

Nõmme Kergejõustikuklubi

AASTARAAMAT 2025

Tallinn 2025

SISUJUHT

3	Nõmme Kergejõustikuklubi ja juhatus
4	Meisterlikkus 2024
7	Nõmme KJK sportlaste esinemine 2024. a. Eesti tiitlivõistlustel
10	KLUBI - SPORTLANE
12	LAURA MAASIK - essee - minu teekond Nõmme Kergejõustikuklubis Rooma EM'le 2024
15	Nõmme KJK edetabel 1989–2024
25	Nõmme KJK 2024 edetabel
38	2024. a. OOD Nõmme Kergejõustikuklubile
40	Nõmme KJK liikmete nimekiri seisuga 1. jaanuar 2025

Väljaandja:	NÕMME KERGEJÕUSTIKUKLUBI
Koostaja:	ANU VACKERMANN
Fotod:	ANU VACKERMANN, MARKO MUMM, RAUL MEE, JANAR OTS, GUNTIS BERZINS
Kujundus ja trükk:	QUICK PRINT

NÕMME KERGEJÕUSTIKUKLUBI

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

KLUBI JUHATUS

Toomas Berendsen	klubi juhatuse esimees	+372 50 52 938
Anu Vackermann	juhatuse liige	+372 51 78 310
Epp Maasik	juhatuse liige	+372 50 34 022



2024. aasta parimad naissportlased meisterlikkuse alusel

Meisterlikkus

NAISED

1. Laura Maasik	2000 m tj.	6.17,07	1138
2. Kirsi Pruudel	kaugus	5.93	983
3. Marlen Ambur	kõrgus	1.74	965
4. Berit Guzas	3000 m tj.	11.02,13	951
5. Stella Sohvi Altmets	400 m	58,70 i	915
6. Kristin Kairit Sonn	60 m	7,96 i	908
7. Eliise Luks	800 m	2.20,48 i	872
8. Marta-Liisa Mürk	100 m	12,70	857
9. Kaisa-Maria Oll	1500 m	4.49,61 i	855
10. Merlyn Valma-Ulm	800 m	2.19,12	845



2024. aasta parimad meessportlased meiserikkuse alusel

Meisterlikkus

MEHED

1. Alar Reiljan	vasar	62.75	929
2. Joonas Mattias Laur	800 m	1.56,13	859
3. Ronaldo Kaljo	600 m	1.25,14 i	820
4. Markus Parts	200 m	22,95	800
5. Martti Merila	vasar	52.79	777
6. Roberto Kaljo	300 m	37,35 i	768
7. Martin Moistus	300 m	37,38 i	766
8. Nikita Vahruštšev	kõrgus	1.80	741
9. Risto Kalju	800 m	2.01,47	725
10. Allar Saar	ketas	37.99	657



2024. aasta Eesti meistrid koos



2024. aasta parimad Nõmme KJK sportlased kõik koos

Nõmme KJK sportlaste esinemine 2024. aasta Eesti tiitlivõistlustel

EESTI TALVISED B KLASSI MV 21. JAANUAR, Tallinn

B KLASS			
Sten Aljas	1500 m	4.38,07	III koht

EESTI TALVISED KV 28. JAANUAR, Tallinn

Marlen Ambur	kõrgus	1.72	III koht
Monica Vainola	kuul	13.36	III koht
Kirsi Pruudel	kaugus	5.93	III koht
Kaisa-Maria Oll	3000 m	10.35,54	III koht
Joonas Mattias Laur	800 m	2.00,64	III koht

NAISTE VÕISTKOND ÜLDKOKKUVÕTTES – III KOHT

EESTI A KLASSI, J KLASSI ja NOORSOO MV 10.–11. VEEBRUAR, Tallinn

J KLASS			
Berit Guzas	1500 m	4.49,43	III koht
Ronaldo Kaljo	400 m	52,00	III koht

NOORSOO KLASS			
Eliise Luks	800 m	2.20,48	I koht
	1500 m	5.05,50	III koht

EESTI MEISTRIVÕISTLUSED 17.–18. VEEBRUAR, Tallinn

NAISED			
Marlen Ambur	kõrgus	1.73	II koht
Monica Vainola	kuul	13.89	III koht
Stella Sohvi Altmets	800 m	2.19,51	III koht

EESTI MURDMAAJOOKSU MV 4. MAI, Järvakandi

J KLASS			
Kaisa Maria Oll	3 km	10.43	III koht
Oliver Grauen	3 km	9.29	III koht

EESTI TEATEJOOKSUDE MV 19. MAI, Tartu

NAISED			
M.Valma, E.Luks, S. Altmets	3 x 800 m	7.22,41	II koht
M.Valma, K.-M. Oll, B.Guzas, E. Luks	4 x 400 m	4.06,52	II koht
K. K. Sonn, K.Pruudel, I.Rehme, S.Altmets	4 x 100 m	48,93	III koht

J KLASS			
K. Meos, K.-M.Oll, B.Guzas	3 x 800 m	7.36,53	II koht
Roberto Kaljo, R.Kalju, Ronaldo Kaljo	3 x 800 m	6.10,72	I koht

EESTI KARIKAVÕISTLUSED 26. MAI, Tallinn

Laura Maasik	3000 m tj.	9.54,05	I koht
Kaisa Maria Oll	3000 m	10.31,01	II koht
Marlen Ambur	kõrgus	1.69	II koht
Berit Guzas	3000 m tj.	11.02,13	III koht
Monica Vainola	kuul	13.75	II koht
	ketas	41.93	III koht

NAISTE VÕISTKOND ÜLDKOKKUVÕTTES – III KOHT**EESTI MEISTRIVÕISTLUSED 29.-30. JUUNI, Tallinn****NAISED**

Laura Maasik	1500 m	4.24,96	I koht
	5000 m	16.18,05	I koht
Monica Vainola	kuul	14.08	III koht
	ketas	44.02	III koht
Berit Guzas	3000 m tj.	11.11,61	III koht

MEHED

Alar Reiljan	vasar	61.26	III koht
--------------	-------	-------	----------

EESTI A, J ja NOORSOO MV 3.-4. JUULI, Rakvere**NOORSOO KLASS**

Alar Reiljan	vasar	62.75	I koht
Kristin Kairit Sonn	200 m	26,44	II koht
	100 m	12,73	II koht
Eliise Luks	800 m	2.22,30	II koht
	2000 m tj.	7.35,00	II koht
Iiris Rehme	100 m	12,98	III koht

J KLASS

Berit Guzas	2000 m tj.	7.11,90	II koht
	3000 m	10.34,15	I koht
Oliver Grauen	3000 m tj.	10.16,26	I koht
Kaisa-Maria Oll	3000 m	10.42,57	II koht
Roberto Kaljo	400 m tj.	57,68	III koht

A KLASS

Gertrud Pajus	kolmik	11.54	II koht
---------------	--------	-------	---------

EESTI B KLASSI MV 8.-9. JUULI, Rakvere

Sten Aljas	1500 m tj.	4.43,94	I koht
Joanna Busch	kõrgus	1.59	I koht

EESTI MURDMAAJOOKSU KV 12. OKTOOBER, Jõulumäe**A KLASS**

Berit Guzas	4 km	15.59	III koht
-------------	------	-------	----------



Berit Guzas – NU20 Eesti meister 3000 m jooksus



Oliver Grauen – U20 Eesti meister 3000 m takistusjooksus

KLUBI - SPORTLANE

2025. aasta klubi preemia alused:

Eesti sise MV, poolmaraton, murdmaajooksu MV

	Täiskasvanud	Noorsoo
I koht	25.- EURO eest spordivarustust	15.- EURO eest spordivarustust
II koht	15.- EURO eest spordivarustust	10.- EURO eest spordivarustust
III koht	10.- EURO eest spordivarustust	7.- EURO eest spordivarustust
	Juuniorid+ A klass	Eesti noorte karikavõistlused
I koht	15.- EURO eest spordivarustust	15.- EURO eest spordivarustust
II koht	10.- EURO eest spordivarustust	10.- EURO eest spordivarustust
III koht	7.- EURO eest spordivarustust	7.- EURO eest spordivarustust

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

	Täiskasvanud	Noorsoo
I koht	40.- EURO eest spordivarustust	25.- EURO eest spordivarustust
II koht	25.- EURO eest spordivarustust	15.- EURO eest spordivarustust
III koht	20.- EURO eest spordivarustust	7.- EURO eest spordivarustust
	Juuniorid+ A klass	Eesti karikavõistlused
I koht	20.- EURO eest spordivarustust	20.- EURO eest spordivarustust
II koht	15.- EURO eest spordivarustust	15.- EURO eest spordivarustust
III koht	7.- 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.

