



## Лучшие Результаты Таджикистана

### МУЖЧИНЫ

#### 100 МЕТРОВ

10.52	+0.9	Арам Енокян	17Mar68	1B	Ленинград	20.6	1987
10.53	+1.9	Даврон Атабаев	6Jul93	1	Душанбе	13.6	2016
10.72	+1.3	Ильдар Ахмадиев	1Mar00	2	Алматы	29.5	2019
10.74	+0.1	Александр Пронженко	25Nov92	1	Душанбе	24.5	2014
11.01	-2.3	Игорь Хан	7Jan91	1	Душанбе	24.9	2006-
11.05		Владимир Новиков	17Dec60	D	Ташкент	26.9	1982

#### Ручное время:

10.3		Дмитрий Мирошниченко	12Mar57	1	Душанбе	6.5	1983
10.3		Михаил Бабанин	29Mar59		Брянск	.7	1984
10.4		Валентин Шапоров	18May49		Душанбе		1971
10.4		Николай Екимов	6Aug65		Рига	12.6	1986
10.5		Вениамин Петров	37	1	Душанбе	.6	1959
10.5		Виталий Пачурин	67		Алматы	30.5	1986
10.5		Александр Пронженко	25Nov92	1	Бишкек	21.6	2014
10.6		Евгений Шумарин	6Apr59	1	Душанбе	10.5	1978
10.7		Анатолий Арапенко	14Feb38	1	Душанбе	.5	1961
10.7		Виктор Бевзюк	35	1	Ленинабад	6.11	1961
10.7		Г. Кардель			Душанбе	20.6	1967
10.7		Игорь Соболевский	6May62	D	Фрунзе	11.10	1980

10.7		Абдумалик Турсунов	26Jan89		Душанбе	18.6	2010
10.4w		Вениамин Петров	37	1	Душанбе	.5	1959

#### 200 МЕТРОВ

21.34	+0.4	Александр Пронженко	25Nov92	5	Алматы	26.7	2015
21.51	+1.5	Михаил Бабанин	29Mar59	5h	Москва	21.6	1983
21.63	+0.9	Даврон Атабаев	6Jul93	1h	Бишкек	21.6	2015
21.75	+0.8	Григорий Дерепаскин	14May98	2	Алматы	25.5	2016
21.88	+0.4	Александр Решетов	68	7h	Киев	11.7	1991
22.06		Арам Енокян	17Mar68		Киев	7.7	1985

#### Ручное время:

21.2		Владимир Лехачев	4Nov58	1	Адлер	25.5	1978
21.2		Александр Решетов	68	1	Душанбе	21.5	1991
21.3		Алексей Гарбуз	29		Душанбе		1958
21.4		Александр Чередниченко	13Aug55		Душанбе	22.6	1978
21.5		Алексей Кравцов	19Jul64		Тольятти	22.5	1983
21.7		Вениамин Петров	37	1	Душанбе	.5	1959
21.7		Евгений Шумарин	6Apr59	2h	Донецк	12.7	1978

#### 400 METRES

47.44		Григорий Дерепаскин	14May98	3	Алматы	7.7	2019
47.60		Даврон Атабаев	6Jul93	2	Алматы	24.6	2017
47.71		Александр Пронженко	25Nov92	4	Алматы	27.6	2014
47.73		Алексей Кравцов	19Jul64		Халле	25.6	1983
47.88		Сергей Махмадулаев	30May57		Тбилиси	9.9	1979
48.19		Виталий Гаврилин	71	3	Свердловск	6.7	1990
48.32		Сергей Матвеев	69		Киев	15.8	1988
48.49		Владимир Новиков	17Dec60	D	Ташкент	26.9	1982
48.53		Владимир Лихачев	4Nov58		Тбилиси	17.6	1978
48.53		Алексей Петухов	67		Ташкент	17.9	1986

#### Ручное время:

47.4		Александр Чередниченко	13Aug55	1	Ташкент	8.9	1979
47.7		Сергей Махмадулаев	30May57		Донецк	15.9	1979
48.0		Юрий Хмельков	30Jun36		Киев	8.9	1963
48.2		Алексей Гарбуз	29	3	Москва	10.8	1959
48.3		Анатолий Арапенко	14Feb38	1	Москва	22.5	1961



