

Suomen Urheiluliiton Sisä ratojen (+moukari) Suomen mestarit vuodesta 1962 lähtien.
 mn ja ek (12.3.2022)

Miehet

60 m

1962	Aarno Musku	LahdU	6,9
1963	Seppo Suutari	KokemKV	6,9
1964	Seppo Suutari	KokemKV	6,9
1965	Aarno Musku	LahdU	6,8
1966	Erik Gustafsson	JKU	6,2 (60 jaardia)
1967	Teuvo Kuivaniemi	KaipVi	7,0
1968	Kari Palmén	HKV	6,9
1969	Jarkko Tapola	HKV	6,8
1970	Jarkko Tapola	HKV	6,7
1971	Raimo Vilén	HKV	6,6
1972	Raimo Vilén	HKV	6,6
1973	Antti Rajamäki	HKV	6,6
1974	Raimo Vilén	HKV	6,7
1975	Raimo Vilén / 4	HKV	6,5
1976	Markku Perttula	HKV	6,6
1977	Arto Bryggare	LUM	6,88
1978	Ossi Karttunen	TainionKi	6,86
1979	Jukka Sulalampi	HyvTa	6,90
1980	Timo-Pertti Hatakka	ViipU	6,86
1981	Timo-Pertti Hatakka	ViipU	6,92
1982	Jouko Lehtinen	LapSa	6,87
1983	Jouko Lehtinen	LapSa	6,75
1984	Jouko Hassi	OulPy	6,79
1985	Petri Keskitalo	OulPy	6,85
1986	Harri Nevavuo	LahdA	6,88
1987	Jouni Myllymäki	ViipU	6,76
1988	Ari Salonen	TuTo	6,79
1989	Jouni Myllymäki	ViipU	6,79
1990	Turo Meriläinen	NoorNo	6,75
1991	Turo Meriläinen	NoorNo	6,80
1992	Sami Länsivuori	KuopNMKY	6,77
1993	Teemu Kauppi	KuopNMKY	6,75
1994	Tero Ridanpää	JKU	6,74
1995	Sami Länsivuori	KuopNMKY	6,75
1996	Harri Kivelä	JKU	6,71
1997	Janne Haapasalo	KarhKa	6,76
1998	Sami Länsivuori	KuopNMKY	6,74
1999	Samsa Tuikka	ToholU	6,72
2000	Janne Haapasalo	KarhKa	6,71
2001	Samsa Tuikka	ToholU	6,69
2002	Markus Pöyhönen	HKV	6,63
2003	Tuomas Näsi	HKV	6,74
2004	Simo Sipilä	NokU	6,75
2005	Tommi Hartonen	HIFK	6,71
2006	Visa Hongisto	ValkealKa	6,74
2007	Olli Okkonen	MiKV	6,75
2008	Joni Rautanen	HollU	6,73
2009	Joni Rautanen	HollU	6,72
2010	Hannu Ali-Huokuna	ViipU	6,77
2011	Jonathan Åstrand	IFKraft	6,78
2012	Visa Hongisto	ValkealKa	6,79
2013	Visa Hongisto	ValkealKa	6,72
2014	Ville Myllymäki	KanksLei	6,74
2015	Ville Myllymäki	KanksLei	6,70
2016	Ville Myllymäki	KanksLei	6,74

2017	Otto Ahlfors	IkaalUrh	6,77
2018	Samuli Samuelsson	IkaalUrh	6,72
2019	Samuel Purola	OulPy	6,70
2020	Samuli Samuelsson	IkaalUrh	6,80
2021	Samuli Samuelsson	IkaalUrh	6,66
2022	Samuli Samuelsson /4	IkaalUrh	6,73

200 m

1962-81 *Ei lajiohjelmassa.*

1982	Juha Pyy	TKT	22,04
1983	Jouko Lehtinen	LapSa	21,96
1984	Jouko Hassi	OulPy	22,06
1985	Jari Niemelä	TuTo	21,84
1986	Juha Pyy	TKT	21,46
1987	Kimmo Saaristo	ViipU	21,84
1988	Juha Pyy	TKT	21,64
1989	Matti Parviainen	TampPy	21,54
1990	Jari Niemelä	TuTo	22,31
1991	Matti Heusala	HKV	21,41
1992	Pertti Purola	OulPy	21,46
1993	Ari Pakarinen	MäntyhU	21,23
1994	Kari Louramo	TuUL	21,72
1995	Ari Pakarinen	MäntyhU	21,16
1996	Kari Louramo	TuUL	21,43
1997	Harri Kivelä	JKU	22,32
1998	Janne Hautaniemi	TuUL	21,23
1999	Janne Hautaniemi	TuUL	21,48
2000	Janne Mäkelä	OulPy	21,87
2001	Samsa Tuikka	ToholU	21,79
2002	Samsa Tuikka	ToholU	21,45
2003	Jaakko Ojaniemi	PeräseinTo	21,40 (ae Tommi Hartonen HKV 21,21)
2004	Visa Hongisto	ValkealKa	21,70
2005	Nghi Tran	TuWe	22,22
2006	Nghi Tran	TuWe	21,25
2007	Nghi Tran	TuWe	22,23
2008	Lauri Kohtamäki	NoorNo	21,72
2009	Jonathan Åstrand	NärpKr	21,39
2010	Lauri Kohtamäki	NoorNo	22,50
2011	Hannu Ali-Huokuna	ViipU	22,16
2012	Jonathan Åstrand	NärpKr	20,97
2013	Ville Myllymäki	KanksLei	21,81
2014	Eetu Rantala	OulPy	21,89
2015	Visa Hongisto	ValkealKa	21,49
2016	Ville Myllymäki	KanksLei	21,53
2017	Samuel Purola	OulPy	21,29
2018	Samuel Purola	OulPy	21,26 (ae 21,21)
2019	Oskari Lehtonen	NurmijYU	21,33
2020	Samuel Purola	OulPy	20,85 +
2021	Samuel Purola	OulPy	21,28
2022	Samuel Purola / 5	OulPy	21,01

400 m

1962-63 *Ei lajiohjelmassa.*

1964	Pekka Juutilainen	HKV	50,6
1965	Eero Vihervä	TuTo	51,1
1966	Heikki Pippola	AlavuU	49,4

1967-68 *Ei lajiohjelmassa.*

1969	Olavi Laakso	KU-58	51,2
1970	Matti Schmandt	HKV	51,6
1971	Matti Schmandt	HKV	52,8

1972	Reima Karsikas	TuTo	49,4
1973	Ossi Karttunen	TainionkKi	49,1
1974	Ossi Karttunen	TainionkKi	48,7
1975	Markku Taskinen	ViipU	49,7
1976	Ossi Karttunen	TainionkKi	48,5
1977	Hannu Mäkelä	HeinIs	48,65
1978	Hannu Mäkelä	HeinIs	49,40
1979	Jukka Paajanen	LaKa	48,9
1980	Jaakko Kemola	ONMKYU	49,46
1981	Jouko Hassi	ONMKYU	49,71
1982	Jyrki Isotalo	LauttakLu	50,23
1983	Timo Korhonen	LaurKi	48,53
1984	Mauri Siekkinen	PihtU	49,10
1985	Rolf Winberg	HIFK	48,60
1986	Juha Pyy	TKT	47,18 +
1987	Jari Niemelä	TuTo	47,45
1988	Juha Pyy	TKT	47,43
1989	Mikko Nakolinna	TuUL	47,23
1990	Jari Niemelä	TuTo	48,37
1991	Bert-Henrik Enqvist	ParIF	48,64
1992	Mikael Söderman	JakobstDr	47,65
1993	Jussi Sainio	TuWe	48,20
1994	Kari Louramo	TuUL	47,53
1995	Kari Louramo	TuUL	47,27
1996	Petri Pohjonen	LUM	47,58
1997	Esa Valaja	OulPy	49,07
1998	Petri Pohjonen	LUM	47,52
1999	Kari Louramo	TuUL	48,41
2000	Petri Pohjonen	LUM	48,19
2001	Ari-Pekka Lattu	LahdA	48,98
2002	Petri Pohjonen / 4LUM		48,22
2003	Janne Mäkelä	OulPy	47,97
2004	Jussi Heikkilä	VirtU	48,56
2005	Jussi Heikkilä	ViipU	49,46
2006	Ari Kauppinen	HaukivKi	47,83
2007	Ilari Porkka	KarhKa	49,60
2008	Ilari Porkka	KarhKa	48,62
2009	Jan Bosas	EsboIF	48,53
2010	Tobias Öhman	EsboIF	50,99
2011	Petteri Monni	JKU	49,81
2012	Ville Lampinen	KU-58	48,98
2013	Oskari Mörö	EsboIF	49,13
2014	Matias Linkoaho	HKV	49,68
2015	Ville Lampinen	KU-58	48,05
2016	Oskari Mörö	EsboIF	47,84
2017	Markus Teijula	NaanLöy	49,10
2018	Artur Hämäläinen	KuortKu	48,85
2019	Christoffer Envall	IKFalken	48,38
2020	Erik Back	HIFK	48,20
2021	Tommi Mäkinen	HKV	48,84
2022	Viljami Kaasalainen	JKU	47,18 +

800 m

1962	Pekka Juutilainen	HKV	1.56,0
1963	Olavi Lintunen	KaipVi	1.58,0
1964	Pekka Juutilainen	HKV	1.54,3
1965	Keijo Ceder	HKV	1.55,5
1966	Juha Väätäinen	HaapavU	1.53,1
1967	Markku Aalto	HKV	1.22,6 (600m)
1968	Markku Aalto	HKV	1.24,5 (600m)