2024. aastal viib klubi läbi järgmised võistlused :

1. 14.-15. jaanuar – TALLINNA NOORTE SISEMEISTRIVÕISTLUSED Tallinna Kergejõustikuhallis
2. 21. jaanuar – NÕMME KJK LAHTISED MEISTRIVÕISTLUSED Tallinna Kergejõustikuhallis
3. 16. märts – Nõmme SK laste meistrivõistlused Tallinna Kergejõustikuhallis
4. Mai – Nõmme KJK laste mitmevõistlus Järveotsa staadionil
5. Oktoober – Nõmme KJK laste võistlus 1000 m jooksus ja nerfi viskes Nõmme metsas
6. Detsember – Nõmme KJK jõuluvõistlus Audentese hallis

Nõmme Kergejõustikuklubi tänab koostööpartnereid:

NÕMME SPORDIKLUBI, TALLINNA KULTUURI- JA SPORDIAMET, NÕMME LINNAOSA-VALITSUS, EESTI KERGEJÕUSTIKULIIT, EOK, REEDEL VARA OÜ, TOOMAS TOOTS, RISTO ROONET, MERIKE SPIEGEL



Uno Palu noorte mitmevõistluse avamine Kadrioru staadionil 30. mail 2024

LAURA MAASIK –

minu teekond Nõmme Kergejõustikuklubis

Rooma EM-le 2024

Eesti rekordiomanik 2000 m ja 3000 m takistusjooksus
Edukas Nõmme Kergejõustikuklubi sportlane aastast 2003
Treenerid: Epp Maasik, Raido Mitt, Glen Grant

Olen alati unistanud pääsemisest kergejõustiku Euroopa meistrivõistlustele ja tänavu täitus see unistus Roomas, kus jooksin Eesti rekordi 3000 m takistusjooksus ja saavutasin 19. koha. See on olnud minu siht juba lapsepõlvest saadik, kuid päriselt hakkasin oma võimekusse uskuma umbes 5–6 aastat tagasi, kui alustasin tõsisemalt pikamaajooksuga. Minu ema Epp, kes on ühtlasi ka mu treener, ning selle aja kiireim naisjooksja Liina Tšernov, olid need, kes inspireerisid mind võtma oma sporti tõsisemalt. Küsisin neilt, mida nad arvavad, et võiksin saavutada, kui pühenduksin treeningutele. Mõlemad kinnitasid, et Eesti rekord ja pääs Euroopa Meistrivõistlustele on täiesti võimalikud. Kuigi mu eneseusk ei olnud tol hetkel kõrge, otsustasin neisse uskuda ja seadsin endale selle eesmärgi.

Esimeste aastate järjepidev treening õpetas mulle, et ainult palju treenimine ei too edu – tuleb õppida tegema õigeid asju ja mõista, mis töötab minu jaoks. Aastate jooksul olen selgeks saanud, et edu ei sõltu ühest imevõttest, vaid pidevast enesetäiendamisest ja tasakaalu leidmisest nii treeningutes, kui ka elus üldiselt. Mul oli hetk, kus tundsin, et pean oma prioriteete muutma ja otsustasin töölt lahkuda, et keskenduda jooksule. Võtsin aasta, et oma plaanid korralikult läbi mõelda ja treeningutele pühenduda. Õppisin palju – mitte ainult jooksmisest, vaid ka sellest, kuidas oma keha ja vaimu paremini kuulata.

Viimastel aastatel olen leidnud tasakaalu poole kohaga töötamise ja treenimise vahel. Olen veendunud, et tasakaal ongi edu võti – leida aega mõtlemiseks, aru saada, mis on treeningu eesmärk, ning seejärel seda teadlikult ja järjepidevalt rakendada. Mul on vedanud, et mul on olnud suurepärased juhendajad, kes on aidanud mul näha sporti mitte ainult võistlusena, vaid ka elustiilina. Oluline on aru saada, et lühiajalisi võite ei tasu saavutada pikaajalise edu arvelt. Vigastustega või haigena treenimine võib tuua kiireid tulemusi, kuid pikemas perspektiivis kahjustada sportlikku arengut.

Minu teekond Rooma EM-le on olnud täis õppetunde. Alati ei tule kõik välja nii, nagu lootsid, kuid igast kaotusest ja ebaõnnestumisest saab õppida. Kõik võistlused on osa pikemast protsessist ja ükski kaotus ei ole lõplik. Euroopa Meistrivõistlused Roomas oli minu jaoks unistuse täitumine, kuid samas ka kinnitus, et järjepidevus ja õige suu-

na valimine viivad tulemuseni. Seadsin endale kindla eesmärgi, mõtlesin hoolikalt läbi, mida on vaja selle saavutamiseks teha ja keskendusin sellele järjepidevalt.

Lõpptulemus – Eesti rekord ja suurepärane koht – oli kinnitus, et olen õigel teel.

Olen tänulik kõigile, kes mind sellel teekonnal on toetanud ja loodan, et minu lugu inspireerib ka teisi sportlasi püüdlema oma unistuste poole. Euroopa meistrivõistlusted olid erakordne kogemus ja eriti heameel on mul selle üle, et sain pakkuda oma toetajatele suurepärasest emotsiooni.

**HEA LAURA,
NÕMME KERGEJÕUSTIKUKLUBI TÄNAB SIND
SÄRAVATE HETKEDE EEST!**



Laura Maasik – 2024. aasta Eesti parim naiskergejõustiklane



Eliise Luks – NU23 Eesti meister 800 m jooksus



Joanna Busch – TU16 Eesti meister kõrgushüppes

Nõmme KJK edetabel 1989–2024. a.

NAISED

60 m

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

100 m

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

200 m

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

300 m

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

400 m

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.	57,78	Stella Sohvi Altmets	2023
8.	58,44	Margit Miller	2006
9.	58,56	Kersti Miller	2006
10.	58,65	Elis-Helen Starkopf	2016

600 m

1.	1.33,15	Helin Meier	2022
2.	1.36,27	Polina Seledtsova	2005
3.	1.36,30	Katrin Kütt	2016
4.	1.36,82	Kersti Miller	2008
5.	1.36,96	Laura Maasik	2023
6.	1.37,16	Stella Sohvi Altmets	2024
7.	1.37,38	Evelin Heiste	1991
8.	1.37,95	Heddy Klasen	1998
9.	1.38,33	Elis-Helen Starkopf	2016
10.	1.38,48	Margit Miller	2003

800 m

1.	2.05,79	Helin Meier	2022
2.	2.09,51	Kadri Kelve	2003
3.	2.10,98	Laura Maasik	2022
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.	2.15,70	Stella Sohvi Altmets	2023
8.	2.15,73	Anas.Gerassimova	2002
9.	2.15,96	Kersti Miller	2008
10.	2.16,82	Evelin Kärner	2001

1500 m

1.	4.22,61	Laura Maasik	2024
2.	4.23,73	Helin Meier	2023
3.	4.30,44	Kadri Kelve	2003
4.	4.40,42	Katrin Kütt	2015
5.	4.43,12	Anas.Gerassimova	2002
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



*Gertrud Pajus –
Nõmme KJK edukas
kaugus- ja kolmikhüppaja*



*K.Pruudel, I.Rehme,
S.Altmets, K.Sonn –
Nõmme KJK edukas
teatejooksuvõistkond*



Kristin Kairit Sonn – Nõmme KJK edukas sprinter



Marlen Ambur – Nõmme KJK edukas kõrgushüppaja

3000 m

1.	9.30,22	Laura Maasik	2024
2.	9.48,40	Kadri Kelve	2003
3.	10.15,06	Berit Guzas	2024
4.	10.18,88	Merill Mägi	2007
5.	10.18,92	Kadri Maasik	2000
6.	10.26,91	Kaisa Maria Oll	2024
7.	10.33,81	Anas.Gerassimova	2002
8.	11.08,19	Evelin Kärner	2006
9.	11.14,65	Tiina Tross	1997
10.	11.24,66	Mari Järve	1996

3000 m takistus

1.	9.44,20	Laura Maasik	2024
2.	10.22,27	Kadri Kelve	2003
3.	11.02,13	Berit Guzas	2024
4.	11.09,18	Anas.Gerassimova	2003
5.	11.31,20	Evelin Kärner	2009
6.	12.12,37	Eliise Luks	2022
7.	12.59,89	Stella Reinumägi	2021

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	Merylyn 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
5.	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

60 m tõkkejooks

1.	8,45	Kristi Kiirats	2008
2.	8,62	Virge Naeris	2000
3.	8,81	Kaia Soosaar	2012
4.	8,85	Kirsi Pruudel	2024
5.	8,91	Liis Berendsen	2002
6.	8,92	Jaanka Meriküll	1998
7.	8,97	Maret Komarova	2005
8.	8,99	Katrin Sepp	1999
9.	9,01	Maris Freudenthal	1998
10.	9,02	Kristiina Pärn	2012

100 m 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.	14,35	Kirsi Pruudel	2023
6.	14,60	Jaanka Meriküll	1995
7.	14,62	Kaia Soosaar	2012
8.	14,68	Maret Komarova	2001
9.	14,73	Liis Berendsen	2005
10.	14,76	Katrin Sepp	1998

400 m 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.	1.78	Marlen Ambur	2022
6.	1.76	Lilian Turban	2017
7.	1.75	Evelin Kusman	1998
8.	1.74	Anu Kaljurand	1992
9.	1.73	Liis Berendsen	2005
10.	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.	44.02	Monica Vainola	2024
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 Vahter	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.	14.14	Monica Vainola	2023
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	Kelly 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	Kelly Kvarnström	1999
7.	5106	Liis Berendsen	2005
8.	5103	Anna Tamm	2003
9.	4978	Margit Randver	1993
10.	4884	Helina Karvak	2009





Sten Aljas – PU16 Eesti meister 1500m takistusjooksus



Pärtel Jõe – Nõmme KJK edukas noorsportlane

MEHED

60 m

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

100 m

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

200 m

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.	22,61	Roland Jaamu	2021
9.	22,71	Janno Äniline	1996
10.	22,76	Kristo Viksi	1997