### 800 METRES

1.48.5	Ривкат Аглетдинов	14Feb58	1	Душанбе	21.6	1983
1.48.76	Сергей Голодов	Feb62	h	Москва	19.6	1983
1.48.93	Фарход Куралов	18Mar93	1	Душанбе	17.10	2015
1.49.18	Александр Шеленко	62		Ленинград	15.7	1982
1.49.39	Николай Тарасов	64		Краснодар	22.6	1986-
1.50.02	Одишох Исматов	4Jun92	2	Алматы	30.6	2018
1.51.31	Аджмал Амиров	16Sep85	4	Алматы	14.6	2009
1.51.43	Равиль Аглетдинов	21May66		Донецк	8.9	1984
1.51.84	Валерий Семёнов	62		Ленинград	15.7	1982
1.51.99	Александр Титов	61		Ленинград	15.7	1982
<b>Ручное время:</b>						
1.51.8	Фарид Таджикиев	51				1974
1.52.0	Валентин Самойлов	24Feb37				1958
1.52.1	Сергей Цыганов	67	8	Львов	27.8	1989

### 1500 МЕТРОВ

3.44.51	Евгений Стаканов	27Oct80	6	Тула	24.6	2004
3.45.0	Руслан Гайсин	28Jan49		Душанбе	10.5	1974
3.46.18	Аджмал Амиров	16Sep85	6h	Белград	7.7	2009
3.46.8	Николай Тарасов	64		Москва		1984
3.48.3	Валентин Самойлов	24Feb37		Киев	9.8	1958
3.49.9	Сергей Цыганов	67		Алматы	25.5	1985
3.53.6	Мадарис Сайфутдинов	31		Душанбе		1960
3.54.2	Александр Шаров	33		Душанбе	21.8	1961
3.54.26	Александр Шеленко	62		Ленинград	19.7	1982
3.54.30	Фарход Куралов	18Mar93	1	Алматы	1.7	2012

### 3000 МЕТРОВ

7:57.03	Евгений Стаканов	27Oct80		Казань	09.07.	2004
---------	------------------	---------	--	--------	--------	------

### 5000 МЕТРОВ

14.07.44	Сегей Давыдов	58	h	Москва	20.6	1983
14.20.99	Аджмал Амиров	16Sep85	10h	Белград	10.7	2009
14.21.2	Фаат Ягофаров	40				1966
14.21.8	Николай Мальцев			Душанбе		1967
14.25.7	Сергей Мигунов	62		Ленинград	18.7	1982
14.26.6	Валентин Самойлов	24Feb37	h	Москва	12.8	1959
14.34.6	Борис Алексюк	1Apr29				1960
14.43.2	Али Хан Чоршанбиев	40		Душанбе		1960
14.44.0	Мухамед-Садык Шакиров	19Mar33		Баку	.7	1967
14.46.0	Александр Шаров	33		Душанбе	18.8	1961
14.46.0	Сотиболди Хайтов	22Nov86	4	Бишкек	31.5	2008
14.46.4	Василий Фроловский	29	3	Москва	12.8	1961

### 10000 МЕТРОВ

29.29.0	Анатолий Белогуров	8Sep50	1	Душанбе	8.5	1977
30.03.2	Мухамед-Садык Шакиров	19Mar33		Москва	.8	1965
30.11.0	Борис Алексюк	1Apr29		Киев	15.10	1960
30.18.0	Саидакрам Касимов	4Jan41		Душанбе	.6	1967
30.30.2	Василий Фроловский	29	18	Москва	16.8	1961
30.39.9	Александр Мирошниченко	26Dec60		Каунас	18.7	1980
30.40.2	Валентин Самойлов	24Feb37		Ужгород	15.3	1960
31.04.90	Александр Хожлов	62		Ленинград	15.7	1982
31.07.2	Григорий Паничкин	27Nov28		Душанбе		1960
31.08.90	Сотиболди Хайтов	22Nov86	1	Душанбе	24.9	2006



### ПОЛУМАРАФОН

1:08:50	Сохибдjon Шарипов	08Apr70	88	Палермо	03.10	1999
---------	-------------------	---------	----	---------	-------	------

### МАРАФОН

2.18.40	Анатолий Белогуров	8Sep50		Москва	20.6	1980
2.20.05	Мухамед-Садык Шакиров	19Mar33	1	Грозный	2.11	1965
2.22.32	Александр Мирошниченко	26Dec60	22	Москва	.6	1983
2.24.25	Фаат Ягофаров	40		Ужгород	30.10	1966
2.24.58	Хасан Гафаров	16Feb88	1	Тусун-заде	18.10	2013
2.25.44	Василий Фроловский	29	4	Москва	14.8	1959
2.27.51	Сергей Забавский	15Jan74	19	Гонконг	24.2	2002
2.31.29	Сохибдjon Шарипов	8Apr70	68	Сант-Денис	30.8	2003
2.35.05	Сисамбай Гажаулин	29	25	Тбилиси	9.10	1961