1969	Raimo Karsikas	PaimU	1.55,9
1970	Raimo Karsikas	PaimU	1.55,0
1971	Raimo Karsikas	PaimU	1.53,4
1972	Reima Karsikas	TuTo	1.54,4
1973	Raimo Karsikas	PaimU	1.53,7
1974	Tarmo Tupala	KöyLa	1.55,4
1975	Heikki Hämäläinen	PaimU	1.54,3
1976	Tarmo Tupala	KöyLa	1.52,6
1977	Markku Taskinen	ViipU	1.54,9
1978	Markku Laine	LieLu	1.51,72
1979	Henry Majander	JKU	1.55,0
1980	Jorma Härkönen	VuoksennU	1.52,9
1981	Antti Loikkanen	EnonkPy	1.51,55
1982	Jorma Härkönen	LahdA	1.52,17
1983	Jorma Härkönen	LahdA	1.54,26
1984	Ilkka Äyräväinen	HKV	1.54,53
1985	Niklas Rehula	EsboIF	1.50,38
1986	Ari Suhonen	PorvU	1.48,30
1987	Ari Suhonen	PorvU	1.49,17
1988	Ari Suhonen	PorvU	1.48,84
1989	Ari Suhonen	PorvU	1.52,18
1990	Jarmo Kokkola	ViipU	1.54,33
1991	Ari Suhonen	PorvU	1.53,62
1992	Ari Suhonen / 6	PorvU	1.48,72
1993	Mikael Söderman	JakobstDr	1.52,31
1994	Jarmo Kokkola	LapLu	1.53,22
1995	Jaakko Sohlo	EspTa	1.51,65
1996	Tero Suominen	HämTa	1.51,34
1997	Tero Suominen	HämTa	1.53,09
1998	Juha Kukkamo	KeurKi	1.49,95
1999	Wilson Kirwa	LahdA	1.51,51
2000	Wilson Kirwa	LahdA	1.47,06 +
2001	Juha Kukkamo	LahdA	1.52,56
2002	Juha Kukkamo	LahdA	1.49,67
2003	Juha Kukkamo	LahdA	1.50,99
2004	Juha Kukkamo	LahdA	1.49,33
2005	Wilson Kirwa	LahdA	1.53,36
2006	Juha Kukkamo / 6	LahdA	1.54,54
2007	Mikko Lahtio	HKV	1.54,71
2008	Niclas Sandells	PedersFa	1.50,75
2009	Robert Rotkirch	EsboIF	1.50,38
2010	Tommy Granlund	GamlakIF	1.55,33
2011	Rami Oravakangas	PyhäjPo	1.51,84
2012	Tommi Sundell	PorinYU	1.53,47
2013	Tuomo Salonen	EspTa	1.52,65
2014	Tuomo Salonen	EspTa	1.53,24
2015	Ville Lampinen	KU-58	1.51,23
2016	Jaakko Laakso	TampPy	1.52,20
2017	Markus Teijula	NaanLöy	1.53,60
2018	Simon Haglund	IKFalken	1.52,10
2019	Markus Teijula	NaanLöy	1.51,86
2020	Joonas Rinne	SaarijPu	1.50,66
2021	Joonas Rinne	SaarijPu	1.51,31
2022	Joonas Rinne	SaarijPu	1.49,74

1500 m

1962	Rauno Leonsaari	NaanLö	4.00,3
1963	Timo Huttunen	VierKo	4.00,0
1964	Teuvo Jauhanen	ImatrJy	3.54,3
1965	Erkki Oikarinen	PaltamU	3.55,0

1966	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
1967	Raimo Karsikas	PaattPa	3.53,8
1968	Jouko Uola	LauttakLu	3.55,6
1969	Paavo Hyvönen	HKV	3.55,9
1970	Raimo Karsikas	PaimU	3.51,9
1971	Rune Holmén	HIFK	3.51,2
1972	Pekka Päivärinta	KaarU	3.52,3
1973	Raimo Karsikas	PaimU	3.54,3
1974	Markku Aalto	HKV	3.55,6
1975	Juhani Sams	JoutsPo	3.48,5
1976	Juhani Sams	JoutsPo	3.51,3
1977	Juhani Sams	JoutsPo	3.50,03
1978	Antti Loikkanen	VuoksennVe	3.46,35
1979	Heino Lipsanen	JuvU	3.49,8
1980	Henry Majander	JKU	3.49,7
1981	Ari Paunonen	SulkavU	3.48,56
1982	Tommy Ekblom	PorvU	3.47,13
1983	Matti Valkonen	SavTU	3.47,54
1984	Ilkka Äyräväinen	HKV	3.47,08
1985	Antti Loikkanen	SavVi	3.44,85
1986	Mika Maaskola	TuTo	3.43,67 +
1987	Mika Maaskola	TuTo	3.49,86
1988	Ari Suhonen	PorvU	3.44,23
1989	Mika Maaskola	TuTo	3.49,86
1990	Esko Parpala	LapLu	3.51,22
1991	Mika Myöhänen	TuTo	3.53,68
1992	Jari Venäläinen	PieksVe	3.48,16
1993	Vesa Siivonen	LahdA	3.48,63
1994	Jarmo Kokkola	LapLu	3.57,38
1995	Timo Sarlin	KokkVe	3.48,62
1996	Jukka Savonheimo	TurWe	3.49,86
1997	Marko Kotila	ToholU	3.46,09
1998	Jukka Savonheimo	TurWe	3.49,26
1999	Juha Kukkamo	KeurKi	3.50,13
2000	Jari Matinlauri	VihannU	3.50,43
2001	Juha Kukkamo	LahdA	3.52,62
2002	Juha Kukkamo	LahdA	3.47,50
2003	Anders Rockas	PorvU	3.50,04
2004	Juha Kukkamo	LahdA	3.46,88
2005	Juha Kukkamo / 5	LahdA	3.58,83
2006	Riku Marttinen	HeinIs	3.48,19
2007	Mikael Bergdahl	GamlakIF	3.50,89
2008	Niclas Sandells	PedersFa	3.48,68
2009	Niclas Sandells	PedersFa	3.45,13
2010	Tommy Granlund	GamlakIF	4.01,86
2011	Jonas Hamm	LahdA	3.50,80
2012	Tommi Sundell	PorinYU	3.52,47
2013	Panu Jantunen	ParikkU	3.55,39
2014	Jukka Keskisalo	JoensKa	3.52,97
2015	Ilari Piipponen	KarhKa	3.54,68
2016	Tommi Sundell	PorinYU	3.59,75
2017	Joonas Rinne	SaarijPu	3.51,81
2018	Joonas Rinne	SaarijPu	4.14,28
2019	Jaakko Piesanen	SaarijPu	3.53,29
2020	Samu Mikkonen	JoensKa	3.53,53
2021	Joonas Rinne	SaarijPu	3.51,39
2022	Joonas Rinne	SaarijPu	3.46,17

1500 m ej

1962	Tapani Häkkinen	ToivRi	4.10,8
------	-----------------	--------	--------

1963	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
1964	Tapani Häkkinen/ 2	ToivRi	4.04,1
1965	Ilpo Matilainen	HankasHa	4.08,9
1966	Ilpo Matilainen / 2	HankasHa	4.02,4
1967-68	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
1969	Aarno Niemi	HirvensHe	4.18,0
1970	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
1971	Mikko Ala-Leppilampi	LahdSa	4.08,0
1972	Mikko Ala-Leppilampi /2	LahdSa	5.32,6 (2000 metrin estejuoksu)
1973-	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		

3000 m

1962	Simo Saloranta	TuUL	8.25,4
1963	Tapani Häkkinen	ToivRi	8.26,4
1964	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
1965	Tapani Häkkinen	ToivRi	8.34,0
1966	Mikko Ala-Leppilampi	KaipVi	8.17,2
1967	Erkki Koskinen	TuWe	8.32,0
1968	Eero Taipale	OulunkTä	8.32,8
1969	Paavo Hyvönen	HKV	8.33,4
1970	Mikko Ala-Leppilampi	LaSa	8.14,0
1971	Rune Holmén	HIFK	8.05,0
1972	Pekka Päivärinta	KaarU	8.03,2
1973	Pekka Päivärinta	TuUL	7.59,8
1974	Lasse Virén	MyrskMy	8.10,6
1975	Pekka Päivärinta	TuUL	7.55,0
1976	Tapio Kantanen	ViipU	8.05,4
1977	Pekka Päivärinta / 4	TuUL	8.00,38
1978	Ari Paunonen	SulkavU	8.02,55
1979	Matti Salonen	ViipU	8.01,6
1980	Ismo Toukonen	LahdA	8.07,2
1981	Vesa Kähkölä	TornPy	8.10,02
1982	Martti Vainio	TuUL	7.57,45
1983	Ari Paunonen	SavMa	7.56,65
1984	Martti Vainio	LapuVi	7.55,84
1985	Hannu Okkola	KuopSV	8.00,12
1986	Tommy Ekblom	PorvU	8.05,77
1987	Risto Ulmala	SaarijPu	7.58,84
1988	Harri Hänninen	PakilVi	8.05,77
1989	Jukka Tammisuo	SavRi	8.05,75
1990	Jukka Tammisuo	SavRi	8.09,20
1991	Risto Ulmala	SaarijPu	8.02,74
1992	Jukka Tammisuo	SavRi	8.06,67
1993	Jukka Savonheimo	TurWe	8.00,64
1994	Jari Venäläinen	LohjKV	8.01,73
1995	Timo Sarlin	KokkVe	8.11,72
1996	Jukka Savonheimo	TurWe	8.05,00
1997	Samuli Vasala	LUU	8.03,54
1998	Jukka Savonheimo	TuWe	8.07,54
1999	Tuomo Lehtinen	LUU	8.14,06
2000	Jari Matinlauri	VihannU	8.08,58
2001	Tuomo Lehtinen	LUU	8.04,65
2002	Juha Hellstén	TurWe	8.06,90
2003	Mikael Talasjoki	HKV	8.06,97
2004	Jukka Keskisalo	JoensKa	8.07,19
2005	Tuomo Lehtinen	TuUL	8.09,73
2006	Arto Aalto	TuUL	8.18,26
2007	Mikael Bergdahl	GamlakIF	8.18,45
2008	Jukka Keskisalo	JoKa	8.14,39
2009	Mikael Bergdahl	GamlakIF	8.16,26

2010	Mikael Bergdahl	GamlakIF	8.15,73
2011	Miro Laurila	KarhU	8.14,04
2012	Jarkko Hamberg	SjundeåIF	8.17,35
2013	Ilari Piipponen	KarhKa	8.20,60
2014	Jukka Keskisalo	JoensKa	8.21,39
2015	Ilari Piipponen	KarhKa	8.14,58
2016	Ossi Kekki	LahdA	8.20,90
2017	Samu Mikkonen	KuopReip	8.27,97
2018	Topi Raitanen	HKV	8.16,14
2019	Jaakko Piesanen	SaarijPu	8.25,42
2020	Samu Mikkonen	JoensKa	8.18,16
2021	Topi Raitanen	HKV	8.07,38
2022	Topi Raitanen	HKV	7.57,46

