

Åldersrekord 3000 m

12	12.30.76 i	Jenna Mogren-Dowding-04	Örebro/Ty	2016
13	13.56.93 i	Jenna Mogren-Dowding-04	Örebro/Ty	2017
14	11.25.52	Marit Karlsson-73	Örebro/U	1987
15	10.58.07	Sara Åberg-70	Stockholm/S	1985
16	10.25.92	Marit Karlsson-73	Sollentuna	1989
17	10.35.23 i	Klara Frih-02	Örebro/Ty	2019
18	10.59.23	Marit Karlsson-73	Västerås	1991
19	11.04.2	Sara Åberg-70	Örebro/U	1989
20	10.40.2 i	Marlena Jansson-70	Karlstad	1990
21	12.49.01	Lena Storm-73	Kristineberg	1994
22	12.44.10	Lena Storm-73	Garphyttan	1995
23				
24	10.17.41	Marlena Jansson-70	Vretstorp	1994
25				
26				
27	10.07.37	Marlena Jansson-70	Vretstorp	1997
28	11.54.12	Barbro Isaksson-56	Örebro/U	1984
29				
30				
31				
32				
33				
34				
35				
36				
37				
38	12.16.10	Gun Britt Westerberg-53	Örebro/U	1991
39	11.57.83	Gun Britt Westerberg-53	Örebro/U	1992