011) | 57 cm |
| 3. | |

Lodret hop, piger

| | |
|----------------------------------|-------|
| 1. Line Warrer Nikolajsen (2010) | 57 cm |
| 2. Line Elmelund Schmidt (2007) | 52 cm |
| 3. | |
| 4. | |
| 5. | |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 12. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, kvinder

- 1.
- 2.
- 3.

Romaskine



500 meter, drenge

| | |
|------------------------------------|----------|
| 1. Rasmus Pape (2019) | 1:26 min |
| 2. Sebastian Frank Jakobsen (2019) | 1:30 min |
| 3. | |
| 4. | |
| 5. | |
| 5. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 11. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, mænd

| | |
|---------------------------|----------|
| 1. Thomas Skadhede (2019) | 1:41 min |
| 2. | |
| 3. | |

500 meter, piger

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 12.
- 13.
- 14.
- 15.

Lærerrekord, kvinder

| | |
|-------------------------|----------|
| 1. Ane Dalsgaard (2024) | 1:45 min |
| 2. | |
| 3. | |

Romaskine



1.000 meter, drenge

| | |
|--------------------------------|----------|
| 1. Rasmus Pape (2019) | 3:08 min |
| 2. Simon K. Christensen (2019) | 3:19 min |
| 3. | |
| 4. | |
| 5. | |
| 5. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 11. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, mænd

| | |
|---------------------------------|----------|
| 1. Jacob Egehoved Olesen (2014) | 3:16 min |
| 2. Torben Kjærsgaard (2019) | 3:39 min |
| 3. Thomas Skadhede (2019) | 3:43 min |

1.000 meter, piger

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 12.
- 13.
- 14.
- 15.

Lærerrekord, kvinder

| | |
|-------------------------|----------|
| 1. Ane Dalsgaard (2019) | 3:57 min |
| 2. | |
| 3. | |

Romaskine



2.000 meter, drenge

| | |
|-------------------------------------|----------|
| 1. Kristoffer H. Matz (2022) | 6:59 min |
| 2. Otto Jelsing (2021) | 7:01 min |
| 3. Rasmus Nikolajgaard Olsen (2021) | 7:09 min |
| 4. Sebastian Frank (2019) | 7:17 min |
| 4. Christian Enger (2019) | 7:17 min |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 12. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, mænd

| | |
|------------------------------|----------|
| 1. Sebastian Petersen (2020) | 7:11 min |
| 2. Uffe Simonsen (2022) | 7:30 min |
| 3. | |

2.000 meter, piger

| | |
|-------------------------------------|----------|
| 1. Kirstine Myliin Rasmussen (2020) | 8:35 min |
| 2. | |
| 3. | |
| 4. | |
| 5. | |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 12. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, kvinder

- 1.
- 2.
- 3.

Romaskine



5.000 meter, drenge

1. Rasmus Pape (2019)

18:31 min

2.

3.

4.

5.

5.

7.

8.

9.

10.

11.

11.

13.

14.

15.

Lærerrekord, mænd

1.

2.

3.

5.000 meter, piger

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.

11.

12.

13.

14.

15.

Lærerrekord, kvinder

1.

2.

3.

Romaskine



30 min, drenge

| | |
|--------------------------------|-------------|
| 1. Rasmus Pape Sørensen (2019) | 7.908 meter |
| 2. | |
| 3. | |
| 4. | |
| 5. | |
| 5. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 11. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, mænd

| | |
|--------------------------|-------------|
| 1. Thomas Arnkjær (2011) | 7.518 meter |
| 2. | |
| 3. | |

30 min, piger

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 12.
- 13.
- 14.
- 15.

Lærerrekord, kvinder

- 1.
- 2.
- 3.

Crossfitness-bane



Sprint, drenge

| | |
|-------------------------|-----------|
| 1. Oskar Thomsen (2018) | 29,00 sek |
| 2. | |
| 3. | |
| 4. | |
| 5. | |
| 5. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 11. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, mænd

| | |
|-----------------------------|-----------|
| 1. Thomas Skadhede (2018) | 29,80 sek |
| 2. Torben Kjærsgaard (2018) | 32,40 sek |
| 3. | |

Sprint, piger

| | |
|-----------------------------|-----------|
| 1. Julie W. Salling (2019) | 43,50 sek |
| 2. Laura F. Frandsen (2019) | 47,60 sek |
| 3. Mia Mikkelsen (2019) | 50,20 sek |
| 4. Esther Oll (2018) | 56,20 sek |
| 5. | |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 12. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, kvinder

| | |
|-------------------------|-----------|
| 1. Ane Dalsgaard (2019) | 47,50 sek |
| 2. | |
| 3. | |

Crossfitness-bane



Maraton, drenge

| | |
|-------------------------|-------------|
| 1. Oskar Thomsen (2018) | 1:26,26 min |
| 2. | |
| 3. | |
| 4. | |
| 5. | |
| 5. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 11. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, mænd

| | |
|---------------------------|-------------|
| 1. Thomas Skadhede (2018) | 1:30,12 min |
| 2. | |
| 3. | |

Maraton, piger

| | |
|-------------------------------|-------------|
| 1. Laura Fuhr Frandsen (2018) | 2:49,55 min |
| 2. | |
| 3. | |
| 4. | |
| 5. | |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |
| 9. | |
| 10. | |
| 11. | |
| 12. | |
| 13. | |
| 14. | |
| 15. | |

Lærerrekord, kvinder

| | |
|------------------------|-------------|
| 1. Ane Dalgaard (2018) | 2:40,24 min |
| 2. | |
| 3. | |

Crossfitness-bane



Ironman, drenge

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 5.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 11.
- 13.
- 14.
- 15.

Lærerrekord, mænd

- 1. Thomas Skadhede (2018)
- 2.
- 3.

5:47 min

Ironman, piger

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 12.
- 13.
- 14.
- 15.

Lærerrekord, kvinder

- 1. Ane Dalsgaard (2018)
- 2.
- 3.

9:17 min

Klatring - på tværs



Drenge

- 1. Nikodem Z. Kondratowicz (2019) 35 sek.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 5.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 11.
- 13.
- 14.
- 15.

Lærerrekord, mænd

- 1.
- 2.
- 3.

Piger

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 12.
- 13.
- 14.
- 15.

Lærerrekord, kvinder

- 1.
- 2.
- 3.