5000 m

1962-63 *Ei lajiohjelmassa.*

1964 Aarre Kimpimäki PeräseinTo 14.35,0

1965-72 *Ei lajiohjelmassa.*

1973	Tapio Kantanen	ViipU	13.49,4
1974	Pekka Päivärinta	TuUL	13.53,0
1975	Pekka Päivärinta	TuUL	13.49,0
1976	Esko Lipsonen	SaarijPu	14.00,6
1977	Seppo Liuttu	TU-38	14.02,21
1978	Håkan Spik	KronKr	13.56,79
1979	Hannu Okkola	VesannU	14.07,7
1980	Hannu Okkola	KuopSV	13.53,2
1981	Hannu Okkola	KuopSV	13.55,01
1982	Tommy Ekblom	PorvU	14.00,69
1983	Hannu Okkola	KuopSV	13.47,94
1984	Tommy Ekblom	PorvU	14.02,56
1985	Hannu Okkola / 5	KuopSV	14.15,24
1986	Tommy Ekblom	PorvU	13.55,53
1987	Ari Paunonen	SavMa	14.03,94
1988-	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		

60 m aj

1962	Juhani Vuori	KärkKV	7,4 (60 jaardin aitajuoksu)
1963	Raimo Asiala	HKV	8,7 (70 jaardin aitajuoksu)
1964	Juhani Vuori	KärkKV	8,4 (70 jaardin aitajuoksu)
1965	Antti Lanamäki	KuortKu	7,5 (60 jaardin aitajuoksu)
1966	Antti Lanamäki	KuortKu	7,5 (60 jaardin aitajuoksu)
1967	Juhani Vuori	KärkKV	8,2
1968	Juhani Vuori	KärkKV	8,2
1969	Matti Harri	HKV	8,3
1970	Matti Harri	HKV	8,3
1971	Pauli Pursiainen	KeravU	7,9
1972	Juhani Vuori	KärkKV	8,2
1973	Pauli Pursiainen	KeravU	8,2
1974	Ari Salin	ViipU	8,0
1975	Raimo Alanen	LappajVe	8,0
1976	Arto Bryggare	LUM	7,7
1977	Arto Bryggare	LUM	7,87
1978	Arto Bryggare	LUM	7,88
1979	Reijo Byman	SibbVa	7,99
1980	Arto Bryggare	LUM	7,89
1981	Arto Bryggare	LUM	7,79
1982	Arto Bryggare	LUM	7,82
1983	Arto Bryggare	LUM	7,62
1984	Reijo Byman	SibbVa	7,89
1985	Arto Bryggare	LUM	7,88

1986	Mikael Ylöstalo	SibbVa	7,92
1987	Arto Bryggare	LUM	7,65 (ae 7,60)
1988	Harri Ylinen	JalasJa	7,92
1989	Harri Rouhiainen	PoTa	7,88
1990	Mikael Ylöstalo	SibbVa	7,94
1991	Arto Bryggare / 10	LUM	7,79
1992	Antti Haapakoski	KalajJu	7,78
1993	Antti Haapakoski	KalajJu	7,72
1994	Kai Kyllönen	TuUL	7,77
1995	Antti Haapakoski	KalajJu	7,62
1996	Kai Kyllönen	TuUL	7,84
1997	Antti Haapakoski	KalajJu	7,70
1998	Jarno Jokihaara	KyröskPo	8,03
1999	Jarno Jokihaara	KyröskPo	8,03
2000	Jarno Jokihaara	KyröskPo	7,78
2001	Jarno Jokihaara	KyröskPo	7,83
2002	Tatu Pussila	OulPy	7,93
2003	Matti Niemi	TuUL	7,85
2004	Olli Talsi	VehkalVe	7,79
2005	Juha Sonck	TuUL	7,76
2006	Olli Talsi	KarhKa	7,70
2007	Juha Sonck	TuUL	7,88
2008	Markus Vilén	ViipU	7,90
2009	Juha Sonck	TuUL	7,77
2010	Juha Sonck	TuUL	7,92
2011	Joona-Ville Heinä	HIFK	7,88
2012	Juha Sonck	TuUL	7,86
2013	Arttu Hirvonen	OulPy	8,02
2014	Elmo Lakka	JKU	7,88
2015	Elmo Lakka	JKU	7,81
2016	Elmo Lakka	JKU	7,86
2017	Elmo Lakka	JKU	7,84
2018	Rami Kareem	HKV	7,98
2019	Elmo Lakka	JKU	7,67
2020	Elmo Lakka	JKU	7,69
2021	Elmo Lakka	JKU	7,63
2022	Santeri Kuusiniemi	JKU	7,74

300 m aj

1962-88 *Ei lajiohjelmassa.*

1989	Vesa-Pekka Pihlavisto	HKV	37,28
1990	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
1991	Ismo Hämeenniemi	LappajVe	36,56
1992	Petteri Pulkkinen	YlöjU	35,93
1993	Stefan Lithén	VIS	36,05
1994	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
1995	Petteri Pulkkinen	YlöjU	35,64 +
1996	Petteri Pulkkinen / 3	YlöjU	35,90
1997	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
1998	Janne Mäkelä	OulPy	37,05
1999	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
2000	Kimmo Haapasalo	OulPy	36,02
2001	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
2002	Jussi Heikkilä	VirtU	36,39
2003	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
2004	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
2005	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
2006	Kimmo Haapasalo	OulPy	36,72
2007	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
2008	Ari-Pekka Lattu	LahdA	37,33

2009	Ari-Pekka Lattu	LahdA	52,54 + (400 m aitajuoksu)
2010	<i>Ei lajiohjelmassa</i>		
2011	<i>Ei lajiohjelmassa</i>		
2012	Jussi Heikkilä	ViipU	37,02
2013	<i>Ei lajiohjelmassa</i>		
2014	<i>Ei lajiohjelmassa</i>		
2015	Joni Vainio-Kaila	LaitJy	37,12
2016	Joni Vainio-Kaila	LaitJy	37,36
2017	<i>Ei lajiohjelmassa</i>		
2018	<i>Ei lajiohjelmassa</i>		
2019	Chibunna Ezeabasirim	HKV	37,66
2020	Tuomas Lehtonen	LiedPa	36,08
2021	<i>Ei lajiohjelmassa</i>		
2022	Tuomas Lehtonen	LiedPa	36,37

5000 m kävely

1962-71 *Ei lajiohjelmassa.*

1972	Paavo Pohjolainen	ViipU	24.04,2
1973	Paavo Pohjolainen	TurWe	21.12,8
1974	Seppo Immonen	NaaTo	23.08,4
1975	Reima Salonen	TaivassTa	20.54,0
1976	Reima Salonen	TurWe	21.24,6
1977	Paavo Pohjolainen	TarvasjU	20.51,8
1978	Reima Salonen	TurWe	19.35,8
1979	Reima Salonen	TurWe	20.34,8
1980	Lasse Ala-Pietilä	UudenkU	22.15,4
1981			
1982	Eero Mantsinen	LapinlVe	23.47,8
1983	Petri Mäkelä	RaisRy	20.34,0
1984	Pauli Pirjetä	LapinlVe	20.33,3
1985	Reima Salonen	TurWe	20.12,19
1986	Pauli Pirjetä	LapinlVe	19.56,31
1987	Vesa Puukari	TurWe	20.27,5
1988	Reima Salonen	TurWe	19.37,91
1989	Kari Ahonen	KorsKa	20.20,49
1990	Risto Nurmi	ViipU	20.20,58
1991	Pauli Pirjetä	ViipU	20.29,29
1992	Jani Lehtinen	KU-58	20.17,75
1993	Jani Lehtinen	KU-58	20.31,51
1994	Jani Lehtinen	EsboIF	20.44,63
1995	Valentin Kononen	KorsKa	19.17,88
1996	Jani Lehtinen	EsboIF	19.57,46
1997	Kim Lappalainen	LapinlVe	21.46,99
1998	Valentin Kononen	KorsKa	19.10,70
1999	Valentin Kononen	KorsKa	18.47,26
2000	Jani Lehtinen	LUM	20.52,88
2001	Jani Lehtinen	LUM	20.04,48
2002	Jani Lehtinen	LUM	20.34,66
2003	Jani Lehtinen	LUM	20.18,14
2004	Jani Lehtinen	LUM	20.27,21
2005	Jani Lehtinen / 10	LUM	20.40,01
2006	Antti Kempas	TuusulanjU	20.19,36
2007	Antti Kempas	TuusulanjU	20.26,62
2008	Jarkko Kinnunen	JalasjJa	20.53,89
2009	Jarkko Kinnunen	JalasjJa	20.17,30
2010	Jarkko Kinnunen	JalasjJa	20.03,71
2011	Heikki Kukkonen	LUM	20.09,40
2012	Veli-Matti Partanen	LUM	19.30,43
2013	Jarkko Kinnunen	JalasjJa	19.56,83
2014	Veli-Matti Partanen	LUM	19.57,92

2015	Veli-Matti Partanen	LUM	19.32,42
2016	Veli-Matti Partanen	LUM	19.35,86
2017	Veli-Matti Partanen	LUM	19.29,17
2018	Elmo Koivunen	EsboIf	20.42,28
2019	Jarkko Kinnunen	JalasJa	19.37,74
2020	Veli-Matti Partanen	LUM	19.46,57
2021	Jarkko Kinnunen	JalasJa	20.15,00
2022	Joni Hava	EspTa	19.29,98

Korkeus

1962	Henrik Hellén	HIFK	200
1963	Henrik Hellén	HIFK	201
1964	Henrik Hellén	seuraton	203
1965	Antero Aarnio	ViipU	201
1966	Antero Aarnio	ViipU	195
1967	Kari Lappalainen	KuPU	205
1968	Reijo Vähälä	AlajAn	203
1969	Reijo Vähälä	AlajAn	200
1970	Asko Pesonen	IisVi	206
1971	Asko Pesonen	IisVi	208
1972	Lasse Viskari	ViipU	210
1973	Asko Pesonen	IisVi	212
1974	Harri Sundell	NummKip	212
1975	Harri Sundell	HyvTa	221
1976	Asko Pesonen	IisVi	210
1977	Seppo Peltola	LauttakLu	213
1978	Jari Simola	JKU	211
1979	Seppo Haavisto	LauttakLu	214
1980	Jarmo Myllymäki	OulaiHu	214
1981	Ossi Aura	KauhajKa	214
1982	Jouko Kilpi	VirtU	217
1983	Seppo Haavisto	JKU	216
1984	Mikko Levola	KosKa	223
1985	Seppo Haavisto	JKU	216
1986	Matti Viitala	PyhäjPo	217
1987	Mikko Levola	KuortKu	219
1988	Mikko Levola	KuortKu	219
1989	Matti Viitala	PyhäjPo	222
1990	Matti Viitala	PyhäjPo	218
1991	Ari Laitinen	KarhU	216
1992	Matti Viitala	PyhäjPo	220
1993	Juha Isolehto	VaasVa	222
1994	Juha Isolehto	VaasVa	224
1995	Matti Viitala	PyhäjPo	220
1996	Mika Polku	VirtU	227
1997	Mika Polku	VirtU	213
1998	Mika Polku	VirtU	216
1999	Mika Polku	VirtU	221
2000	Oskari Frösén	KristLä	228
2001	Oskari Frösén	KristLä	221
2002	Mika Polku	VirtU	220
2003	Oskari Frösén	KristLä	225
2004	Oskari Frösén	KristLä	224
2005	Oskari Frösén	KristLä	224
2006	Osku Torro	JKU	226
2007	Oskari Frösén	KristLä	220
2008	Oskari Frösén / 7	KristLä	218
2009	Niko Kyyhkynen	EspTa	219
2010	Osku Torro	JKU	225
2011	Jussi Viita	TampPy	220