### 3000 МЕТРОВ С ПРИПЯТСТВИЯМИ

8.46.4	Анатолий Белогуров	8Sep50	1	Москва	15.4	1980
8.56.87	Василий Сердцев	61		Ленинград	16.7	1982
8.57.4	Мухамед-Садык Шакиров	19Mar33	3	Одесса	23.9	1963
8.58.0	Александр Мирошниченко	26Dec60		Душанбе		1977
8.58.2	Гаррий Рязанов			Душанбе	29.5	1966
9.04.97	Евгений Стаканов	27Oct80	5	Тула	7.6	2003
9.21.43	Назимдjon Ирмагов	22Feb85	1	Душанбе	11.6	2005
9.26.15	Дмитрий Шерманов	60		Ленинград	16.7	1982
9.28.0	Геннадий Мещеряков	33				1960
9.28.8	Валентин Самойлов	24Feb37	1	Ташкент	12.5	1957
В ПОМЕЩЕНИИ:						
8.44.63i	Евгений Стаканов	27Oct80	1	Москва	26.2	2003
9.16.05i	Назимдjon Ирмагов	22Feb85	4	Москва	19.2	2005

### 110 МЕТРОВ С БАРЬЕРАМИ

14.11	0.0 Александр Зябко	21Jul64	1h	Киев	18.7	1985
14.12	Дмитрий Реух	71		Алматы	11.5	1991
14.74	Юрий Глужетский	59	D	Москва	19.6	1983
14.90	Сергей Тюрин	62	h	Ленинград	17.7	1982
Ручное время:						
14.2	Шокир Темирбулат	47		Ленинград	18.5	1971
14.7	Анатолий Арапенко	14Feb38		Душанбе	21.3	1960
14.7	Анатолий Тутаев			Душанбе		1977

### 400 МЕТРОВ С БАРЬЕРАМИ

48.98	Николай Ильченко	12Aug63	2	Ташкент	18.9	1986
51.78	Владимир Пачин	62		Киев	4.7	1984
52.08	Алексей Кравцов	19Jul64	1	Симферополь	5.6	1983
52.14	Юрий Цыганов	62		Смоленск	13.9	1982
52.19	Сергей Матвеев	69	h	Брянск	7.7	1988
52.35	Александр Горбань	23Jul55		Москва	22.7	1979
52.51	Виталий Гаврилин	71	h	Киев	10.7	1991
52.75	Азиздjon Абдуллаев	9Oct92	4	Бишкек	19.6	2016
52.88	Алишер Пулотов	6Jan98	7h	Доха	21.4	2019
53.13	Игорь Соловьев	11Yun58		Донецк	7.9	1980
53.78	Владимир Миргородский		h	Донецк	7.7	1989
53.95	Александр Пронженко	25Nov92	4	Бишкек	8.6	2014
Ручное время:						
51.1	Анатолий Арапенко	14Feb38	3	Киев	9.8	1964
51.2	Сергей Матвеев	69	1	Душанбе	8.5	1988
51.6	Алексей Кравцов	19Jul64		Москва	4.7	1982
51.8	Александр Горбань	23Jul55		Душанбе	4.9	1978
52.2	Николай Неверов	51		Баку	25.9	1977
53.6	Владимир Миргородский	68		Ташкент	21.9	1984
54.0	Фарид Таджиев	51		Саратов	.8	1974



### ПРЫЖКИ В ВЫСОТУ

2.31	Олег Палашевский	16Apr62	2	Брянск	12.8	1990
2.28	Вячеслав Просвирин	14Feb55	3	Ташкент	15.5	1983
2.19	Леонид Шарафутдинов	27Aug63	Q	Киев	14.7	1986
2.19i	Евгений Мандражиев	72		Пенза	10.2	1991
2.14	Герман Просвирин	21Dec61		Душанбе		1982
2.12i	Юрий Карамьшев	6Apr50	1	Тула	14.2	1971