300 m

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

400 m

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.	50,53	Joonas Mattias Laur	2021

600 m

1.	1.21,72	Ahti Michelson	2005
2.	1.22,27	Andrei Oll	2002
3.	1.22,82	Kristjan Suur	2002
4.	1.23,58	Joonas Mattias Laur	2024
5.	1.23,75	Lauri Birkan	2009
6.	1.25,14	Ronaldo Kaljo	2024
7.	1.27,62	Indrek Mänd	1998
8.	1.28,56	Priit Promann	2001
9.	1.28,5	Priit Kobelinski	1998
10.	1.28,88	Tambet Masik	2003

800 m

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.	1.56,13	Joonas Mattias Laur	2024
7.	1.57,08	Andres Laast	1999
8.	1.58,58	Oleg Tkatsuk	2004
9.	1.59,08	Andres Soika	1999
10.	1.59,70	Ronaldo Kaljo	2024

1000 m

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.	2.34,66	Joonas Mattias Laur	2024
10.	2.37,0	Ahto Tatter	1998

1500 m

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

2000 m

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

3000 m

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

5000 m

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.	15.07,07	Leonid Latsepov	2017
10.	15.12,22	Armo Hiie	1993

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

10 000 m

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

3000 m 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.	10.31,92	Oliver Grauen	2023
7.	10.37,44	Jaan Roop	2019
8.	11.45,5	Toomas Klasen	1999
9.	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.	56,51	Martin Moistus	2023
7.	56,7	Arbo Maisa	2003
8.	57,18	Mikk Talpsepp	2007
9.	57,33	Martin Sookael	2002
10.	57,68	Roberto Kaljo	2023

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
9.	1.95	Erik Koitla	1998
10.	1.95	Hendrik Voll	2000
11.	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.	J.- J. 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.	13.54	Andres Aavik	2000
10.	13.70	Karl Armand Kaber	2015

Vasaraheide

1.	76.58	Jüri Tamm	1995
2.	62.75	Alar Reiljan	2024
3.	62.47	Mati Raudsepp	2000
4.	56.74	Martti Merila	1997
5.	56.14	Danel Liventhal	1992
6.	54.50	Tarmo Themas	1996
7.	52.26	Tõnis Peljo	1992
8.	50.73	Raigo Toompuu	2007
9.	50.20	Olle Kaljuvee	1995
10.	49.28	Margus Tammaru	2001

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 2024

NAISED

60 m				
N				
7,96 i	Kristin Kairit Sonn	20.11.03.	Tln.	07.02.
8,13 i	Kirsi Pruudel	09.04.96.	Tln.	01.02.
8,14 i	Stella Sohvi Altmets	18.09.01.	Tartu	08.03.
8,18 i	Iiris Rehme	28.02.04.	Tln.	10.02.
8,45 i	Saara Soone	19.11.10.	Tln.	20.01.
8,45 i	Marta-Liisa Mürk	31.07.09.	Tln.	19.03.
8,58 +0,4	Kertu Mäll	16.09.11.	Hud- dinge	08.06.
8,67 i	Laura-Liisa Roop	11.04.09.	Tln.	17.03.
8,84 i	Grete-Lii Tamm	06.01.09.	Tln.	17.03.
8,88 i	Karolin Meeri Meos	27.01.08.	Tln.	23.01.
TA				
8,88 i	Karolin Meeri Meos	27.01.08.	Tln.	23.01.
TB				
8,45 i	Saara Soone	19.11.10.	Tln.	20.01.
8,45 i	Marta-Liisa Mürk	31.07.09.	Tln.	19.03.
8,67 i	Laura-Liisa Roop	11.04.09.	Tln.	17.03.
8,84 i	Grete-Lii Tamm	06.01.09.	Tln.	17.03.
TC				
8,58 +0,4	Kertu Mäll	16.09.11.	Hud- dinge	08.06.
8,90 -0,8	Rosanna Kuusalu	20.10.11.	Hud- dinge	08.06.
9,00 i	Polina Zguro	06.07.12.	Tln.	17.03.
9,02 i	Karoliina Kais	05.08.11.	Tln.	01.02.
9,08 i	Mathilde Nurmsalu	12.01.12.	Tln.	17.03.
9,28 i	Theia Pajula	16.01.12.	Tln.	17.03.
9,56 i	Helmi Vahter	08.04.12.	Tln.	17.03.
9,89 i	Diana Sooläte	04.06.12.	Tln.	17.03.
9,96 i	Katerina Rooma	16.02.15.	Tln.	17.03.
9,98 i	Angelina Kuzmina	28.04.12.	Tln.	17.03.
100 m				
N				
12,53 +0,9	Kristin Kairit Sonn	20.11.03.	Tln.	11.06.
12,70 +1,5	Marta-Liisa Mürk	31.07.09.	Rkv.	08.07.
12,82 +1,6	Iiris Rehme	28.02.04.	Jõhvi	23.05.
12,84 +1,7	Stella Sohvi Altmets	18.09.01.	Kuu- salu	02.06.
12,92 -1,7	Kirsi Pruudel	09.04.96.	Pärnu	28.05.
13,39 +1,8	Saara Soone	19.11.10.	Kuu- salu	02.06.
14,36 -0,6	Rosanna Kuusalu	20.10.11.	Tln.	11.06.
TB				
12,70 +1,5	Marta-Liisa Mürk	31.07.09.	Rkv.	08.07.
13,39 +1,8	Saara Soone	19.11.10.	Kuu- salu	02.06.
TC				
14,36 -0,6	Rosanna Kuusalu	20.10.11.	Tln.	11.06.
15,67 +0,3	Helmi Vahter	08.04.12.	Tln.	11.06.

200 m				
N				
26,19 i	Kristin Kairit Sonn	20.11.03.	Tln.	11.02.
26,97 i	Iiris Rehme	28.02.04.	Tln.	11.02.
28,08 i	Saara Soone	19.11.10.	Tln.	02.02.
28,81 i	Marta-Liisa Mürk	31.07.09.	Tln.	23.01.
29,62 i	Laura-Liisa Roop	11.04.09.	Tln.	02.02.
30,03 i	Karoliina Kais	05.08.11.	Tln.	02.02.
30,36 i	Grete-Lii Tamm	06.01.09.	Tln.	02.02.
31,34 i	Theia Pajula	16.01.12.	Tln.	02.02.
31,49 i	Polina Zguro	06.07.12.	Tln.	02.02.
31,59 i	Elenora Roht	12.01.10.	Tln.	02.02.
TB				
28,08 i	Saara Soone	19.11.10.	Tln.	02.02.
28,81 i	Marta-Liisa Mürk	31.07.09.	Tln.	23.01.
29,62 i	Laura-Liisa Roop	11.04.09.	Tln.	02.02.
30,36 i	Grete-Lii Tamm	06.01.09.	Tln.	02.02.
31,59 i	Elenora Roht	12.01.10.	Tln.	02.02.
TC				
30,03 i	Karoliina Kais	05.08.11.	Tln.	02.02.
31,34 i	Theia Pajula	16.01.12.	Tln.	02.02.
31,49 i	Polina Zguro	06.07.12.	Tln.	02.02.
34,05 i	Helmi Vahter	08.04.12.	Tln.	17.03.
200 m				
N				
25,76 +1,6	Kristin Kairit Sonn	20.11.03.	Tln.	26.05.
26,00 +1,8	Stella Sohvi Altmets	18.09.01.	Tln.	12.06.
26,02 -2,0	Kirsi Pruudel	09.04.96.	Rkv.	04.07.
26,65 +1,6	Iiris Rehme	28.02.04.	Tln.	26.05.
30,16 -0,1	Polina Zguro	06.07.12.	Tln.	30.05.
30,30 -0,3	Kertu Mäll	16.09.11.	Tln.	30.05.
30,57 +0,5	Merilin Ley	04.01.10.	Tln.	30.05.
30,65 -0,4	Karoliina Kais	05.08.11.	Rkv.	09.07.
30,86 +0,4	Eliise Enok	19.01.11.	Tln.	12.06.
TB				
30,57 +0,5	Merilin Ley	04.01.10.	Tln.	30.05.
TC				
30,16 -0,1	Polina Zguro	06.07.12.	Tln.	30.05.
30,30 -0,3	Kertu Mäll	16.09.11.	Tln.	30.05.
30,65 -0,4	Karoliina Kais	05.08.11.	Rkv.	09.07.
30,86 +0,4	Eliise Enok	19.01.11.	Tln.	12.06.
32,21 -0,2	Maria Toplaan	20.01.12.	Tln.	30.05.
33,03 +0,7	Helmi Vahter	08.04.12.	Tln.	30.05.
300 m				
N				
42,39 i	Stella Sohvi Altmets	18.09.01.	Tln.	02.02.
42,40 i	Kristin Kairit Sonn	20.11.03.	Tln.	28.01.
44,36 i	Iiris Rehme	28.02.04.	Tln.	26.05.
46,38 i	Saara Soone	19.11.10.	Tln.	11.01.
TB				
46,38 i	Saara Soone	19.11.10.	Tln.	11.01.