2012	Jussi Viita	TampPy 217
2013	Jussi Viita	TampPy 219
2014	Jussi Viita	TampPy 221
2015	Mauri Kaattari	HimU 216
2016	Miro Rastas	RaisKu 211
2017	Valtteri Mattila	ÄänUrh 208
2018	Samuli Eriksson	SalVil 207
2019	Daniel Kosonen	TampPy 209
2020	Daniel Kosonen	TampPy 211
2021	Daniel Kosonen	TampPy 212
2022	Daniel Kosonen	TampPy 212

Seiväs

1962	Pentti Nikula	SomerEsa 450
1963	Kauko Nyström	SomerEsa 440
1964	Pentti Nikula	seuraton 480
1965	Erkki Mustakari	HKV 470
1966	Erkki Mustakari	HKV 470
1967	Altti Alarotu	LaSa 490
1968	Risto Ivanoff	TuUL 480
1969	Unto Sjö	LovTor 480
1970	Risto Ivanoff	TuUL 480
1971	Antti Kalliomäki	SiikSi 510
1972	Antti Kalliomäki	SiikSi 532
1973	Risto Ivanoff	TuTo 500
1974	Antti Kalliomäki	HKV 525
1975	Antti Kalliomäki	HKV 525
1976	Antti Kalliomäki	HKV 515
1977	Tapani Haapakoski	YlivKu 510
1978	Rauli Pudas	AlavVi 525
1979	Tapani Haapakoski	YlivKu 540
1980	Antti Kalliomäki / 6	VantSa 545
1981	Tapani Haapakoski	YlivKu 546
1982	Rauli Pudas	AlavVi 540
1983	Kimmo Pallonen	RaahVe 540
1984	Kimmo Pallonen	RaahVe 545
1985	Kimmo Pallonen	RaahVe 530
1986	Asko Peltoniemi	ValkHa 540
1987	Asko Peltoniemi	ValkHa 550
1988	Harri Palola	YlivKu 545
1989	Asko Peltoniemi	ValkHa 550
1990	Asko Peltoniemi	ValkHa 561
1991	Asko Peltoniemi	ValkHa 570
1992	Jani Lehtonen	KUU 550
1993	Jani Lehtonen	KUU 562
1994	Petri Peltoniemi	RaahVe 538
1995	Petri Peltoniemi	RaahVe 550
1996	Heikki Vääräniemi	OulPy 560
1997	Vesa Rantanen	VirtU 550
1998	Heikki Vääräniemi	OulPy 546
1999	Heikki Vääräniemi	OulPy 545
2000	Vesa Rantanen	VirtU 550
2001	Jarno Koivunen	TurWe 535
2002	Mikko Latvala	HaapajKi 550
2003	Toni Latvala	HaapajKi 545
2004	Matti Mononen	ImatrU 560
2005	Mikko Latvala	HaapajKi 546
2006	Matti Mononen	ImatrU 549
2007	Matti Mononen	ImatrU 540
2008	Matti Mononen	ImatrU 540

2009	Vesa Rantanen	VirtU	545
2010	Eemeli Salomäki	SomEsa	532
2011	Jere Bergius	TampPy	540
2012	Eemeli Salomäki	SomEsa	545
2013	Eemeli Salomäki	SomEsa	545
2014	Eemeli Salomäki	SomEsa	532
2015	Eemeli Salomäki	SomEsa	530
2016	Matti Mononen	LUM	545
2017	Urho Kujanpää	TampPy	555
2018	Urho Kujanpää	TampPy	540
2019	Urho Kujanpää	TampPy	555
2020	Urho Kujanpää	TampPy	540 (jaettu mestaruus)
2020	Tommi Holttinen	SomEsa	540
2021	Urho Kujanpää	TampPy	566
2022	Urho kujanpää / 6	TampPy	550

Pituus

1962	Juhani Manninen	ToivRi	732
1963	Olli-Pekka Hartikainen	LauttasPy	743
1964	Reijo Toivonen	LahdU	751
1965	Reijo Toivonen	LahdU	734
1966	Pentti Eskola	TPU	775
1967	Hannu Kyösola	MiKV	727
1968	Kari Palmén	HKV	734
1969	Mauri Myllymäki	SaarijPu	735
1970	Hannu Kyösola	LaSa	753
1971	Kari Palmén	HKV	750
1972	Reijo Toivonen	KU-58	785
1973	Hannu Kyösola	ViipU	767
1974	Kari Palmén	HKV	755
1975	Tapani Taavitsainen	ViipU	760
1976	Erkki Päivärinta	MuurYr	749
1977	Esko Elsilä	YlivKu	746
1978	Pentti Raitanen	UrjalU	726
1979	Arto Ikonen	JoutsPo	748
1980	Arto Ikonen	JoutsPo	755
1981	Pentti Raitanen	UrjU	753
1982	Jarmo Kärnä	JoKa	761
1983	Jarmo Kärnä	JoKa	763
1984	Jarmo Kärnä	JoKa	770
1985	Jarmo Kärnä	JoKa	761
1986	Jarmo Kärnä	LahdA	772
1987	Jarmo Kärnä	LahdA	769
1988	Jarmo Kärnä	LahdA	795
1989	Juha Kivi	TampPy	784
1990	Jarmo Kärnä	LahdA	787
1991	Mika Kahma	SaarijPu	764
1992	Jarmo Kärnä / 9	LahdA	784
1993	Petri Keskitalo	OulPy	744
1994	Kenneth Kastrén	KronÅs	772
1995	Mika Kahma	SaarijPu	770
1996	Mika Kahma	SaarijPu	772
1997	Tommi Vuorinen	TuUL	737
1998	Samsa Tuikka	ToholU	731
1999	Niklas Rorarius	TampPy	755
2000	Robert Strandvall	KronÅs	755
2001	Simon Sundstén	PedersFa	760
2002	Kenneth Kastrén	HIFK	781
2003	Tommi Evilä	TampPy	750
2004	Juho-Matti Pimiä	LUM	737

2005	Petteri Lax	LauttakLu	728
2006	Samir Abbassi	KuortKu	756
2007	Petteri Lax	LauttakLu	777
2008	Petteri Lax	LauttakLu	786
2009	Tommi Evilä	TampPy	790
2010	Tommi Evilä	TampPy	787
2011	Otto Kilpi	NokU	773
2012	Eero Haapala	IkaalU	773
2013	Eero Haapala	IkaalU	803
2014	Henri Väyrynen	KajKi	766
2015	Kristian Pulli	KaipVi	777
2016	Kristian Bäck	VasaIS	763
2017	Simo Lipsanen	LUM	776
2018	Henri Väyrynen	KajKi	776
2019	Roni Ollikainen	HKV	786
2020	Topias Koukkula	KangU	767
2021	Simo Lipsanen	LUM	757
2022	Otto Pulkkinen	ImU	736

3-loikka

1962	Kari Rahkamo	HKV	14,93
1963	Yrjö Tamminen	LopLa	15,09
1964	Kauko Ketolainen	JKU	14,92
1965	Stig Bäcklund	IK-32	15,17
1966	Pertti Pousi	HKV	16,18
1967	Jorma Gröhn	JoKa	15,04
1968	Jorma Gröhn	JoKa	15,38
1969	Esa Rinne	HKT	15,58
1970	Jorma Gröhn	JoKa	15,47
1971	Esa Rinne	HKT	15,36
1972	Pentti Kuukasjärvi	PudU	15,62
1973	Esa Rinne	HKT	16,30
1974	Erik Jansson	HKT	15,06
1975	Pentti Kuukasjärvi	ONMKYU	15,87
1976	Pentti Kuukasjärvi	ONMKYU	16,22
1977	Pentti Kuukasjärvi	ONMKYU	15,85
1978	Pentti Kuukasjärvi	ONMKYU	15,84
1979	Hannu Puhakka	JoKa	16,39
1980	Olli Pousi	KouvU	16,35
1981	Stefan von Gerich	ViipU	16,04
1982	Markku Rokala	KU-58	15,55
1983	Markku Rokala	KU-58	16,02
1984	Markku Rokala	KU-58	16,23
1985	Markku Rokala	KU-58	15,91
1986	Timo Utriainen	OulPy	15,86
1987	Markku Rokala	KU-58	15,71
1988	Heikki Herva	LapLu	15,99
1989	Mikko Levola	KuortKu	16,09
1990	Heikki Herva	LapLu	16,19
1991	Jari Lämsä	OulPy	15,73
1992	Markku Rokala	KU-58	15,98
1993	Johan Meriluoto	BorgAk	15,95
1994	Marko Leino	PuistPy	16,14
1995	Heikki Herva	KuortKu	16,00
1996	Janne Kinnunen	ViitasVi	15,96
1997	Mikael Inkeroinen	VantSa	15,62
1998	Jyri Hänninen	LUM	15,52
1999	Mikael Inkeroinen	VantSa	15,98
2000	Antti Rintakoski	LauttakLu	15,88
2001	Johan Meriluoto	BorgAk	16,51