### ПРЫЖКИ С ШЕСТОМ

4.70	Юрий Сакулин	58	Q	Ленинград	16.7	1982
4.60	Игорь Соболевский	6May62				1982
4.40	Юрий Глужетский	59	D	Москва	19.6	1983
4.20	Виктор Шадчинев	22				1962
4.20	Анатолий Кутейников	28May49				1976

### ПРЫЖКИ В ДЛИНУ

8.18	+1.3	Василий Соков	7Apr68	2	Таллинн	5.7	1988
7.70		Алексей Шерешков	13Jan72		Ташкент	18.5	1991
7.56		Александр Козлов	76	1	Душанбе	26.5	2003
7.54		Игорь Соболевский	6May62		Ашхабат	25.8	1980
7.44		Юрий Глужетский	59	D	Москва	18.6	1983
7.43		Виктор Критинин					1973
7.43		Тахир Хамраев	82	2	Душанбе	26.5	2003
7.36		Юрий Игнатъев			Душанбе	21.6	1967
7.34		Владимир Новиков	17Dec60	D	Ташкент	26.9	1982
7.27		Юрий Пянков	41				1963
7.27		Ильдар Ахмадиев	1Mar00	1	Душанбе	9.3	2019

### ТРОЙНОЙ ПРЫЖОК

17.52	+1.8	Василий Соков	7Apr68	3	Киев	12.7	1991
15.50	+0.3	Виталий Туртыгин	69	Q	Донецк	7.7	1989
15.49		Тухтасин Мавлянов	49		Алматы	29.5	1971
15.43	+0.6	Леонид Клевачев	70	Q	Донецк	7.7	1989
15.42		Марк Чудновский	7Mar41		Душанбе	.6	1967
15.16		Александр Зозулько	38				1964
14.99	+1.2	Тимур Буриев	9Oct86	4	Душанбе	24.5	2005
14.97		Андрей Фидулов	62	Q	Ленинград	18.7	1982
14.92		Владимир Погодин	37				1960
14.85		Евгений Крашенков	33				1959
Превышение ветра :							
17.73w	+4.1	Василий Соков	7Apr68	1	Рига	3.6	1989

### ТОЛКАНИЕ ЯДРА

18,50		Джуманазар Аббасов	8Jul53	1	Ташкент	8.5	1979
17.93		Игорь Ханин	64		Душанбе	31.5	1987
17.88		Геннадий Ярошенко	69		Душанбе	31.5	1987
16.66		Александр Крештановский	71	Q	Киев	13.7	1991
16.50		Рудольф Пахомов	39		Душанбе	.6	1967
16.14		Александр Валов	63	Q	Ленинград	17.7	1982
15.63		Евгений Церр	33	Q	Москва	14.8	1961
15.48		Немат Абдиев	84	1	Душанбе	26.5	2003
14.88		Тазар Назаров		1	Душанбе	28.6	2006
14.59		Н.Палтусов					1962



### МЕТАНИЕ ДИСКА

57.86	Чари Мамедов	12Oct63		Душанбе	7.5	1985
51.76	Владимир Ляхов	17Jun37		Москва	25.5	1957
50.04	Фаридун Ашуров	21Jul91	1	Душанбе	14.5	2017-
49.27	Шамшод Курбанов	19Feb84	1	Гисар	10.3	2007
49.20	Иван Мамушев	63		Смоленск	15.9	1982
48.82	Немат Абдиев	11May84	1	Душанбе	13.3	2004
48.54	Хусниддин Алиев	25Mar92	1	Душанбе	18.6	2010
47.58	Тарас Новак			Ленинабад		1991
47.00	А. Куличков			Душанбе	21.6	1967-
44.92	Е. Ховрук					1954

### МЕТАНИЕ МОЛОТА

83.46	Андрей Абдувалиев	30Jun66	1	Адлер	26.5	1990
80.71	Дильшод Назаров	6May82	1	Халле	25.5	2013
76.42	Руслан Дикий	17Mar72	1	Тольятти	7.9	1991
71.83	Алишер Эшбеков	31May90	6	Жуковский	2.7	2017
65.92	Сухроб Мардонов	74	2	Душанбе	25.5	2003
65.10	Абдурауф Мусоев	16Feb96	1	Турсузаде	30.4	2018
64.50	Камол Иргашев	69		Душанбе	8.5	1985
62.52	Рашид Ишмурадов	67	5	Челябинск	16.7	1988
62.14	Евгений Дикий	33	1	Душанбе	15.5	1959
61.08	Олег Разбоев	62	Q	Ленинград	18.7	1982
60.50	Олег Тулаев	23Aug78		Алматы	18.5	1996
59.08	Зоир Шералиев	20Apr97	1	Душанбе	27.6	2019
58.93	Баходур Сафаров	11Oct85	2	Душанбе	11.6	2005