300 m N

42,15	Stella Sohvi Altmets	18.09.01.	Kuu- salu	16.06.
44,60	Merlyn Valma-Ulm	07.05.92.	Kohila	07.08.
46,30	Saara Soone	19.11.10.	Kuu- salu	02.06.
46,33	Marta-Liisa Mürk	31.07.09.	Kuu- salu	02.06.

400 m N LÜHIRADA

58,70 i	Stella Sohvi Altmets	18.09.01.	Tln.	17.02.
1.03,31 i	Eliise Luks	24.02.04.	Tartu	08.03.
1.04,66 i	Iiris Rehme	28.02.04.	Tln.	10.02.
1.06,80 i	Saara Soone	19.11.10.	Tln.	20.01.
1.08,87 i	Grete-Lii Tamm	06.01.09.	Tln.	20.01.
1.09,22 i	Mathilde Nurmsalu	12.01.12.	Tln.	17.03.
1.10,98 i	Merilin Ley	04.01.10.	Tln.	17.03.
1.11,05 i	Marta-Liisa Mürk	31.07.09.	Tln.	17.03.
1.11,32 i	Karoliina Kais	05.08.11.	Tln.	17.03.
1.12,24 i	Kertu Mäll	16.09.11.	Tln.	17.03.

TB

1.06,80 i	Saara Soone	19.11.10.	Tln.	20.01.
1.08,87 i	Grete-Lii Tamm	06.01.09.	Tln.	20.01.
1.10,98 i	Merilin Ley	04.01.10.	Tln.	17.03.
1.11,05 i	Marta-Liisa Mürk	31.07.09.	Tln.	17.03.
1.12,28 i	Elenora Roht	12.01.10.	Tln.	17.03.

TC

1.09,22 i	Mathilde Nurmsalu	12.01.12.	Tln.	17.03.
1.11,32 i	Karoliina Kais	05.08.11.	Tln.	17.03.
1.12,24 i	Kertu Mäll	16.09.11.	Tln.	17.03.
1.12,27 i	Polina Zguro	06.07.12.	Tln.	17.03.
1.14,40 i	Maria Toplaan	20.01.12.	Tln.	17.03.
1.16,06 i	Theia Pajula	16.01.12.	Tln.	17.03.

400 m N

58,54	Stella Sohvi Altmets	18.09.01.	Tln.	29.06.
1.01,92	Merlyn Valma-Ulm	07.05.92.	Kohila	03.07.
1.02,47	Eliise Luks	24.02.04.	Kures- saare	17.08.
1.03,31	Berit Guzas	09.12.05.	Kures- saare	17.08.
1.05,15	Saara Soone	19.11.10.	Rkv.	08.07.

NJ

1.03,31	Berit Guzas	09.12.05.	Kures- saare	17.08.
---------	-------------	-----------	-----------------	--------

TB

1.05,15	Saara Soone	19.11.10.	Rkv.	08.07.
---------	-------------	-----------	------	--------

600 m N LÜHIRADA

1.40,14 i	Stella Sohvi Altmets	18.09.01.	Tln.	23.01.
1.42,35 i	Eliise Luks	24.02.04.	Tln.	23.01.
1.42,46 i	Merlyn Valma-Ulm	07.05.92.	Tln.	23.01.
1.44,0 i	Berit Guzas	09.12.05.	Tln.	23.01.

1.53,37 i	Mathilde Nurmsalu	12.01.12.	Tln.	01.02.
2.01,74 i	Kristiin Heleen Oll	27.10.09.	Tln.	23.01.

NJ

1.44,0 i	Berit Guzas	09.12.05.	Tln.	23.01.
----------	-------------	-----------	------	--------

TB

2.01,74 i	Kristiin Heleen Oll	27.10.09.	Tln.	23.01.
-----------	---------------------	-----------	------	--------

TC

1.53,37 i	Mathilde Nurmsalu	12.01.12.	Tln.	01.02.
-----------	-------------------	-----------	------	--------

600 m N

1.37,16	Stella Sohvi Altmets	18.09.01.	Kohila	17.07.
1.39,11	Berit Guzas	09.12.05.	Kehtna	04.09.
1.40,41	Merlyn Valma-Ulm	07.05.92.	Kohila	17.07.
1.43,13	Eliise Luks	24.02.04.	Kehtna	04.09.
1.54,30	Mathilde Nurmsalu	12.01.12.	Jõhvi	14.06.
1.59,19	Polina Zguro	06.07.12.	Tln.	31.05.
1.59,96	Maria Toplaan	20.01.12.	Tln.	31.05.
2.00,02	Kertu Mäll	16.09.11.	Tln.	31.05.

NJ

1.39,11	Berit Guzas	09.12.05.	Kehtna	04.09.
---------	-------------	-----------	--------	--------

TC

1.54,30	Mathilde Nurmsalu	12.01.12.	Jõhvi	14.06.
1.59,19	Polina Zguro	06.07.12.	Tln.	31.05.
1.59,96	Maria Toplaan	20.01.12.	Tln.	31.05.
2.00,02	Kertu Mäll	16.09.11.	Tln.	31.05.
2.09,49	Pia Laur	28.08.14.	Tln.	25.05.
2.09,98	Helmi Vahter	08.04.12.	Tln.	31.05.

800 m N LÜHIRADA

2.19,51 i	Stella Sohvi Altmets	18.09.01.	Tln.	18.02.
2.20,48 i	Eliise Luks	24.02.04.	Tln.	11.02.
2.21,40 i	Berit Guzas	09.12.05.	Tln.	11.02.
2.23,84 i	Merlyn Valma-Ulm	07.05.92.	Tln.	28.01.

NJ

2.21,40 i	Berit Guzas	09.12.05.	Tln.	11.02.
-----------	-------------	-----------	------	--------

800 m N

2.14,90	Laura Maasik	05.10.93.	Wein- heim	18.05.
2.17,15	Berit Guzas	09.12.05.	Jõhvi	23.05.
2.17,65	Stella Sohvi Altmets	18.09.01.	Tln.	30.06.
2.19,08	Eliise Luks	24.02.04.	Birš- tonas	18.05.
2.19,12	Merlyn Valma-Ulm	07.05.92.	Tln.	26.05.
2.20,92	Kaisa Maria Oll	04.06.05.	Tln.	12.06.
2.59,28	Merilin Ley	04.01.10.	Tln.	31.05.

NJ

2.17,15	Berit Guzas	09.12.05.	Jõhvi	23.05.
2.20,92	Kaisa Maria Oll	04.06.05.	Tln.	12.06.

TB

2.59,28	Merilin Ley	04.01.10.	Tln.	31.05.
---------	-------------	-----------	------	--------

1000 m LÜHIRADA

N				
3.11,18 i	Eliise Luks	24.02.04.	Tartu	08.03.
3.31,87 i	Mathilde Nurmsalu	12.01.12.	Tln.	20.01.
TC				
3.31,87 i	Mathilde Nurmsalu	12.01.12.	Tln.	20.01.

1000 m

N				
3.02,98	Berit Guzas	09.12.05.	Tartu	07.08.
3.10,19	Eliise Luks	24.02.04.	Tartu	07.08.

1500 m LÜHIRADA

N				
4.49,43 i	Berit Guzas	09.12.05.	Tln.	10.02.
4.49,61 i	Kaisa Maria Oll	04.06.05.	Tln.	10.02.
5.05,50 i	Eliise Luks	24.02.04.	Tln.	10.02.
NJ				
4.49,43 i	Berit Guzas	09.12.05.	Tln.	10.02.
4.49,61 i	Kaisa Maria Oll	04.06.05.	Tln.	10.02.

1500 m

4.22,61	Laura Maasik	05.10.93.	Wat-ford	21.08.
4.46,55	Berit Guzas	09.12.05.	Rkv.	18.06.
4.55,24	Eliise Luks	24.02.04.	Birš-tonas	17.05.
5.03,51	Merlyn Valma-Ulm	07.05.92.	Kohila	31.07.

Miiil

N				
4.47,58	Laura Maasik	05.10.93.	Stirling	24.08.
5.21,82	Berit Guzas	09.12.05.	Märja-maa	16.08.
NJ				
5.21,82	Berit Guzas	09.12.05.	Märja-maa	16.08.

2000 m

N				
6.32,01	Berit Guzas	09.12.05.	Kohila	05.06.
6.58,08	Eliise Luks	24.02.04.	Kohila	05.06.
NJ				
6.32,01	Berit Guzas	09.12.05.	Kohila	05.06.

3000 m LÜHIRADA

10.15,06 i	Berit Guzas	09.12.05.	Võru	02.03.
10.26,91 i	Kaisa Maria Oll	04.06.05.	Võru	02.03.

3000 m

N				
9.30,22	Laura Maasik	05.10.93.	Pliez-hausen	05.05.
10.31,01	Kaisa Maria Oll	04.06.05.	Tln.	26.05.
10.32,20	Berit Guzas	09.12.05.	Kohila	08.05.
NJ				
10.31,01	Kaisa Maria Oll	04.06.05.	Tln.	26.05.
10.32,20	Berit Guzas	09.12.05.	Kohila	08.05.



Kaisa Maria Oll –
Nõmme KJK edukas pikamaajooksja



Mathilde Nurmsalu –
Nõmme KJK edukas noorsportlane

5000 m

N

16.18,05	Laura Maasik	05.10.93.	Tln.	30.06.
----------	--------------	-----------	------	--------

10 km

N

34:00	Laura Maasik	05.10.93.	Oslo	21.09.
-------	--------------	-----------	------	--------

2000 m tak.