2002	Johan Meriluoto	BorgAk	16,31
2003	Tommi Evilä	TampPy	15,55
2004	Janne Harju	LahdA	15,38
2005	Johan Meriluoto	BorgAk	16,22
2006	Johan Meriluoto	BorgAk	15,83
2007	Aleksi Tammentie	TU-38	15,36
2008	Mikael Inkeroinen	HKV	15,16
2009	Aleksi Tammentie	TU-38	15,70
2010	Aleksi Tammentie	TU-38	15,83
2011	Aleksi Tammentie	TU-38	15,72
2012	Aleksi Tammentie	TU-38	15,66
2013	Kristian Pulli	KaipVi	15,57
2014	Aleksi Tammentie	TU-38	16,06
2015	Aleksi Tammentie / 7	TU-38	15,87
2016	Simo Lipsanen	LUM	16,08
2017	Simo Lipsanen	LUM	16,71
2018	Simo Lipsanen	LUM	16,07
2019	Simo Lipsanen	LUM	16,34
2020	Simo Lipsanen	LUM	16,22
2021	Simo Lipsanen	LUM	16,25
2022	Topias Koukkula	TuUL	15,75

Kuula

1962	Raimo Vedenoja	HNMKYU	16,35
1963	Seppo Simola	HKV	17,18
1964	Seppo Simola	HKV	17,58
1965	Matti Yrjölä	KyröskPo	17,27
1966	Seppo Simola	LauttasPy	17,80
1967	Antero Juntto	LuumPo	17,88
1968	Matti Yrjölä	KyröskPo	17,62
1969	Tapio Rauhala	HankasHa	17,09
1970	Jarmo Kunnas	LauttasPy	17,85
1971	Seppo Simola	TuRi	18,64
1972	Seppo Simola	TuRi	18,87
1973	Matti Yrjölä	KyröskPo	19,12
1974	Reijo Ståhlberg	FiskIF	19,64
1975	Jarmo Kunnas	EVU	18,12
1976	Reijo Ståhlberg	FiskIF	18,77
1977	Reijo Ståhlberg	EsboIF	20,27
1978	Kari Töyrylä	LaSa	17,23
1979	Reijo Ståhlberg	EsboIF	20,54
1980	Heikki Vanhanen	HyvTa	18,06
1981	Reijo Ståhlberg	EsboIF	19,67
1982	Reijo Ståhlberg / 6	EsboIF	19,06
1983	Olli Kanervisto	TuUL	19,36
1984	Olli Kanervisto	TuUL	18,41
1985	Kari Töyrylä	EspVo	18,95
1986	Janne Ronkainen	KarhU	19,32
1987	Janne Ronkainen	KarhVe	18,63
1988	Jari Kuoppa	KauhajKa	19,01
1989	Janne Ronkainen	KarhVe	19,43
1990	Petri Torniainen	KarhVe	17,89
1991	Petri Torniainen	KuusankKi	18,70
1992	Petri Torniainen	KuusankKi	18,80
1993	Antero Paljakka	MyllykKV	19,11
1994	Mika Halvari	KemKu	19,80
1995	Mika Halvari	KemKu	20,83
1996	Mika Halvari	KemKu	20,75
1997	Mika Halvari	KemKu	20,22
1998	Mika Halvari	KemKu	20,78

1999	Arsi Harju	PerhKi	19,52
2000	Mika Halvari / 6	KemKu	21,29
2001	Timo Aaltonen	TuUL	19,99
2002	Tepa Reinikainen	KangasnKa	20,25
2003	Tepa Reinikainen	KangasnKa	20,69
2004	Ville Tiisanoja	KU-58	20,59
2005	Conny Karlsson	PargIF	19,47
2006	Ville Tiisanoja	KU-58	19,96
2007	Robert Häggblom	VasaIS	20,07
2008	Robert Häggblom	VasaIS	19,92
2009	Mika Vasara	PieksVe	18,49
2010	Conny Karlsson	IFRaseb	17,65
2011	Tomas Söderlund	IFRaseb	18,11
2012	Tomas Söderlund	IFRaseb	18,29
2013	Tomas Söderlund	IFRaseb	18,59
2014	Arttu Kangas	KanksLei	19,39
2015	Arttu Kangas	KanksLei	20,09
2016	Arttu Kangas	KanksLei	19,45
2017	Arttu Kangas	KanksLei	20,18
2018	Arttu Kangas	KanksLei	19,90
2019	Arttu Kangas / 6	KanksLei	19,02
2020	Eero Ahola	PorinYU	18,68
2021	Arttu Korkeasalo	LielKi	18,93
2022	Arttu Korkeasalo	LielKi	17,88

Paino (15,88kg)

1962	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
1963	Reino Suuripää	TPU	19,04
1964	Reino Suuripää	TPU	19,33
1965	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
1966	Pekka Salonen	TampPy	19,38
1967	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
1968	Kauko Harlos	TuTo	17,02
1969	Kauko Harlos	TuTo	18,22
1970	Kauko Harlos / 3	TuTo	19,72
1971-	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		

Kiekko

1962-85	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
1986	Raimo Vento	LUM	56,94
1987	Raimo Vento	LUM	60,80
1988	Raimo Vento	LUM	57,80
1989	Raimo Vento	LUM	57,80
1990	Tapani Alentola	VesilVi	53,12
1991	Heikki Hollmén	OulPy	55,62
1992	Heikki Hollmén	OulPy	58,30
1993	Martti Halmesmäki	LapuaVi	57,26
1994	Mika Muukka	HKV	55,96
1995	Mika Muukka	HKV	56,06
1996	Harri Uurainen	LaunÄr	59,74
1997	Timo Sinervo	IkaalU	58,10
1998	Timo Tompuri	PorvU	59,24
1999	Timo Tompuri	PorvU	60,11
2000	Timo Tompuri	PorvU	63,44
2001	Timo Tompuri	PorvU	62,20
2002	Timo Tompuri / 5	HKV	62,73
2003	Mika Loikkanen	JärvPa	61,37
2004	Mikko Kyyrö	KeravU	60,21
2005	Mika Loikkanen	JärvPa	62,35
2006	Mikko Kyyrö	KeravU	60,55

2007	Frantz Kruger	VasaIS	62,39
2008	Frantz Kruger	VasaIS	61,95
2009	Frantz Kruger	VasaIS	59,70
2010	Mikko Kyyrö	KeravU	60,31
2011	Mikko Kyyrö	KeravU	60,08
2012	Mikko Kyyrö / 5	KeravU	58,87
2013	Jouni Walden	IkaalU	56,85
2014	Jouni Walden	IkaalU	58,11
2015	Pyry Niskala	VasaIS	58,48
2016	Pyry Niskala	SSU	55,88
2017	Pyry Niskala	SSU	61,43
2018	Ville Kivioja	NokU	54,30
2019	Oskari Perälampi	EspTa	54,97
2020	Oskari Perälampi	EspTa	54,49
2021	<i>Peruttiin (korona)</i>		
2022	Rami Kankaanpää	IlmajKi	50,73

Moukari (Talvimestaruuskilpailut ulkoradalla)

1962-86 *Ei lajiohjelmassa.*

1987	Juha Tiainen	LUM	70,64
1988	Juha Tiainen	LUM	73,92
1989	Esa Jantunen	ParikkU	69,00
1990	Juha Tiainen / 3	LUM	73,94
1991	Lasse Akselin	FoSa	71,36
1992	Esa Jantunen	LUM	73,94
1993	Tero Tallinen	InkerTe	61,82
1994	Taisto Vierimaa	AlavVi	66,98
1995	Marko Wahlman	PoTF	73,44
1996	Marko Wahlman	PoTF	67,56
1997	Tapani Rissanen	LeppäviU	41,54
1998	Olli-Pekka Karjalainen	TöysVe	67,36
1999	Mikko Dannbäck	EspTa	70,42
2000	Mikko Dannbäck	EspTa	67,64
2001	Samu-Petri Simo	JKU	71,33
2002	Mikko Dannbäck / 3	EspTa	67,24
2003	Antti Vierula	ÄhtärU	61,24
2004	Dorian Collaku	KuortKu	68,74
2005	Dorian Collaku	KuortKu	71,13
2006	Dorian Collaku / 3	KuortKu	69,73
2007	David Söderberg	IFVOM	72,37
2008	Lasse Luotonen	PoYU	70,88
2009	Juha Kauppinen	KangKi	67,93
2010	David Söderberg	IFVOM	73,92
2011	Juha Kauppinen	KangKi	69,21
2012	Mats Granö	OulPy	70,14
2013	Tuomas Seppänen	NoorNo	69,18
2014	Tuomas Seppänen	NoorNo	72,37
2015	Waltteri Lahtinen	NoorNo	64,30
2016	Jesse Lehto	KaustPV	71,89
2017	Henri Liipola	SomEsa	72,02
2018	Tommi Remes	KiuruvU	69,58
2019	Tuomas Seppänen / 3	NoorNo	71,26
2020	<i>Peruttiin (korona)</i>		
2021	Henri Liipola	SomEsa	71,06
2022	Henri Liipola / 3	SomEsa	69,93

Keihäs

1962-85 *Ei lajiohjelmassa.*

1986	Seppo Rätty	TohmajU	74,92
1987	Jyrki Blom	VehkalVe	72,00

1988	Seppo Rätty	TohmajU 76,10
1989	Seppo Rätty	TohmajU 76,12
1990	Seppo Rätty	TohmajU 81,48
1991	Seppo Rätty	TohmajU 82,44
1992	Seppo Rätty / 6	TohmajU 80,44
1993	Aki Parviainen	PyhäseU 78,18
1994	Harri Hakkarainen	KaavKa 79,72
1995	Juha Laukkanen	LaukkalLu 80,84
1996	Matti Närhi	ViitasVi 85,78
1997	Sami Saksio	OulPy 79,08
1998	Harri Hakkarainen	KaavKa 82,10
1999	Petri Kupiainen	KitU 62,74
2000	Ari Pakarinen	JoKa 72,76
2001	Jarkko Koski-Vähälä	UllavKi 70,81
2002	Pauli Piiparinen	IitPy 73,96
2003	Marko Kantanen	AlajAn 72,41
2004	Petri Hyrkäs	EurTU 57,94
2005	Marko Kantanen	AlajAn 73,85
2006	Mika Aalto	RuovRy 66,65
2007	Toni Tuiskunen	HamarElo 70,83
2008	Mika Nevasaari	PalosUS 60,99
2009	Topi Tarhonen	PuumalVi 61,91
2010	Mikko Löppönen	JoKa 69,24
2011	Mikko Löppönen	JoKa 70,58
2012	Mika Aalto	RuovRy 70,04
2013	Eetu Vanhamäki	VimpVe 69,30
2014	Eetu Vanhamäki	VimpVe 62,43
2015	Joni Karvinen	TampPy 67,17
2016	Petri Lähti	SSU 53,94
2017	Petri Lähti	SSU 54,94
2018	Jere Salo	LauttLu 60,97
2019	Joni Karvinen	JoensKa 68,70
2020	<i>Peruttiin (korona)</i>	
2021	<i>Peruttiin (korona)</i>	
2022	Leevi Lindi	KeitKu 66,37