### МЕТАНИЕ КОПЬЯ

78.30	Хабиб Ижаев	42		Душанбе		1969
65.02	Валерий Соболевский	68		Челябинск	17.7	1988
54.94	Бузургмехр Холиков		2	Душанбе	29.5	2016-
50.25	Рамазан Давлатов	96	1	Душанбе	20.5	2015-
49.06	Зоир Яхъяев	20Dec88	1	Душанбе	21.6	2009
44.80	Фаридун Шеров	89		Душанбе	22.6	2008
44.08	Фархад Яхъяев	82	4	Душанбе	18.10	2003

### ДЕСЯТИБОРЬЕ

7846	Игорь Соболевский	6May62	2	Ленинград	16.7	1982					
11.10	7.53	14.27	1.96	49.90	-	15.81	43.48	4.20	65.16	4.28.25	
7516	Юрий Глужетский	59	26	Москва	19.6	1983					
11.39	7.44	13.36	2.00	51.60	-	14.74	36.00	4.40	53.64	4.29.60	
7444	Владимир Новиков	17Dec60	8	Ташкент	27.9	1982					
11.05	7.34	12.16	1.85	48.49	-	15.12	39.04	4.00	55.80	4.29.79	
7251	Вячеслав Визир	46	2	Пятигорск	15.9	1974					
11.5	6.95	13.65	1.85	49.7	-	15.6	39.76	3.80	58.50	4.13.4	
старая таблица оценок, детали неизвестны:											
7525	Вячеслав Визир	46	8	Тарту	11.7	1976					
7467	Анатолий Терехов	26Oct46	1	Душанбе	29.7	1973					

### 4 x 100 МЕТРОВ (NR)

40.02	Таджикская ССР	h	Москва	18.6	1983
Дмитрий Мирошниченко - С. Леонидов - Яков Мирон - Игорь Жайворонок					
41.9	Душанбе	2	Фрунзе	7.04	1978
Дмитрий Мирошниченко - Евгений Шумарин - Александр Чередниченко - Владимир Адамов					

### 4 x 400 МЕТРОВ (NR)

3.09.8	Таджикская ССР	Душанбе	1985
Константин Люшаков - Виталий Гаврилин - Сергей Матвеев - Басиров			



## ЖЕНЩИНЫ:

### 100 МЕТРОВ

11.77	+1.0	Владислава Овчаренко	18Dec86	1	Алматы	30.6	2012
11.77		Гулсумби Шарифова	2Dec97	1h	Ташкент	12.6	2019
11.94		Светлана Морар	57		Москва	18.6	1983
12.22	+0.3	Кристина Пронженко	10Dec88	3	Алматы	26.7	2019
12.29		Олга Эшмуродова	2Jul94		Алматы	14.5	2012
12.45	+0.1	Марина Руднева	69	h	Донецк	6.7	1989
12.47		Олга Байдюк	16Jul61	h	Ленинград	15.7	1982
12.48	-2.1	Насиба Зияева	87	1	Душанбе	24.9	2006-
12.51		Светлана Курбатова	63	h	Ленинград	15.7	1982
12.52	-2.1	Шахида Зияева	90	2	Душанбе	24.9	2006-

### Ручное время:

11.6		Галина Лямина	51	1	Ленинабад	18.5	1971
11.6		Зульфия Рахматуллаева	8Nov46	1h	Душанбе	22.5	1971
11.6		Марина Руднева	69		Душанбе		1988
11.7		Нонна Полякова*	5Aug30	1	Душанбе	22.5	1960

### 200 МЕТРОВ

23.32	+0.3	Гулсумби Шарифова	2Dec97	1	Ташкент	13.10	2019
23.98	+0.6	Владислава Овчаренко	18Dec86	4	Алматы	1.7	2012
24.67	+0.1	Кристина Пронженко	10Dec88	2h	Алматы	27.7	2019
24.84		Евгения Дорофеева	18Oct65		Москва	21.6	1983
25.07		Ольга Эшмуродова	2Jul94	3h	Бишкек	10.6	2012
25.11	+0.8	Ольга Герасимова	18Mar90	1	Душанбе	19.11	2005

