

Forbundsgruppe - elite :

Christoffer Fagerli RUKKE

Født: 17.04.1988 - Medlem av Hol IL

Personlige rekorder :

500 m:	35,68	2	Calgary	13.03.2007
1000 m:	1.09,20	18	Calgary	02.03.2007
1500 m:	1.44,84	11	Salt Lake City	06.03.2009
3000 m:	3.56,15	3	Salt Lake City	19.08.2007
5000 m:	6.57,38	16	Erfurt	29.07.2006
10000 m:	14.51,47	10	Geithus	17.12.2006

Resultat-utvikling :	(År)	500	1000	1500	3000	5000	10000
1995/96:	(7)	70,2 (400)					
1996/97:	(8)	59,9 (400)					
1997/98:	(9)	60,69					
1998/99:	(10)	53,8	1.59,5				
1999/00:	(11)	51,49	1.46,64	2.45,67			
2000/01:	(12)	47,26	1.36,85	2.38,70	6.22,7		
2001/02:	(13)	43,72	1.26,69	2.14,05	-		
2002/03:	(14)	41,95	1.23,90	2.07,93	4.41,44		
2003/04:	(15)	40,38	1.18,28	2.01,70	4.18,53		
2004/05:	(16)	38,36	1.15,17	1.56,51	4.16,96	7.33,38	
2005/06:	(17)	37,27	1.12,60	1.51,58	4.00,42	6.58,56	
2006/07:	(18)	35,68	1.09,20	1.46,55	3.59,50	6.57,38	14.51,47
2007/08:	(19)	36,07	1.09,89	1.45,85	3.56,15		
2008/09:	(20)	36,27	1.10,01	1.44,84	-	7.23,83	15.06,08
2009/10:	(21)	36,56		1.49,13			

Deltakelse i INTERNASJONALE MESTERSKAP

VMs	2007	Hamar V	dq	1.09,79	11	36,02	20	dns						
	2009	Moskva K	36,27	20	1.10,60	13	36,37	23	1.10,83	16	143,355	20		
VMe	2007	Salt Lake City						1.10,29	24	1.46,55	17			
	2008	Nagano								1.50,29	16			
	2009	Richmond						1.10,29	11	1.48,12	12			
JVM	2006	Erfurt	37,29	11	4.00,42	18	1.53,18	15	6.58,56	16	156,942	14	4.08,08	10
	2007	Innsbruck	36,70	3	3.59,50	10	2.19,77f	48	7.26,51	16	167,857	23	4.17,27	10

World Cup-poeng:	År	500	pl	1000	pl	1500	pl
	2007	8	49	15	45	40	32
	2008	3	51	38	35	81	18
	2009			28	40	102	14

Deltakelse i LANDSKAMPER og REGIONALE "MESTERSKAP"

G-16	2005	Stockholm	41,07	1	2.13,2	2	1.24,7	1	4.51,9	4	176,470	2		
MJ		Chemnitz	38,89	5	4.18,07	7	1.58,72	7			121,474	7	4.23,28	3
MJ	2006	Groningen	39,04	2	4.11,08	2	1.58,70	1			120,452	1	4.19,81	2
MJ	2007	Arendal Mk	37,40	2	4.01,22	4	1.53,14	1			115,316	1	4.12,4	2
EJG	2006	Collalbo	77,06	5	(38,93	7	38,13	5)	1.14,53	9	1.58,08	7		

Deltakelse i NORSKE "MESTERSKAP"

NMa	2007	Geithus Fk	37,72	2	7.01,34	9	1.53,48	4	14.51,47	10	162,253	5		
	2009	Gol	37,84	2	7.23,83	12	1.54,19	2	15.06,08	11	165,590	9		
NMs	2008	Bjugn Fh	37,18	3	1.12,51	2	37,74	6	1.24,91	19	153,630	10		
	2009	Oslo VH	37,18	2	1.12,09	1	37,33	1	1.13,72	1	147,415	1		
NMe	2006	Hamar V					38,67	19	1.38,23f	19	1.58,11	23		
	2007	Hamar V					54,57f	22	dnf		2.41,75f	22		
	2007	Geithus Fk											14.51,47	10
	2008	Hamar V					36,66	1	1.11,44	2	1.49,32	2		
	2009	Hamar V					dq		1.10,01	2	1.48,33	2		
	2009	Gol											15.06,08	11
JNMa	2005	Hundorp	39,73	4	4.36,62	9	2.04,40	5			127,299	17		
	2006	Trondheim L					4.14,93	2	2.30,26f	31	-			
	2007	Larvik F	37,08	1	4.05,89	1	1.54,43	1	7.21,00	1	160,304	1		
JNMs	2005	Bergen SI	39,80	2	1.20,23	1	39,31	2	1.17,86	1	158,155	1		
	2006	Asker R	39,52	3	1.18,36	2	38,83	2	1.17,71	2	156,385	2		
	2007	Bergen SI	37,30	1	1.14,64	1	37,43	1	1.16,94	1	150,520	1		
JNMe	2004	Drammen Mk							1.23,82	7				
	2005	Bergen SI	(39,62	1	40,24	2)	79,86	2	1.19,08	2	2.06,37	2		
LM-12	2001	Larvik F	49,91	7	2.38,70	8	1.40,91	5						
LM-13	2002	Trondheim L	46,45	4	2.28,37	3	1.40,35	2						
LM-14	2003	Hamar V	42,08	4	2.10,67	4	1.24,34	4						
LM-15	2004	Hamar V	41,10	5	2.06,81	4	1.20,85	2	dns					
LM-16	2005	Skien Is					2.05,03	1	1.22,44	2	4.37,11	1		

NORSKE JUNIOR-REKORDER (godkjent av NSF)

100 m:	9,93	Calgary Olympic Oval	17.03.2007
500 m:	36,02	Hamar / Vikingskipet	21.01.2007
500 m:	35,96	Calgary Olympic Oval	02.03.2007
500 m:	35,86	Calgary Olympic Oval	03.03.2007
500 m:	35,68	Calgary Olympic Oval	13.03.2007
1000 m:	1.09,79	Hamar / Vikingskipet	20.01.2007
1000 m:	1.09,20	Calgary Olympic Oval	02.03.2007
Sprint-firk.:	147,730	Calgary Olympic Oval	24.-25.03.2006
Lagtempo:	4.08,08	Erfurt / Gunda N-S Halle	12.03.2006
	4.06,26	Erfurt / Gunda N-S Halle	18.02.2007