N

6.17,07	Laura Maasik	05.10.93.	Berliin	02.09.
---------	--------------	-----------	---------	--------

7.11,90	Berit Guzas	09.12.05.	Rkv.	03.07.
---------	-------------	-----------	------	--------

7.35,00	Eliise Luks	24.02.04.	Rkv.	03.07.
---------	-------------	-----------	------	--------

NJ

7.11,90	Berit Guzas	09.12.05.	Rkv.	03.07.
---------	-------------	-----------	------	--------

3000 m tak.

N

9.44,20	Laura Maasik	05.10.93.	Rooma	07.06.
---------	--------------	-----------	-------	--------

11.02,13	Berit Guzas	09.12.05.	Tln.	26.05.
----------	-------------	-----------	------	--------

12.18,54	Eliise Luks	24.02.04.	Tln.	26.05.
----------	-------------	-----------	------	--------

NJ

11.02,13	Berit Guzas	09.12.05.	Tln.	26.05.
----------	-------------	-----------	------	--------

60 m tj.

N

8,85 i	Kirsi Pruudel	09.04.96.	Tln.	18.02.
--------	---------------	-----------	------	--------

TC

10,47 i	Kertu Mäll	16.09.11.	Tln.	02.02.
---------	------------	-----------	------	--------

100 m tj.

N

14,45	+0,6 Kirsi Pruudel	09.04.96.	Tln.	26.05.
-------	--------------------	-----------	------	--------

TB

16,09	+1,7 Joanna Busch	09.08.09.	Kuu-salu	02.06.
-------	-------------------	-----------	----------	--------

19,62	-0,3 Grete-Lii Tamm	06.01.09.	Rkv.	09.07.
-------	---------------------	-----------	------	--------

200 m tj.

TC

32,45	+1,4 Kertu Mäll	16.09.11.	Hud-dinge	08.06.
-------	-----------------	-----------	-----------	--------

400 m tj.

N

1.06,09	Stella Sohvi Altmets	18.09.01.	Rkv.	04.07.
---------	----------------------	-----------	------	--------

Kaugus

N

5.93 i	Kirsi Pruudel	09.04.96.	Tln.	28.01.
--------	---------------	-----------	------	--------

5.48	-0,7 Stella Sohvi Altmets	18.09.01.	Kuu-salu	16.06.
------	---------------------------	-----------	----------	--------

5.12	+1,3 Gertrud Pajus	19.12.07.	Tln.	05.06.
------	--------------------	-----------	------	--------

4.76 i	Karolin Meeri Meos	27.01.08.	Tln.	11.02.
--------	--------------------	-----------	------	--------

4.72 i	Joanna Busch	09.08.09.	Tln.	19.03.
--------	--------------	-----------	------	--------

4.47	-0,4 Kertu Mäll	16.09.11.	Tln.	11.06.
------	-----------------	-----------	------	--------



Monica Vainola – Nõmme KJK
tubli noortreener ja äge tegevusportlane



Kirsi Pruudel – Nõmme KJK
edukas tõkkejooksja ja kaugushüppaja

4.47 i	Marta-Liisa Mürk	31.07.09.	Tln.	01.02.
4.39 i	Laura-Liisa Roop	11.04.09.	Tln.	19.03.
4.38 i	Merilin Ley	04.01.10.	Tln.	17.03.
3.92 i	Rosanna Kuusalu	20.10.11.	Tln.	17.03.

TA				
5.12 +1,3	Gertrud Pajus	19.12.07.	Tln.	05.06.
4.76 i	Karolin Meeri Meos	27.01.08.	Tln.	11.02.

TB				
4.72 i	Joanna Busch	09.08.09.	Tln.	19.03.
4.47 i	Marta-Liisa Mürk	31.07.09.	Tln.	01.02.
4.39 i	Laura-Liisa Roop	11.04.09.	Tln.	19.03.
4.38 i	Merilin Ley	04.01.10.	Tln.	17.03.

TC				
4.47 -0,4	Kertu Mäll	16.09.11.	Tln.	11.06.
3.92 i	Rosanna Kuusalu	20.10.11.	Tln.	17.03.
3.88 i	Karoliina Kais	05.08.11.	Tln.	01.02.
3.85 i	Mathilde Nurmsalu	12.01.12.	Tln.	17.03.
3.83 0,0	Polina Zguro	06.07.12.	Tln.	31.05.
3.82 +1,0	Helmi Vahter	08.04.12.	Tln.	31.05.
3.73 +1,9	Maria Toplaan	20.01.12.	Tln.	31.05.

Kõrgus

N				
1.74 i	Marlen Ambur	07.03.97.	Tln.	01.02.
1.61	Joanna Busch	09.08.09.	Tln.	12.06.
1.50	Tekla Kuusk	15.04.09.	Tln.	12.06.
1.40	Merilin Ley	04.01.10.	Tln.	30.05.
1.40 i	Kertu Mäll	16.09.11.	Tln.	14.03.
1.35 i	Saara Soone	19.11.10.	Tln.	01.02.
1.30 i	Helmi Vahter	08.04.12.	Tln.	17.03.
1.25 i	Karoliina Kais	05.08.11.	Tln.	17.03.
1.25 i	Rosanna Kuusalu	20.10.11.	Tln.	17.03.
1.24	Maria Toplaan	20.01.12.	Tln.	30.05.

TB				
1.61	Joanna Busch	09.08.09.	Tln.	12.06.
1.50	Tekla Kuusk	15.04.09.	Tln.	12.06.
1.40	Merilin Ley	04.01.10.	Tln.	30.05.
1.35 i	Saara Soone	19.11.10.	Tln.	01.02.

TC				
1.40 i	Kertu Mäll	16.09.11.	Tln.	14.03.
1.30 i	Helmi Vahter	08.04.12.	Tln.	17.03.
1.25 i	Karoliina Kais	05.08.11.	Tln.	17.03.
1.25 i	Rosanna Kuusalu	20.10.11.	Tln.	17.03.
1.20 i	Mathilde Nurmsalu	12.01.12.	Tln.	17.03.
1.20 i	Maria Toplaan	20.01.12.	Tln.	01.02.
1.16	Polina Zguro	06.07.12.	Tln.	30.05.

Kolmik

N				
11.16 +1,7	Gertrud Pajus	19.12.07.	Tartu	11.07.
10.91 +1,0	Karolin Meeri Meos	27.01.08.	Rkv.	04.07.
10.44 -0,1	Joanna Busch	09.08.09.	Tln.	11.06.
9.79 +1,8	Kertu Mäll	16.09.11.	Tln.	12.06.
9.09 -0,1	Rosanna Kuusalu	20.10.11.	Rkv.	08.07.
8.63 +0,9	Eliise Enok	19.01.11.	Rkv.	08.07.
8.40 +1,0	Mathilde Nurmsalu	12.01.12.	Rkv.	08.07.
8.37 +0,3	Karoliina Kais	05.08.11.	Rkv.	08.07.

TA				
11.16 +1,7	Gertrud Pajus	19.12.07.	Tartu	11.07.
10.91 +1,0	Karolin Meeri Meos	27.01.08.	Rkv.	04.07.

TB				
10.44 -0,1	Joanna Busch	09.08.09.	Tln.	11.06.

TC				
9.79 +1,8	Kertu Mäll	16.09.11.	Tln.	12.06.
9.09 -0,1	Rosanna Kuusalu	20.10.11.	Rkv.	08.07.
8.63 +0,9	Eliise Enok	19.01.11.	Rkv.	08.07.
8.40 +1,0	Mathilde Nurmsalu	12.01.12.	Rkv.	08.07.
8.37 +0,3	Karoliina Kais	05.08.11.	Rkv.	08.07.

Oda

TB				
400 gr.	Kaisa Jõudvald	20.03.09.	Tln.	11.06.
28.59	Merilin Ley	04.01.10.	Tln.	31.05.
TC				
400 gr.	Kertu Mäll	16.09.11.	Tln.	11.06.
27.98	Eliise Enok	19.01.11.	Tln.	11.06.
26.06.	Simona Sisi Kaljas	13.02.12.	Tln.	11.06.
25.90	Mathilde Nurmsalu	12.01.12.	Tln.	11.06.
24.84				

Ketas

N				
1,0 kg	Monica Vainola	19.02.96.	Tln.	29.06.
44.02				
TB				
750g	Kaisa Jõudvald	20.03.09.	Tln.	12.06.
28.02.				
TC				
400 gr.	Simona Sisi Kaljas	13.02.12.	Tln.	12.06.
21.45				

Kuul

N				
4 kg	Monica Vainola	19.02.96.	Tln.	30.06.
14.08				
TB				
3 kg	Tekla Kuusk	15.04.09.	Tln.	12.06.
10.50	Merilin Ley	04.01.10.	Tln.	30.05.
7.15				
TC				
2 kg	Kertu Mäll	16.09.11.	Tln.	30.05.
8.00	Maria Toplaan	20.01.12.	Tln.	30.05.
7.68	Polina Zguro	06.07.12.	Tln.	30.05.
6.53	Helmi Vahter	08.04.12.	Tln.	30.05.
5.47				





Joonas Mattias Laur (vasakul) – Nõmme KJK edukas jooksja



Ronaldo Kaljo – Nõmme KJK edukas jooksja

MEHED

60 m

M

7,53 i	Joonas Mattias Laur	01.06.99.	Tartu	08.03.
7,55 +1,7	Markus Parts	05.10.04.	Tln.	30.05.
7,57 i	Markus Parts	05.10.04.	Tln.	17.03.
7,66 i	Roberto Kaljo	20.09.05.	Tln.	23.01.
7,76 i	Joonatan Jürimaa	11.07.05.	Tln.	01.02.
7,91 i	Martin Moistus	30.07.03.	Tln.	17.03.
8,02 i	Risto Saar	04.10.05.	Tln.	17.03.
8,09 i	Nikita Vahruštšev	09.11.05.	Tln.	01.02.
8,16 i	Lauri Kukk	12.11.09.	Tln.	17.03.
8,23 i	Mirko Parts	10.12.06.	Tln.	23.01.