### Ручное время:

24.3		Зульфия Рахматуллаева	8Nov46	1h	Нальчик	9.9	1967
24.4		Нонна Полякова*	5Aug30	1	Алматы	23.5	1960
24.7		Галина Лямина	51		Душанбе		1969
24.7		Ольга Корнилова	64				1978

\* Полякова соревновалась только временно за ТЖК на встрече в Центральной Азии

### 400 МЕТРОВ

52.70		Гулсумби Шарифова	2Dec97	1	Алматы	7.7	2019
53.88		Кристина Пронженко	10Dec88	5	Чонгкинг	7.6	2019
55.22		Наталья Стрепкова	71		Харьков	2.6	1989
56.84		Ольга Герасимова	18Mar90	1	Душанбе	18.11	2005
57.17		Мария Кочетова	71	h	Донецк	6.7	1989

### Ручное время:

53.9		Ирина Романенкова	64		Душанбе	8.5	1987
54.6		Наталья Стрепкова	71		Душанбе		1990
55.6		Галина Степанова	21Jan55		Брянск	30.6	1978
56.2		Роза Азизова	68		Челябинск	16.7	1988
56.3		Людмила Салихова	43	1	Душанбе	27.4	1963
56.5		Лилия Ваккер	3Mar59	2	Душанбе	28.5	1978-
57.2		Владислава Овчаренко	18Dec86	1	Душанбе	15.6	2011

### 800 МЕТРОВ

2.01.8		Алла Либутина	2Jan53	1	Ташкент	30.5	1982
2.03.6		Рагиля Аглетдинова	10Feb60	5sf	Вильнюс	19.7	1978
2.06.6		Валентина Аверьянова	50	h	Москва	20.6	1974
2.07.4		Роза Азизова	68		Челябинск	17.7	1988
2.08.3		Рита Петрова	69	5	Львов	27.8	1989
2.10.4		Наталья Стрепкова	71		Харьков	19.8	1990
2.11.0		Людмила Салихова	43	6	Киев	17.6	1962
2.11.9		Раиса Шчиковская	38	h	Москва	11.8	1959
2.14.20		Кристина Пронженко	10Dec88	h	Алматы	6.7	2016
2.14.6i		Раиса Кобенюк	70		Гомель	28.2	1988-
2.14.7		Зоя Ярулина	39		Душанбе		1960



### 1500 МЕТРОВ

4.06.42	Алла Либутина	2Jan53	h	Киев	26.7	1982
4.11.5	Разиля Аглетдинова	10Feb60	9	Подольск	5.8	1979
4.14.2	Татьяна Семенова	63		Ленинград	17.7	1985
4.23.21	Елена Галактионова	66		Краснодар	15.7	1985
4.25.49	Светлана Тимошкина	65		Челябинск	15.7	1983
4.28.84	Ирина Артёменко	61	h	Ленинград	18.7	1982
4.30.4	Рита Петрова	69		Днепропетровск	28.7	1987-
4.34.6i	Раиса Кобенюк	70		Гомель	28.2	1988-
4.34.9	Ольга Петракова	62	7	Ташкент	20.9	1978
4.36.8i	Гульсара Дадабаева	4Jul76		Рашт	12.10	2001-
4.37.94	Румия Ибрагимова	72		Харьков	2.6	1989

### 3000 МЕТРОВ

8.35.74	Алла Либутина	2Jan53	6	Киев	25.7	1982
9.10.60	Татьяна Семёнова	63				1983
9.21.76	Ирина Артеменко	61	h	Ленинград	15.7	1982
9.29.31	Елена Галактионова	66		Краснодар	16.7	1985
9.45.29	Светлана Тимошкина	65		Лодзь	7.8	1982
9.45.32i	Румия Ибрагимова	72		Запорожье	3.2	1990
9.52.27	Раиса Кобенюк	70	11	Харьков	4.6	1989
9.59.84	Мехрангез Назарова	1Jul97	4B	Нанкинг	24.8	2014

### 5000 МЕТРОВ

17.47.55	Мехрангез Назарова	1Jul97	3	Алматы	25.6	2017
18.13.38	Румия Ибрагимова	72	15	Горький	25.8	1988
18.45.53	Светлана Махарцева	71	24	Горький	25.8	1988
18.50.8	Гульсара Дадабаева	4Jul76	1	Душанбе	11.6	1996
18.54.9	Надима Мирзоева	24Jan88		Душанбе	25.5	2003