7-ottelu

1962-78 *Ei lajiohjelmassa.*

1979	Olli Käenniemi	LuopLu 5105
1980	Jan-Erik Romar	IFNykarlebyn 5375
1981	Jan-Erik Romar	IFNykarlebyn 5185
1982	Olli Käenniemi	LuopLu 4900
1983	Olli Käenniemi	LuopLu 5114
1984	Kari-Pekka Lax	LauttakLu 5679
1985	Risto Heinonen	KangU 5188
1986	Tero Heikkinen	KangasnKa 4791
1987	Henrik Broman	EkenIF 6177 (8-ottelu)
1988	Jari Valtonen	TuPy 5722 (8-ottelu)
1989	Petri Keskitalo	RaahVe 6352 (8-ottelu)
1990	Jari Perälä	VarkKV 5118
1991	Kaj Ekman	VIS 5280
1992	Juha Laasanen	LappajVe 5198
1993	Juha Laasanen	LappajVe 5359
1994	Petri Keskitalo	OulPy 5859
1995	Petri Keskitalo	OulPy 6026
1996	Jarkko Finni	KauhWi 5562
1997	Petri Nykänen	ÄhtärU 5381
1998	Janne Werner	VähänkVi 5097
1999	Petri Nykänen	ÄhtärU 5327
2000	Jari Olli	LappajVe 5504

2001	Vesa Rantanen	VirtU	5810
2002	Jaakko Ojaniemi	PeräseinTo	5929
2003	Harri Laiho	HKV	5221
2004	Lassi Raunio	TampPy	5503
2005	Lassi Raunio	TampPy	5721
2006	Lassi Raunio	TampPy	5680
2007	Jari Olli	EvijU	5446
2008	Lassi Raunio / 4	TampPy	5565
2009	Vesa Rantanen	VirtU	5515
2010	Antti Miihkinen	EsboIF	5224
2011	Sami Itani	JKU	5434
2012	Tero Ojala	LohtVei	5360
2013	Mauri Kaattari	HimU	5519
2014	Samuli Bryggare	HKV	5536
2015	Thomas Barrineau	KuopRei	5537
2016	Juuso Hassi	OrPo	5352
2017	Juuso Hassi	OrPo	5434
2018	Elmo Savola	LappVei	5639
2019	Elmo Savola	LappVei	5473
2020	Leo Uusimäki	KU-58	5516
2021	Juuso Hassi	OrPo	5357
2022	Juuso Toivonen	ÄhtU	5462

4x80 m

1962-92 *Ei lajiohjelmassa.*

1993	KuopNMKY (Teemu Kauppi, Sami Länsivuori, Tapani Keränen, Petteri Malinen)	34,60
1994-	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>	

4x2-400 m

1962-1971,1978,1982-1987 *Ei lajiohjelmassa.*

1972	PorPy	1.24,2	(4x170m)jaettu
	ViipU	1.24,2	(4x170m) mest.
1972	TuTo	2.56,2	(4x340m)
1973	HKV	1.21,5	(4x170m)
1973	ViipU	2.54,8	(4x340m)
1974	HKV (Per Westerlund, Jorma Jaakkola, Markku Aalto, Max Nyman)	1.25,8	(4x189,68m)
1974	ViipU (Ensio Lankinen, Heikki Kyösola, Ari Salin, Markku Taskinen)	3.12,5	(4x379,36m)
1975	PorPy (Matti Kröger, Timo Malin, Lasse Malin, Matti Malin)	1.21,2	(4x170m)
1975	ViipU (Ensio Lankinen, Hannu Kyösola, Jaakko Halonen, Markku Taskinen)	2.55,7	(4x340m)
1976	TampPy (Jorma Heljopuro, Pekka Nurmela, Esa Nurminen, Markku Juhola)	2.55,1	(4x340m)
1977	HKV (Ari Viitala, Esa Merikallio, Jyrki Riikinsaari, Jaakko Raulo)	2.53,38	(4x340m)
1979	ONMKYU (Jouko Hassi, Kari Ala-Aho, Olavi Ala-Aho, Jaakko Kemola)	2.31,8	(4x308m)
1980	ONMKYU	3.14,9	(4x380m)
1981	TuTo (Jari Niemelä, Jukka Paajanen, Markku Laine, Hannu Mykrä)	3.10,92	(4x379,36m)
1988	TuUL (Jari Salonen, Jari-Pekka Mikkola, Mikko Nakolinna, Alberto von Hellens)	2.19,76	(4x300 m)
1989	TuUL (Alberto von Hellens, Jari Salonen, Ari Salonen, Mikko Nakolinna)	2.19,93	(4x300 m)
1990	TuUL (Jari Salonen, Kari Louramo, Tomi Kankare, Jarkko Lehtonen)	1.20,84	(4x170 m)
1991	HKV (Jari Saarinen, Jussi Miettinen, Lasse Juusela, Matti Heusala)	2.19,96	(4x300 m)
1992	JKU (Pasi Valoranta, Markku Koistinen, Mauri Siekkinen, Harri Kivelä)	2.20,23	(4x300 m)
1993	HKV (Mikko Valle, Janne Andberg, Vesa-Pekka Pihlavisto, Jari Saarinen)	2.38,87	(4x337m)
1994	HKV (Lasse Juusela, Janne Andberg, Tommi Hartonen, Vesa-Pekka Pihlavisto)	1.27,99	(4x200m)
1994	NärpKr (Staffan Holmberg, Stefan Ivars, Thomas Asp, Hans Nordman)	3.18,16	(4x400m)
1995	HKV (Lasse Juusela, Mikko Valle, Tommi Hartonen, Janne Andberg)	2.19,02+	(4x300m)
1996	KuopSV (Hannu Heiskanen, Janne Koponen, Sami Länsivuori, Henri Lomu)	2.40,67	(4x337 m)
1997	JKU (Miska Viiri, Harri Kivelä, Teemu Kauppi, Teemu Tapper)	1.27,69	(4x190m)
1998	LUM (Kim Lesch, Samu Pyyhtiä, Kristo Enqvist, Petri Pohjonen)	2.20,83	(4x300m)
1999	HKV (Sauli Pahlman, Tuomas Näsi, Vesa-Pekka Pihlavisto, Tommi Hartonen)	1.27,46	(4x200 m)
2000	OulPy (Ville Vakkuri, Esa Valaja, Kimmo Haapasalo, Janne Mäkelä)	2.41,87	(4x337m)
2001	NärpKr (René Michelsson, Thomas Asp, Mikael Asp, Mikael Bäck)	2.23,86	(4x304,1m)
2002	HKV (Antti Pirttimäki, Oki Vuonoranta, Heikki Soini, Kalle Simpanen)	2.22,54	(4x300 m)

2003	KajKi	(Toni Leskinen, Petri Huovinen, Pertti Huovinen, Saku Kostet)	1.30,83 (4x200 m)
2004	LahdA	(Markus Tuomela, Sampo Palonen, Wilson Kirwa, Juha Kukkamo)	1.30,19 (4x200 m)
2005	LahdA	(Marko Soukkio, Markus Tuomela, Juha Kukkamo, Wilson Kirwa)	1.21,93 (4x170 m)
2006	NoorNo	(Hannu Poussu, Matti Välimäki, Vesa Pesola, Tommi Poussu)	2.20,82 (4x300 m)
2007	NärpKr	(Mats-Johan Hagman, Richard Mitts, Joakim Ålund, Johan Nordmyr)	1.30,28 (4x190 m)
2008	EsboIF	(Oki Vuonoranta, Tobias Öhman, Robert Rotkirch, Jan Bosas)	2.35,94 (4x325,33 m)
2009	NoorNo	(Tommi Poussu, Matti Välimäki, Hannu Poussu, Lauri Kohtamäki)	3.17,87+ (4x400m)
2010	NärpKr	(Markus Norrgård, Mats-Johan Hagman, Johan Nordmyr, Jonathan Åstrand)	1.21,79 (4x170 m)
2011	JKU	(Petteri Monni, Juho Kaihljärvi, Teemu Kejonen, Valtteri Ahtamo)	1.29,70 (4x200m)
2012	HIFK	(Jussi Kanervo, Gustav Klingstedt, Don-Zheni Ekoebve, Eric Back)	2.20,58 (4x300m)
2013	HKV	(Matias Linkoaho, Niko Pronin, Hannes Siitonen, Ossi Linkoaho)	1.28,52 (4x200m)
2014	EsboIF	(Tobias Öhman, Roope Saarinen, Tommi Eerola, Oskari Mörö)	1.26,14 (4x190m)
2015	TampPy	(Lauri Alasaukko-oja, Valtteri Toimela, Jaakko Laakso, Ville Aarnivala)	2.21,41 (4x300m)
2016	TampPy	(Markus Koivula, Ville Aarnivala, Jaakko Laakso, Jani Koskela)	2.19,66 (4x300m)
2017	JKU	(Petteri Monni, Elmo Lakka, Miska Sundberg, Ilari Manninen)	1.28,56 (4x200m)
2018	HIFK	(Heikki Chen, Don-Zheni Ekoebve, Anton Tallbacka, Eric Back)	1.29,64 (4x200m)
2019	HKV	(Matias Linkoaho, Tommi Mäkinen, Chibunna Ezeabasirim, Niko Viljola)	11 2.40,82 (4x337m)
2020	EsboIF	(Jonathan Brace, Tuukka Huuskola, Roope Saarinen, Oskari Mörö)	2.20,15 (4x300m)
2021	JKU	(Konsta Alatupa, Viljami Kaasalainen, Ilari Manninen, Elmo Lakka)	1.27,46 (4x200m)
2022	JKU	(Konsta Alatupa, Ilari Manninen, Santeri Kuusiniemi, Viljami Kaasalainen)	2.40,09 (4x337m)