MJ

7,66 i	Roberto Kaljo	20.09.05.	Tln.	23.01.
7,76 i	Joonatan Jürimaa	11.07.05.	Tln.	01.02.
8,02 i	Risto Saar	04.10.05.	Tln.	17.03.
8,09 i	Nikita Vahruštšev	09.11.05.	Tln.	01.02.
8,23 i	Mirko Parts	10.12.06.	Tln.	23.01.

PB

8,16 i	Lauri Kukk	12.11.09.	Tln.	17.03.
8,54 i	Raico Rosenfeld	20.01.10.	Tln.	17.03.
8,81 i	Markus Rei	16.07.09.	Tln.	17.03.
8,92 i	Eke Kaur Aavik	18.06.10.	Tln.	17.03.
9,02 i	Ekke Harald Looveer	14.12.10.	Tln.	17.03.

PC

8,86 i	Henri Kohv	11.06.11.	Tln.	01.02.
9,00 i	Sten Valkiainen	30.04.11.	Tln.	17.03.
9,27 i	Lennart Merila	21.05.11.	Tln.	17.03.
9,28 i	Sebastian Abiram	17.10.12.	Tln.	01.02.

100 m

M

11,75 +1,2	Markus Parts	05.10.04.	Tln.	11.06.
12,63 +0,9	Nikita Vahruštšev	09.11.05.	Tln.	11.06.
13,14 -0,4	Lauri Kukk	12.11.09.	Tln.	30.06.
13,45 -0,4	Raico Rosenfeld	20.01.10.	Tln.	30.06.
14,66 -0,4	Eke Kaur Aavik	18.06.10.	Tln.	30.06.

MJ

12,63 +0,9	Nikita Vahruštšev	09.11.05.	Tln.	11.06.
------------	-------------------	-----------	------	--------

PB

13,14 -0,4	Lauri Kukk	12.11.09.	Tln.	30.06.
13,45 -0,4	Raico Rosenfeld	20.01.10.	Tln.	30.06.
14,66 -0,4	Eke Kaur Aavik	18.06.10.	Tln.	30.06.

200 m LÜHIRADA

M

23,99 i	Markus Parts	05.10.04.	Tln.	11.02.
24,75 i	Martin Moistus	30.07.03.	Tln.	23.01.
25,79 i	Mirko Parts	10.12.06.	Tln.	23.01.
27,43 i	Lauri Kukk	12.11.09.	Tln.	21.01.
27,46 +1,7	Raico Rosenfeld	20.01.10.	Tln.	12.06.
28,15 i	Sander Kibus	17.03.09.	Tln.	02.02.
30,00 i	Oskar Õispuu	14.02.10.	Tln.	02.02.
31,45 i	Henri Naarits	29.05.10.	Tln.	02.02.
32,40 i	Karl Joonas Kukk	07.09.10.	Tln.	02.02.
32,90 i	Aksel-Rain Tamm	16.03.12.	Tln.	02.02.

MJ

25,79 i	Mirko Parts	10.12.06.	Tln.	23.01.
---------	-------------	-----------	------	--------

PB

27,43 i	Lauri Kukk	12.11.09.	Tln.	21.01.
27,46 +1,7	Raico Rosenfeld	20.01.10.	Tln.	12.06.
28,15 i	Sander Kibus	17.03.09.	Tln.	02.02.
30,00 i	Oskar Õispuu	14.02.10.	Tln.	02.02.
31,45 i	Henri Naarits	29.05.10.	Tln.	02.02.
32,40 i	Karl Joonas Kukk	07.09.10.	Tln.	02.02.

PC

32,90 i	Aksel-Rain Tamm	16.03.12.	Tln.	02.02.
---------	-----------------	-----------	------	--------

200 m

M

22,95 +2,0	Markus Parts	05.10.04.	Tln.	05.06.
27,46 +1,7	Raico Rosenfeld	20.01.10.	Tln.	12.06.
31,90 +1,3	Sebastian Abiram	17.10.12.	Tln.	12.06.

PB

27,46 +1,7	Raico Rosenfeld	20.01.10.	Tln.	12.06.
------------	-----------------	-----------	------	--------

PC

31,90 +1,3	Sebastian Abiram	17.10.12.	Tln.	12.06.
------------	------------------	-----------	------	--------

300 m LÜHIRADA

M

37,30 i	Ronaldo Kaljo	20.09.05.	Tln.	02.02.
37,35 i	Roberto Kaljo	20.09.05.	Tln.	28.01.
37,38 i	Martin Moistus	30.07.03.	Tln.	28.01.
38,69 i	Markus Parts	05.10.04.	Tln.	02.02.
39,80 i	Risto Kalju	06.06.06.	Tln.	02.02.

MJ

37,30 i	Ronaldo Kaljo	20.09.05.	Tln.	02.02.
37,35 i	Roberto Kaljo	20.09.05.	Tln.	28.01.
39,80 i	Risto Kalju	06.06.06.	Tln.	02.02.

300 m

M

38,83	Martin Moistus	30.07.03.	Kuusalu	16.06.
39,02	Mikk Talpsepp	02.07.84.	Kuusalu	16.06.
42,29	Lauri Kukk	12.11.09.	Tln.	05.06.
46,39	Raico Rosenfeld	20.01.10.	Tln.	30.05.
53,73	Eke Kaur Aavik	18.06.10.	Tln.	30.05.

PB

42,29	Lauri Kukk	12.11.09.	Tln.	05.06.
46,39	Raico Rosenfeld	20.01.10.	Tln.	30.05.
53,73	Eke Kaur Aavik	18.06.10.	Tln.	30.05.

400 m LÜHIRADA

M

52,00 i	Ronaldo Kaljo	20.09.05.	Tln.	10.02.
52,63 i	Roberto Kaljo	20.09.05.	Tln.	10.02.
52,69 i	Joonas Mattias Laur	01.06.99.	Tartu	08.03.
53,89 i	Martin Moistus	30.07.03.	Tln.	10.02.
53,94 i	Risto Kalju	06.06.06.	Tln.	10.02.
56,59 i	Mirko Parts	10.12.06.	Tln.	10.02.
56,73 i	Risto Saar	04.10.05.	Tln.	17.03.
1.00,39 i	Sten Aljas	03.08.09.	Tln.	17.03.

1.03,68 i	Lauri Kukkk	12.11.09.	Tln.	17.03.
1.04,34 i	Raico Rosenfeld	20.01.10.	Tln.	17.03.
MJ				
52,00 i	Ronaldo Kaljo	20.09.05.	Tln.	10.02.
52,63 i	Roberto Kaljo	20.09.05.	Tln.	10.02.
53,94 i	Risto Kalju	06.06.06.	Tln.	10.02.
56,59 i	Mirko Parts	10.12.06.	Tln.	10.02.
56,73 i	Risto Saar	04.10.05.	Tln.	17.03.
PB				
1.00,39 i	Sten Aljas	03.08.09.	Tln.	17.03.
1.03,68 i	Lauri Kukkk	12.11.09.	Tln.	17.03.
1.04,34 i	Raico Rosenfeld	20.01.10.	Tln.	17.03.

400 m

M				
52,03	Joonas Mattias Laur	01.06.99.	Kures- saare	18.08.
52,43	Ronaldo Kaljo	20.09.05.	Tln.	11.06.
53,42	Mikk Talpsepp	02.07.84.	Rkv.	18.06.
54,14	Risto Kalju	06.06.06.	Tln.	05.06.
54,36	Martin Moistus	30.07.03.	Rkv.	03.07.
1.00,09	Sten Aljas	03.08.09.	Tln.	11.06.
MJ				
52,43	Ronaldo Kaljo	20.09.05.	Tln.	11.06.
54,14	Risto Kalju	06.06.06.	Tln.	05.06.
PB				
1.00,09	Sten Aljas	03.08.09.	Tln.	11.06.

600 m LÜHIRADA

M				
1.25,14 i	Ronaldo Kaljo	20.09.05.	Tln.	23.01.
1.25,84 i	Joonas Mattias Laur	01.06.99.	Tln.	23.01.
1.29,80 i	Risto Kalju	06.06.06.	Tln.	23.01.
1.31,48 i	Roberto Kaljo	20.09.05.	Tln.	23.01.
1.34,02 i	Sten Aljas	03.08.09.	Tln.	01.02.
MJ				
1.25,14 i	Ronaldo Kaljo	20.09.05.	Tln.	23.01.
1.29,80 i	Risto Kalju	06.06.06.	Tln.	23.01.
1.31,48 i	Roberto Kaljo	20.09.05.	Tln.	23.01.
PB				
1.34,02 i	Sten Aljas	03.08.09.	Tln.	01.02.