### 10000 МЕТРОВ

39.04.59	Гульсара Дадабаева	4Jul76	17	Лиссабон	24.7	1994
35.33.29*	Елена Галактионова	66	7	Ташкент	18.9	1986

\* Как Национальный рекорд не утвержден

### МАРАФОН

2.39.01	Гульсара Дадабаева	4Jul76	2	Любляна	26.10	2003
2.56.05	Ольга Петракова	62		Москва		1981

### 3000 МЕТРОВ С ПРИПЯТСТВИЯМИ

11.26.68	Мехрангез Назарова	1Jul97	6	Хо Ши Мин	5.6	2016
----------	--------------------	--------	---	-----------	-----	------

### 100 МЕТРОВ С БАРЬЕРАМИ

13.92	+0.7	Надежда Коршунова	13Jul61		Сочи	20.5	1979
14.25		Наталья Дорофеева	3Dec62	1	Киев	1.10	1981
14.33		Ирина Тюрина	62	h	Ленинград	15.7	1982
14.52		Галина Жило	30Oct58	P	Киев	18.7	1977
14.57	-0.6	Кристина Пронженко	10Dec88	1h	Ташкент	17.8	2019

### Ручное Время:

13.4		Надежда Коршунова	13Jul61	2	Брянск	20.9	1980
13.9		Галина Жило	30Oct58				1977
14.5		Елена Гришина	64	h	Фрунзе	16.9	1982



#### 400 МЕТРОВ С БАРЬЕРАМИ

58.47	Кристина Пронженко	10Dec88	1	Ташкент	12.6	2019	
59.78	Наталья Тетерина		58	Москва	19.6	1983	
59.96	Галина Степанова	21Jan55		Брянск	5.7	1978	
60.14	Лариса Реунова		64	Смоленск	13.9	1982	
60.81	София Валиева		61	1	Днепропетровск	11.7	1979
61.72	Стелла Музафарова		62	Рига	12.7	1981	
61.89	Ирина Романенкова		64	Москва	10.8	1986	
62.08	Ольга Герасимова	18Mar90	6	Джакарта	15.6	2008	
62.69	Гульнара Джумаева		67	Симферополь	27.5	1984	
<b>Ручное время:</b>							
58.9	Ирина Романенкова		64	Донецк	5.10	1986	
59.0	Наталья Тетерина		58	Магнитогорск	6.7	1983	
59.3	Галина Степанова	21Jan55		Новосибирск	28.7	1978	
60.4	София Валиева		61	Киев	3.10	1981	
60.8	Елена Сидолак		64	Днепропетровск	24.8	1982	
61.5	Стелла Музафарова		62	Челябинск	12.7	1980	

#### ПРЫЖКИ В ВЫСОТУ

1.91	Елена Горобец	16Aug62	3	Ленинград	11.7	1981	
1.84	Галина Жило	30Oct58	P	Киев	19.7	1977	
1.78	Ирина Муртазина		59	Ташкент	20.9	1978	
1.77	Елена Гришина		64	H	Фрунзе	16.9	1982
1.75i	Оксана Бобрик		72	Кишинев	30.1	1987	
1.71	Людмила Гольцова	5Oct50	1	Душанбе	14.3	1969	

#### ПРЫЖКИ В ДЛИНУ

6.19	+0.3	Жанна Мацола		64	Фрунзе	22.4	1989	
6.08		Светлана Евдокимова					1981	
6.02		Галина Жило		30Oct58			1977	
5.91		Ольга Лисачева		14Jun48			1976	
5.85		Вера Гребен					1974	
5.75	0.0	Дилафруз Дадабаева		2Apr90	6	Ташкент	25.5	2007-
5.71		Валентина Бевзюк		28Feb31			1964	
5.68		О. Панушева				Орел	.7	1970
5.66	+0.8	Светлана Шустова		71	Q	Горький	24.8	1988
5.65		Альфия Сайфутдинова		34		Душанбе	20.5	1962-
5.64		Лилия Юртова		41		Душанбе	20.5	1962-
5.61		Кристина Пронженко		10Dec88	H	Алматы	29.6	2014

#### ТРОЙНОЙ ПРЫЖОК

12.58	+0.6	Марина Руднева		69		Алматы	12.5	1991
11.90		Дилафруз Дадабаева		2Apr90		Душанбе	.5	2007
11.73		Елена Окунева				Ходжент		1993