Naiset

60 m

1962	Tuovi Vahtera	HNU	7,8
1963	Sirkka Norrlund	VaasVa	7,9
1964	Sirkka Norrlund	VaasVa	7,8
1965	Sirkka Norrlund	VaasVa	8,0
1966	Orvokki Ojala	VaasVa	7,2 (60 jaardia)
1967	Marika Eklund	HangIK	8,0
1968	Sirkka Norrlund	VaasVa	7,7
1969	Marika Eklund	HangIK	7,8
1970	Tuula Rautanen	LaSa	7,9
1971	Tuula Rautanen	LaSa	7,5
1972	Tuula Rautanen	HollU	7,4
1973	Mona-Lisa Strandvall	GIF	7,4
1974	Mona-Lisa Pursiainen	GIF	7,2
1975	Tuula Rautanen	HollU	7,3
1976	Mona-Lisa Pursiainen	GIF	7,1
1977	Mona-Lisa Pursiainen	GIF	7,54
1978	Helinä Laihorinne	HKV	7,57
1979	Helinä Laihorinne	HKV	7,38
1980	Helinä Laihorinne	KauhajKa	7,33
1981	Margareetta Honkaharju	KälvtA	7,60
1982	Helinä Laihorinne	KauhajKa	7,31
1983	Margareetta Honkaharju	KälvtA	7,65
1984	Margareetta Honkaharju	KälvtA	7,57
1985	Sisko Markkanen	VesannU	7,51
1986	Kaisa Moilanen	KemijU	7,60
1987	Sisko Markkanen	VesannU	7,40
1988	Sisko Markkanen	VesannU	7,30
1989	Sisko Markkanen	VesannU	7,25
1990	Sisko Markkanen	VesannU	7,22
1991	Sisko Markkanen	VesannU	7,25
1992	Sisko Markkanen	VesannU	7,28
1993	Sisko Markkanen / 8	VesannU	7,32
1994	Sanna Hernesniemi	TuUL	7,35
1995	Sanna Hernesniemi	TuUL	7,22
1996	Sanna Hernesniemi	TuUL	7,29

1997	Sanna Hernesniemi	TuUL	7,29
1998	Johanna Halkoaho	SuodennU	7,47
1999	Heidi Hannula	OulPy	7,33
2000	Sanna Kyllönen	TuUL	7,24
2001	Johanna Manninen	NurmU-99	7,27
2002	Johanna Manninen	NurmU-99	7,34
2003	Elina Lax	SäkylU	7,48
2004	Heidi Hannula	OulPy	7,35
2005	Heidi Hannula	OulPy	7,29
2006	Heidi Hannula	OulPy	7,27
2007	Ilona Ranta	LUM	7,34
2008	Johanna Manninen	JKU	7,39
2009	Seyi Omojuwa	LahdA	7,49
2010	Ilona Ranta	LUM	7,49
2011	Milja Thureson	TuTo	7,58
2012	Hanna-Maari Latvala	JKU	7,44
2013	Hanna-Maari Latvala	JKU	7,34
2014	Hanna-Maari Latvala	JKU	7,30
2015	Hanna-Maari Latvala	JKU	7,38
2016	Jasmin Showlah	HIFK	7,46
2017	Anniina Kortetmaa	KannUrh	7,45
2018	Anniina Kortetmaa	KannUrh	7,47
2019	Milja Thureson	TuTo	7,46
2020	Lotta Kempainen	HIFK	7,33
2021	Lotta Kempainen	HIFK	7,16
2022	Lotta Kempainen	HIFK	7,26

200 m

1962-63 *Ei lajiohjelmassa.*

1964	Hilkka Ahlström	HNU	20,9 (150 m)
1965	Eeva Haimi	KouvU	26,9

1966-81 *Ei lajiohjelmassa.*

1982	Anne-Elina Palonen	TampPy	25,51
1983	Anne-Elina Palonen	TampPy	24,96
1984	Anne-Elina Palonen	TampPy	24,99
1985	Sisko Markkanen	VesannU	25,04
1986	Jaana Niemi	TuTo	24,47
1987	Sisko Markkanen	VesannU	24,09
1988	Sisko Markkanen	VesannU	23,70
1989	Sisko Markkanen	VesannU	23,56
1990	Sisko Markkanen	VesannU	23,95
1991	Sisko Markkanen/ 6	VesannU	23,11 +
1992	Sanna Hernesniemi	TuUL	23,29
1993	Sanna Hernesniemi	TuUL	23,52
1994	Sanna Hernesniemi	TuUL	24,03
1995	Sanna Hernesniemi	TuUL	23,30
1996	Sanna Hernesniemi	TuUL	23,32
1997	Sanna Hernesniemi/ 6	TuUL	24,21
1998	Johanna Manninen	NurmJy	24,08
1999	Katja Salivaara	MiKV	24,63
2000	Johanna Manninen	NurmU-99	23,43
2001	Johanna Manninen	NurmU-99	23,50
2002	Johanna Manninen	NurmU-99	23,88
2003	Sari Keskitalo	PellPo	24,42
2004	Johanna Manninen	NurmU-99	23,57
2005	Katja Salivaara	MiKV	25,30
2006	Sari Keskitalo	PellPo	23,99
2007	Sari Keskitalo	PellPo	24,21
2008	Sari Keskitalo	PellPo	24,07
2009	Sari Keskitalo	PellPo	24,18

2010	Sari Keskitalo / 6	PellPo	24,83	
2011	Ella Räsänen	TampPy	24,13	
2012	Minna Laukka	JKU	24,07	
2013	Hanna-Maari Latvala	JKU	23,32	
2014	Hanna-Maari Latvala	JKU	24,03	
2015	Hanna-Maari Latvala	JKU	23,55	
2016	Jonna Berghem	HIK	23,76	
2017	Jonna Berghem	HIK	24,26	
2018	Anna Hämäläinen	SSU		24,30
2019	Aino Pulkkinen	JKU	23,82	
2020	Aino Pulkkinen	JKU	24,14	
2021	Mette Baas	VeitsilKV	24,05	
2022	Aino Pulkkinen	JKU	23,70	

400 m

1962-63 *Ei lajiohjelmassa.*

1964	Anitta Aittala	TuRi	61,3	
1965	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>			
1966	Orvokki Ojala	VaasVa	41,7 (300 m)	
1967	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>			
1968	Eeva Haimi	KouvU	59,3	
1969	Eeva Haimi	KouvU	59,7	
1970	Riitta Hagman	ViipU	61,0	
1971	Arja Niinimäki	PoTa	60,2	
1972	Pirkko Helenius	NummKip	58,8	
1973	Yvonne Hannus	HangIK	59,5	
1974	Riitta Salin	ViipU	55,9	
1975	Mona-Lisa Pursiainen	GIF	55,6	
1976	Riitta Salin	ViipU	52,9	
1977	Barbro Lindström	EsboIF	56,47	
1978	Yvonne Hannus	KarIK	56,62	
1979	Barbro Ahonen	EsboIF	54,3	
1980	Barbro Ahonen	EsboIF	55,03	
1981	Terhi Tarkiainen	KouvU	57,97	
1982	Leena Kostiaainen	LuopLu	57,23	
1983	Tuija Helander	EuRa	55,79	
1984	Riitta Vesanen	HKV	56,13	
1985	Riitta Vesanen	HKV	57,49	
1986	Arja Viljanmaa	TuUL	56,02	
1987	Leena Hyry	OulPy	56,27	
1988	Sonja Finell	VIS	55,79	
1989	Sonja Finell	VIS	55,10	
1990	Sonja Finell	VIS	56,28	
1991	Sari Raumala	MiKV	53,75	
1992	Sonja Finell / 4	VIS	54,19	
1993	Aila Haikkonen	LahdA	54,89	
1994	Lotta Bryggare	HKV	56,16	
1995	Sari Kärkäs	SomEsa	55,61	
1996	Lotta Bryggare	HKV	55,84	
1997	Pirpa Menonen	TampPy	56,45	
1998	Pirpa Menonen	TampPy	56,29	
1999	Milla Kelo	JärvPa	57,29	
2000	Pirpa Menonen	TampPy	56,46	
2001	Suvi Myllymäki	KokkVe	55,45	
2002	Suvi Myllymäki	HKV	55,25	
2003	Milla Kelo	JärvPa	55,66	
2004	Suvi Myllymäki	HKV	55,59	
2005	Suvi Myllymäki / 4	HKV	56,34	
2006	Kirsi Mykkänen	KuopSV	53,61	
2007	Jenniina Halkoaho	SuodennU	56,21	

2008	Karin Storbacka	PedersFa	56,03
2009	Karin Storbacka	PedersFa	54,83
2010	Anniina Laitinen	HKV	57,71
2011	Anniina Laitinen	HKV	56,30
2012	Ella Räsänen	TampPy	54,71
2013	Ella Räsänen	TampPy	52,99
2014	Eliisa Räsänen	TampPy	57,00
2015	Hilla Uusimäki	KU-58	55,44
2016	Hilla Uusimäki	KU-58	54,77
2017	Hilla Uusimäki	KU-58	54,76
2018	Hilla Uusimäki /4	KU-58	55,25
2019	Milja Thureson	TuTo	54,64
2020	Eveliina Määttänen	KeskiUYU	55,59
2021	Mette Baas	VeitsilKV	54,79
2022	Milja Thureson	TuTo	53,20

800 m

1962	Anita Aittala	TuRi	2.23,4
1963	Anita Aittala	TuRi	2.19,8
1964	Anita Aittala	TuRi	2.20,8
1965-66	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
1967	Marita Aaltonen	TuWe	1.43,1 (600 m)
1968	Eeva Haimi	KouvU	2.18,3
1969	Eeva Haimi	KouvU	2.22,4
1970	Sinikka Tyynelä	LaitJy	2.22,0
1971	Sinikka Tyynelä	LaitJy	2.23,6
1972	Sinikka Tyynelä	LaitJy	2.15,0
1973	Sinikka Tyynelä	LaitJy	2.15,8
1974	Helena Pietilä	PertunmPo	2.18,9
1975	Aila Virkberg	RaahVe	2.14,4
1976	Aila Virkberg	RaahVe	2.09,9
1977	Aila Virkberg	RaahVe	2.10,57
1978	Leena Lepistö	KuusjHu	2.19,74
1979	Yvonne Hannus	HangIK	2.10,2
1980	Kaisa Ylimäki	AlatPi	2.11,9
1981	Kaisa Ylimäki	AlatPi	2.12,10
1982	Erja Vuorinen	LauttPy	2.15,51
1983	Teija Virkberg	RaahVe	2.10,63
1984	Kaisa Ylimäki	HKV	2.06,13
1985	Kaisa Ylimäki	HKV	2.10,00
1986	Teija Virkberg	RaahVe	2.10,92
1987	Kaisa Ylimäki	HKV	2.09,63
1988	Teija Virkberg	OulPy	2.08,19
1989	Tiina Pakkala	ViipU	2.05,49
1990	Tuuli Merikoski	TampPy	2.11,22
1991	Tuuli Merikoski	TampPy	2.06,39
1992	Marjo Piipponen	ImatrU	2.11,08
1993	Marjo Piipponen	ImatrU	2.08,65
1994	Marjo Piipponen	ImatrU	2.07,84
1995	Marjo Venäläinen	LahdA	2.06,97
1996	Marjo Venäläinen	LahdA	2.09,85
1997	Marjo Venäläinen	LahdA	2.08,13
1998	Venla Saarelma	AsikkRa	2.06,28
1999	Marjo Venäläinen / 7	LahdA	2.04,92
2000	Suvi Myllymäki	KokkVe	2.12,09
2001	Monika Kinnunen	LahdA	2.07,62
2002	Suvi Myllymäki	HKV	2.07,23
2003	Mari Järvenpää	KokkVe	2.09,30
2004	Mari Järvenpää	KokkVe	2.10,85
2005	Mari Järvenpää	KokkVe	2.06,71