600 m

M				
1.23,58	Joonas Mattias Laur	01.06.99.	Kohila	17.07.

800 m LÜHIRADA

M				
1.59,70 i	Ronaldo Kaljo	20.09.05.	Tln.	01.02.
2.00,64 i	Joonas Mattias Laur	01.06.99.	Tln.	28.01.
2.04,31 i	Risto Kalju	06.06.06.	Tln.	11.02.
2.08,04 i	Roberto Kaljo	20.09.05.	Tln.	11.02.
2.09,56 i	Mirko Parts	10.12.06.	Tln.	11.02.
2.11,59 i	Risto Saar	04.10.05.	Tln.	11.02.
2.20,95 i	Sten Aljas	03.08.09.	Tln.	21.01.
2.39,07 i	Mairolt Casar	26.04.11.	Tln.	21.01.

MJ

1.59,70 i	Ronaldo Kaljo	20.09.05.	Tln.	01.02.
2.04,31 i	Risto Kalju	06.06.06.	Tln.	11.02.
2.08,04 i	Roberto Kaljo	20.09.05.	Tln.	11.02.
2.09,56 i	Mirko Parts	10.12.06.	Tln.	11.02.
2.11,59 i	Risto Saar	04.10.05.	Tln.	11.02.

PB

2.20,95 i	Sten Aljas	03.08.09.	Tln.	21.01.
PC				
2.39,07 i	Mairolt Casar	26.04.11.	Tln.	21.01.

800 m

M				
1.56,13	Joonas Mattias Laur	01.06.99.	Tln.	30.06.
2.01,47	Risto Kalju	06.06.06.	Tln.	05.06.
2.05,33	Martin Moistus	30.07.03.	Tln.	05.06.
2.06,76	Ronaldo Kaljo	20.09.05.	Rkv.	04.07.
2.14,39	Sten Aljas	03.08.09.	Tln.	05.06.

MJ

2.01,47	Risto Kalju	06.06.06.	Tln.	05.06.
2.06,76	Ronaldo Kaljo	20.09.05.	Rkv.	04.07.

PB

2.14,39	Sten Aljas	03.08.09.	Tln.	05.06.
---------	------------	-----------	------	--------

1000 m LÜHIRADA

MJ				
2.42,75 i	Ronaldo Kaljo	20.09.05.	Tln.	06.01.
2.45,42 i	Oliver Grauen	11.10.05.	Tln.	06.01.
2.45,95 i	Risto Kalju	06.06.06.	Tln.	06.01.
2.52,34 i	Roberto Kaljo	20.09.05.	Tln.	06.01.

1000 m

M				
2.34,66	Joonas Mattias Laur	01.06.99.	Kuusalu	16.06.
3.24,15	Raico Rosenfeld	20.01.10.	Tln.	31.05.
4.06,70	Eke Kaur Aavik	18.06.10.	Tln.	31.05.
PB				
3.24,15	Raico Rosenfeld	20.01.10.	Tln.	31.05.
4.06,70	Eke Kaur Aavik	18.06.10.	Tln.	31.05.

1500 m LÜHIRADA

PB				
4.38,07 i	Sten Aljas	03.08.09.	Tln.	20.01.

1500 m

M				
4.11,02	Joonas Mattias Laur	01.06.99.	Tln.	29.06.
4.39,67	Sten Aljas	03.08.09.	Tln.	12.06.
5.21,17	Mairolt Casar	26.04.11.	Rkv.	08.07.
PB				
4.39,67	Sten Aljas	03.08.09.	Tln.	12.06.
PC				
5.21,17	Mairolt Casar	26.04.11.	Rkv.	08.07.



Risto Kalju ja Roberto Kaljo – Eesti U20 meistrid 3 x 800 m teatejooksus



Martin Moistus – Nõmme KJK tubli U23 sportlane

3000 m LÜHIRADA MJ

9.39,37 i	Oliver Grauen	11.10.05.	Tln.	10.02.
-----------	---------------	-----------	------	--------

3000 m MJ

9.21,31	Oliver Grauen	11.10.05.	Tln.	05.06.
---------	---------------	-----------	------	--------

5000 m MJ

16.27,24	Oliver Grauen	11.10.05.	Rkv.	04.07.
----------	---------------	-----------	------	--------

60 m tj. LÜHIRADA M

9,43 i	Martin Moistus	30.07.03.	Tartu	08.03.
--------	----------------	-----------	-------	--------

8,88 i	Roberto Kaljo	20.09.05.	Tln.	02.02.
--------	---------------	-----------	------	--------

PB				
----	--	--	--	--

10,89 i	Raico Rosenfeld	20.01.10.	Tln.	02.02.
---------	-----------------	-----------	------	--------

110 m tj. MJ

17,08 -3,5	Roberto Kaljo	20.09.05.	Rkv.	03.07.
------------	---------------	-----------	------	--------

400 m tj. MJ

1.00,52	Roberto Kaljo	20.09.05.	Rkv.	04.07.
---------	---------------	-----------	------	--------

Kõrgus M

1.80 i	Nikita Vahruštšev	09.11.05.	Tln.	11.02.
--------	-------------------	-----------	------	--------

1.67 i	Sten Aljas	03.08.09.	Tln.	02.02.
--------	------------	-----------	------	--------

1.61 i	Raico Rosenfeld	20.01.10.	Tln.	02.02.
--------	-----------------	-----------	------	--------

1.55 i	Eke Kaur Aavik	18.06.10.	Tartu	23.03.
--------	----------------	-----------	-------	--------

1.52	Lauri Kukk	12.11.09.	Tln.	30.05.
------	------------	-----------	------	--------

MJ				
----	--	--	--	--

1.80 i	Nikita Vahruštšev	09.11.05.	Tln.	11.02.
--------	-------------------	-----------	------	--------

PB				
----	--	--	--	--

1.67 i	Sten Aljas	03.08.09.	Tln.	02.02.
--------	------------	-----------	------	--------

1.61 i	Raico Rosenfeld	20.01.10.	Tln.	02.02.
--------	-----------------	-----------	------	--------

1.55 i	Eke Kaur Aavik	18.06.10.	Tartu	23.03.
--------	----------------	-----------	-------	--------

1.52	Lauri Kukk	12.11.09.	Tln.	30.05.
------	------------	-----------	------	--------

Teivas M

3.60 i	Eke Kaur Aavik	18.06.10.	Turku	04.02.
--------	----------------	-----------	-------	--------

2.75	Raico Rosenfeld	20.01.10.	Tln.	31.05.
------	-----------------	-----------	------	--------

2.40	Pärtel Jõe	26.07.12.	Rkv.	08.07.
------	------------	-----------	------	--------

PB				
----	--	--	--	--

3.60 i	Eke Kaur Aavik	18.06.10.	Turku	04.02.
--------	----------------	-----------	-------	--------

2.75	Raico Rosenfeld	20.01.10.	Tln.	31.05.
------	-----------------	-----------	------	--------

PC				
----	--	--	--	--

2.40	Pärtel Jõe	26.07.12.	Rkv.	08.07.
------	------------	-----------	------	--------

Kaugus M

6.23 i	Martin Moistus	30.07.03.	Tln.	10.02.
--------	----------------	-----------	------	--------

6.01 +1,4	Nikita Vahruštšev	09.11.05.	Tln.	05.06.
-----------	-------------------	-----------	------	--------

5.14 +1,1	Raico Rosenfeld	20.01.10.	Tln.	05.06.
-----------	-----------------	-----------	------	--------

4.80 +1,6	Eke Kaur Aavik	18.06.10.	Tln.	30.05.
-----------	----------------	-----------	------	--------

4.44 i	Lauri Kukk	12.11.09.	Tln.	01.02.
--------	------------	-----------	------	--------

MJ				
----	--	--	--	--

6.01 +1,4	Nikita Vahruštšev	09.11.05.	Tln.	05.06.
-----------	-------------------	-----------	------	--------

PB				
----	--	--	--	--

5.14 +1,1	Raico Rosenfeld	20.01.10.	Tln.	05.06.
-----------	-----------------	-----------	------	--------

4.80 +1,6	Eke Kaur Aavik	18.06.10.	Tln.	30.05.
-----------	----------------	-----------	------	--------

4.44 i	Lauri Kukk	12.11.09.	Tln.	01.02.
--------	------------	-----------	------	--------

Kolmik PB

11.18 -0,3	Eke Kaur Aavik	18.06.10.	Rkv.	09.07.
------------	----------------	-----------	------	--------

11.17 i	Sten Aljas	03.08.09.	Tln.	21.01.
---------	------------	-----------	------	--------

Kuul M

11.60	Allar Saar	12.02.89.	Kuusalu	02.06.
-------	------------	-----------	---------	--------

PB 4 kg

9.04 i	Lauri Kukk	12.11.09.	Tln.	02.02.
--------	------------	-----------	------	--------