#### ТОЛКАНИЕ ЯДРА

18.52		Светлана Татичек		29Jun63	1	Душанбе	31.5	1987
15.90		Елена Одинцова		83	1	Душанбе	26.5	2003
15.87		Светлана Сиротина		69		Вильнюс	13.6	1988
15.16		Валентина Степушина		22Aug50				1974
14.99		Лаура Ходжамкулова		61		Ленинград	16.7	1982
14.24		Валентина Андрущенко		37	1	Душанбе	2.4	1962
14.14		Валентина Калугина		37				1960
13.98		Валентина Терещенкова		28Nov37		Душанбе	20.5	1962
13.87		Валентина Бевзюк		28Feb31	P	Ташкент	18.5	1963
13.80		Валентина Ошуркова		44	2	Алмата	27.7	1962





### МЕТАНИЕ ДИСКА

65.38	Валентина Степушина	22Aug50	q	Киев	23.6	1976
57.12	Лариса Штырогрижная	69	6	Баку	23.9	1989
56.80	Ольга Шибе	56		Ташкент	21.5	1979
50.18	Наталья Шибе			Душанбе		1972
46.60	Лаура Ходжамкулова	1Jan61		Ленинград	17.7	1982
44.90	Валентина Терещенкова	28Nov37	1	Душанбе	5.5	1961
43.98	Раиса Скворцова	34				1959
42.80	Рухсона Аслитдинова	3Jan82	1	Душанбе	25.5	2003
41.30	Светлана Наврузова	86	2	Душанбе	25.5	2003
40.56	Нина Галицина	86	3	Душанбе	25.5	2003

### МЕТАНИЕ МОЛОТА

63.43	Галина Митяева	29Apr91	1	Душанбе	20.6	2009
63.08	Лариса Штырогрижная	69	2	Адлер	24.2	1991
55.24	Наталья Сиротина	69	q	Адлер	24.2	1991
51.12	Галина Шарипова	11Jun87	1	Душанбе	11.6	2005
49.93	Рухсона Аслитдинова	3Jan82	1	Гисар	10.3	2007
48.79	Нукрия Никкадамова	6Sep98	2	Душанбе	13.6	2016-
45.56	Елена Одинцова	83	1	Душанбе	25.5	2003
42.56	Нина Галицина	86	3	Душанбе	25.5	2003
41.93	Алина Силина	21Jul91	1	Душанбе	.5	2006

### МЕТАНИЕ КОПЬЯ

62.18*	Наталья Сипова	21Feb61	2	Сочи	23.5	1980
37.25*	Мавлюда Асламова	95	1	Душанбе	20.5	2015-
32.35	Кристина Пронженко	10Dec88	H	Алматы	29.6	2014
26.52*	Елена Одинцова	83	5	Душанбе	18.10	2003

\* (old model)

### СЕМИБОРЬЕ

5350	Елена Гришина	64		Фрунзе	17.9	1982
14.5	1.77	12.68	26.0	- 5.55	35.40	2.25.0
4983	Кристина Пронженко	10Dec88	2	Алматы	6.7	2016
15.21	1.58	10.38	25.22	- 5.45	28.40	2.14.20

### Неподтвержденные результаты

5438	Нина Малахова	64		Челябинск	18.6	1983
5010	Н. Горелова					1980

### 4 x 100 МЕТРОВ (NR)

45.88	Таджикская ССР	h	Москва	18.6	1983
Наталья Дорофеева - Ольга Байдюк - Светлана Морар - Нина Батчаева					

### 4 x 400 МЕТРОВ (NR)

3.46.2	Таджикская ССР	h	Москва	21.6	1983
--------	----------------	---	--------	------	------

### MIXED 4x400 МЕТРОВ (NR)

3:27.35	Таджикистан	6	Доха	23.04.2019
Алишер Пулотов - Гулсумби Шарифова - Кристина Пронженко - Григорий Дерепаскин				



Федерация лёгкой атлетики Республики Таджикистан выражает благодарность  
Генриху Хубелингу (Германия) - официальный статист Азиатской  
легкоатлетической ассоциации;  
Евгению Шумарину - Генеральный Секретарь Федерации лёгкой атлетики  
Республики Таджикистан;  
Гайрату Нигматову - старший тренер Республики Таджикистан по лёгкой  
атлетики;  
Ульмасу Алимову - тренеру Республиканской школы Высшего спортивного  
мастерства по лёгкой атлетике.