8.83	Raico Rosenfeld	20.01.10.	Tln.	30.05.
------	-----------------	-----------	------	--------

8.56	Eke Kaur Aavik	18.06.10.	Rkv.	30.05.
------	----------------	-----------	------	--------

Ketas M

37.99	Allar Saar	12.02.89.	Kuusalu	02.06.
-------	------------	-----------	---------	--------

PB 1 kg				
---------	--	--	--	--

29.43	Raico Rosenfeld	20.01.10.	Tln.	15.05.
-------	-----------------	-----------	------	--------

26.43	Eke Kaur Aavik	18.06.10.	Tln.	31.05.
-------	----------------	-----------	------	--------

19.69	Markus Rei	16.07.09.	Tln.	12.06.
-------	------------	-----------	------	--------

Vasar M

62.75	Alar Reiljan	28.05.04.	Rkv.	04.07.
-------	--------------	-----------	------	--------

52.79	Martti Merila	10.01.76.	Ääsmäe	02.06.
-------	---------------	-----------	--------	--------

43.68	Tristan Talts	20.04.04.	Pärnu	12.10.
-------	---------------	-----------	-------	--------

Oda M

45.40	Allar Saar	12.02.89.	Kuusalu	02.06.
-------	------------	-----------	---------	--------

44.17	Alar Reiljan	28.05.04.	Tln.	11.06.
-------	--------------	-----------	------	--------

41.56	Joonas Mattias Laur	01.06.99.	Kures- saare	18.08.
-------	---------------------	-----------	-----------------	--------

40.27	Nikita Vahruštšev	09.11.05.	Rkv.	04.07.
-------	-------------------	-----------	------	--------

MJ 800 g				
----------	--	--	--	--

40.27	Nikita Vahruštšev	09.11.05.	Rkv.	04.07.
-------	-------------------	-----------	------	--------

PB 600g				
---------	--	--	--	--

36.54	Markus Rei	16.07.09.	Rkv.	09.07.
-------	------------	-----------	------	--------

34.79	Eke Kaur Aavik	18.06.10.	Rkv.	09.07.
-------	----------------	-----------	------	--------

PC 500g				
---------	--	--	--	--

33.43	Pärtel Jõe	26.07.12.	Rkv.	09.07.
-------	------------	-----------	------	--------



Nõmme KJK noorsportlased Karepa laagris augustis 2024



Treener Epp Maasik oma parimate õpilaste Laura Maasiku ja Tähti Alveriga



Toomas Berendsen omanimelise mitmevõistluse auhinnaga 30. novembril 2024



*Tähti Alver pani punkti oma 20-aastasele sportlaskarjäärile.
Pildil koos Eesti Kergejõustikuliidu saavutusspordi juhi Kristel Berendseniga.
Nõmme KJK pere teeb sulle suure kummarduse! Aitäh säravate hetkede eest!*

2024. aasta ood Nõmme KJK perele

Anu Vackermann

Tere tere, me armas Nõmme KJK pere
nii tore teid kõiki näha taas siin
nüüd hooaja paremate palade juurde ma teid viin

Sel aastal kahtlemata ägedamad hetked olid Roomas
kui meie Laura käis 3000 m tj.-s Eesti rekordit toomas
Nii uhke tunne oli kõigil meil siis
ja rinnus kõlamas "We are the Champions-i" viis

Me täname sind ja soovime endiselt sul edasi minna
ning unistus olgu 2025. aastal jõuda Tokyo MM linna

Kas teate, me keskel täna ka takistuskrossi
4 x Euroopa meister ja 4 x Maailmameister nii äge
Suur tänu Oliver, et näitad ka staadioniringidel
takistusjooksus oma väge

Hüppe karjäärile tõmbas joone alla me Tähti
tõesti nii kahju, et sind spordiradadel sel aastal nii vähe nähti
Aga olid tubli ja käisid Euroopa Meistrivõistlustelgi ära
me klubi tänab sind ja soovib su elule ikka värve ja sära

Alar, Joonas, Ronaldo, me klubi meeste au ja uhkus veel
olite nii järjekindlalt meisterlikkuse teel
Võtan ette ka Kirsit, Marlenit kiita
sean ka teid meisterlikkuse tabeli tippude riita

Ja Eesti meistrid: Laura, Alar, Oliver, Berit, Eliise, Joanna,
Sten, Risto, Ronaldo, Roberto –
onju pjedestaali kõrgemas tipus seista nii uhke ja häa

Ja minul oli ka ülev tunne siis
kui EKJL Euroopa kergejõustiku naisjuhi auhinna üle andis ja
Eesti kergejõustikurahva ette mind viis.
Hea tunne, kui on märgatud sind
see andis innustust jõudu ja pani tööle veel rohkemgi mind

Aasta jooksul võidetud 35 Eesti medalit teeb head meelt kõigile meil
ja uuel hooajal võiks rohkesti veel lisa tulla, ma ütlen teil
Panustame üheskoos ikka edasi
ainult nii tuleb edu meil sedasi!



Anu Vackermann Euroopa Kerjõustikuliidu naisjuhi auhinnaga

Tahaks tänada tublisi treenereid ägedaid
 et ikka saabuks te trenni noorsportlasi vägevaid
 ning inspiratsiooni motivatsiooni leiakasite veel
 siis pörutame edasi uhkelt ja rõõmsalt sel teel

Nüüd peagi draakon puumaole teatepulga annab
 ja suure vuhinaga uude aastasse meid kannab
 Säravaid silmi, positiivsust, uute arengute radu
 siis kindlasti võib loota taas medalite sadu

Elagu Nõmme Kerjõustikuklubi"
 HURRAA!

NÕMME KJK LIIKMETE NIMEKIRI

SEISUGA 01. JAANUAR 2025

1. Aavik Eke Kaur	18.06.2010	43. Mürk Marta-Liisa	31.07.2009
2. Abiram Sebastian	17.10.2012	44. Nurmsalu Mathilde	12.01.2012
3. Aljas Sten	03.08.2009	45. Oll Kaisa-Maria	04.06.2005
4. Altmets Stella Sohvi	18.09.2001	46. Oll Kristiin Heleen	29.10.2009
5. Ambur Marlen	07.03.1997	47. Pajula Theia	16.01.2012
6. Berendsen Hele	03.11.1950	48. Pajus Gertrud	19.12.2007
7. Berendsen Toomas	05.05.1944	49. Parts Markus	05.10.2004
8. Busch Joanna	09.08.2009	50. Parts Mirko	10.12.2006
9. Casar Mairolt	26.04.2011	51. Pruudel Kirsi	09.04.1996
10. Grauen Oliver	11.10.2005	52. Pulst Richard	04.12.1991
11. Enok Eliise	19.01.2011	53. Puusta Hans-Martin	18.07.2013
12. Epner Mia-Liisa	14.08.2009	54. Raamat Helmut	14.12.1934
13. Haugas Henri	05.10.2002	55. Rannik Benjamin	28.02.2006
14. Joosep Kristjan	28.06.1998	56. Rehme Iiris	28.02.2004
15. Jõe Pärtel	26.07.2012	57. Rei Markus	16.07.2009
16. Kaljo Roberto	20.09.2005	58. Reiljan Ingrid	18.05.1967
17. Kaljo Ronaldo	20.09.2005	59. Reinik Reti	27.06.2006
18. Kalju Keete	26.06.2010	60. Roop Laura-Liisa	11.04.2009
19. Kalju Risto	06.06.2006	61. Roosi Enn	28.12.1939
20. Kohv Henri	11.06.2011	62. Rosenfeld Eliise	01.06.2011
21. Kupper Hanna-Maria	11.04.1995	63. Rosenfeld Raico	20.01.2010
22. Kuusalu Rosanna	20.10.2011	64. Saar Allar	12.02.1989
23. Kukk Lauri	12.11.2009	65. Saar Risto	04.10.2005
24. Kibus Sander	17.03.2009	66. Sepp Kaspar	10.04.2007
25. Kiisa Ricardo	28.10.2009	67. Sikk Kendra-Marii	05.08.2003
26. Kõiv Mirtel	21.12.2009	68. Sonn Kristin Kairit	20.11.2003
27. Laan Ken-Marten	19.07.2003	69. Soone Saara	19.11.2010
28. Laur Joonas Mattias	01.06.1999	70. Suppi Sixten	14.01.2009
29. Leedu Anette Katriine	28.11.2011	71. Surajev Kailin	18.11.2009
30. Ley Merilin	04.01.2010	72. Žguro Polina	06.07.2012
31. Liivjõe Kadri	14.12.2005	73. Talpsepp Mikk	02.07.1984
32. Luhasalu Mait	06.11.2008	74. Talts Tristan	20.04.2004
33. Maasik Epp	29.06.1954	75. Tamsar Brigitta	01.02.2001
34. Maasik Laura	05.10.1993	76. Toplaan Maria	20.01.2012
35. Merila Lennart	21.05.2011	77. Tõnov Gisela	15.09.2008
36. Merila Martti	10.01.1976	78. Vackermann Anu	13.06.1960
37. Meos Karolin Meeri	27.01.2008	79. Vahruštšev Nikita	09.11.2005
38. Miidla Elsa Marie	06.12.2011	80. Vahter Helmi	08.04.2012
39. Moistus Martin	30.07.2003	81. Vainola Monica	19.02.1996
40. Mäll Kertu	16.09.2011	82. Öispuu Oskar	14.02.2010
41. Männamaa Manfred	28.03.2005	83. Äär Karel	22.11.1999
42. Mättik Marilin	14.03.1996		