2006	Suvi Myllymäki	HKV	2.08,59
2007	Suvi Myllymäki	HKV	2.09,73
2008	Suvi Selvenius	HKV	2.10,17
2009	Karin Storbacka	PedersFa	2.04,56
2010	Heidi Pappila	RaisKu	2.10,72
2011	Suvi Selvenius	HKV	2.07,61
2012	Kaisa Tyni	HamPo	2.09,42
2013	Sara Kuivisto	PorvUrh	2.10,35
2014	Karin Storbacka	IKFalken	2.16,36
2015	Karin Storbacka	IKFalken	2.09,85
2016	Zenitha Eriksson	IKFalken	2.10,61
2017	Zenitha Eriksson	IKFalken	2.09,44
2018	Sara Kuivisto	BorgåAk	2.05,14
2019	Sara Kuivisto	BorgåAk	2.05,10
2020	Nathalie Blomqvist	IKFalken	2.10,40
2021	Sara Kuivisto	BorgåAk	2.04,37
2022	Eveliina Määttänen	EspTa	2.06,01

1500 m

1962-71 *Ei lajiohjelmassa.*

1972	Irja Pettinen	ViipU	4.36,4
1973	Sinikka Tyynelä	LaitJy	4.29,5
1974	Helena Pietilä	PertunmPo	4.38,8
1975	Irja Pettinen	ViipU	4.31,5
1976	Aila Virkberg	RaahVe	4.26,8
1977	Sinikka Tyynelä	UudenkU	4.26,17
1978	Sinikka Tyynelä	UudenkU	4.28,52
1979	Aila Virkberg	RaahVe	4.29,7
1980	Helena Heikkinen	SotkJy	4.30,2
1981	Helena Heikkinen	SotkJy	4.23,74
1982	Marjo-Riitta Lakka	KouvU	4.22,99
1983	Helena Heikkinen	SotkJy	4.25,99
1984	Marjo-Riitta Lakka	KouvU	4.17,32
1985	Hanna Lassila	KauhWi	4.34,13
1986	Satu Levelä	AlavuU	4.26,02
1987	Kaisa Ylimäki	HKV	4.19,44
1988	Teija Virkberg	OulPy	4.21,18
1989	Hanna Vuorimaa	LahdA	4.25,89
1990	Carita Sunell	FoSa	4.24,09
1991	Kaisa Siitonen	HKV	4.19,44
1992	Monika Rönholm	Korsh5	4.30,83
1993	Minna Lainio	MynämIs	4.23,72
1994	Tytti Reho	KankSL	4.32,46
1995	Tytti Reho	KankSL	4.30,44
1996	Marjo Venäläinen	LahdA	4.30,80
1997	Marjo Venäläinen	LahdA	4.24,59
1998	Venla Saarelma	AsikkRa	4.21,13
1999	Marjo Venäläinen	LahdA	4.21,46
2000	Monika Kinnunen	LahdA	4.22,66
2001	Monika Kinnunen	LahdA	4.20,60
2002	Mari Niskanen	ViipU	4.22,33
2003	Ulla Tuimala	ÄänekU	4.19,90
2004	Mari Järvenpää	KokkVe	4.20,55
2005	Mari Järvenpää	KokkVe	4.22,64
2006	Annika Rikberg	BorgAk	4.44,00
2007	Mari Järvenpää	KokkVe	4.24,34
2008	Minna Nummela	HKV	4.31,41
2009	Mari Järvenpää / 4	KokkVe	4.21,61
2010	Heidi Pappila	RaisKu	4.34,30
2011	Karin Storbacka	IKFalken	4.29,63

2012	Karin Storbacka	IKFalken	4.19,75
2013	Oona Kettunen	KarhKa	4.28,19
2014	Kristiina Mäki	LahdA	4.20,58
2015	Karin Storbacka	IKFalken	4.30,21
2016	Zenitha Eriksson	IKFalken	4.32,51
2017	Karin Storbacka / 4	IKFalken	4.23,69
2018	Camilla Richardsson	VasaIS	4.24,90
2019	Sara Kuivisto	BorgåAk	4.19,39
2020	Nathalie Blomqvist	IKFalken	4.23,13
2021	Sara Kuivisto	BorgåAk	4.11,42
2022	Ilona Mononen	LahdA	4.25,75

3000 m

1962-81 *Ei lajiohjelmassa.*

1982	Tuija Toivonen	RiihKi	9.20,95
1983	Tuija Toivonen	RiihKi	9.39,39
1984	Sirkku Kumpulainen	ViitVi	9.21,35
1985	Tuija Toivonen	RiihKi	9.31,59
1986	Satu Levelä	AlavuU	9.27,24
1987	Satu Levelä	AlavuU	9.37,00
1988	Satu Levelä	AlavuU	9.12,89
1989	Carita Sunell	FoSa	9.24,56
1990	Carita Sunell	FoSa	9.13,58
1991	Carita Sunell	FoSa	9.23,34
1992	Monika Rönnholm	Korsh5	9.20,98
1993	Minna Lainio	MynämIs	9.37,10
1994	Ann-Catrin Nordman	IFÅland	9.49,81
1995	Nina-Carita Liljedahl	KU-58	9.57,51
1996	Tiina Viitanen	EsboIF	9.48,80
1997	Ann-Catrin Nordman	IFÅland	9.45,91
1998	Tuula Laitinen	VihdVi	9.36,41
1999	Riina Tolonen	KU-58	9.46,50
2000	Riina Tolonen	KU-58	9.25,67
2001	Riina Tolonen	KU-58	9.24,50
2002	Ulla Tuimala	ÄänekU	9.21,40
2003	Ulla Tuimala	ÄänekU	9.11,10
2004	Ulla Tuimala	ÄänekU	9.22,31
2005	Ulla Tuimala / 4	ÄänekU	9.29,15
2006	Mari Järvenpää	KokkVe	9.33,06
2007	Tarja Vesaluoma	TuWe	9.52,39
2008	Johanna Peiponen	RovLa	9.33,73
2009	Sandra Eriksson	IFNykyn	9.33,62
2010	Mari Järvenpää	KokkVe	9.36,67
2011	Sandra Eriksson	IFNykyn	9.17,81
2012	Sandra Eriksson	IFNykyn	9.06,75
2013	Oona Kettunen	KarhKa	9.20,25
2014	Kristiina Mäki	LahdA	9.16,24
2015	Oona Kettunen	KarhKa	9.20,98
2016	Sandra Eriksson / 4	IKFalken	8.59,77 +
2017	Karin Storbacka	IKFalken	9.32,42
2018	Camilla Richardsson	VasaIS	9.18,45
2019	Kaisa Tyni	PyhtY	9.22,93
2020	Camilla Richardsson	IKFalken	9.18,40
2021	Kaisa Tyni	PyhtY	9.47,67
2022	Ilona Mononen	LahdA	9.14,06

60 m aj

1962-63 *Ei lajiohjelmassa.*

1964	Sirkka Norrlund	VaasVa	9,3 (70 jaardin aitajuoksu)
1965	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		

1966	Sirkka Norrlund	VaasVa	8,1 (60 jaardin aitajuoksu)
1967	Pirkko Heikkilä	PieksVe	9,3
1968	Sirkka Norrlund	VaasVa	9,0
1969	Orvokki Manninen	MäntsU	9,3
1970	Pirkko Helenius	NummKip	9,5
1971	Sirkka Norrlund	VaasVa	8,9
1972	Paula Summanen	MiKV	9,0
1973	Saila Perttula	SäkyIU	9,2
1974	Ulla Lempiäinen	JärvPa	8,8
1975	Ulla Lempiäinen	JärvPa	8,8
1976	Ulla Lempiäinen	JärvPa	8,3
1977	Ulla Lempiäinen	JärvPa	8,63
1978	Lena Spoof	VaasVa	8,72
1979	Lena Spoof	VaasVa	8,47
1980	Lena Spoof	VaasVa	8,50
1981	Tiina Lindgren	TuUL	8,72
1982	Tiina Lindgren	TuUL	8,63
1983	Lena Spoof	LapuVi	8,53
1984	Paula Keihäskoski	KempKi	8,57
1985	Tuija Helander	EuRa	8,68
1986	Saila Purho	KarhKa	8,54
1987	Tuija Helander	EuRa	8,41
1988	Teija Stark	RuukKi	8,69
1989	Tuija Helander	TuUL	8,42
1990	Tuija Helander	TuUL	8,42
1991	Satu Ruotsalainen	OulPy	8,28
1992	Jutta Kemilä	OulPy	8,45
1993	Marika Salminen	TuWe	8,37
1994	Heini Sistonen	NokU	8,40
1995	Jutta Kemilä	OulPy	8,21
1996	Tiia Hautala	PoKU	8,45
1997	Johanna Halkoaho	SuodennU	8,42
1998	Tiia Hautala	PoYU	8,42
1999	Manuela Bosco	MiKV	8,27
2000	Manuela Bosco	MiKV	8,12
2001	Hanna Korell	JaalVo	8,42
2002	Johanna Halkoaho	SuodennU	8,29
2003	Johanna Halkoaho	SuodennU	8,30
2004	Emma Montell	AavasU	8,53
2005	Johanna Halkoaho	SuodennU	8,45
2006	Johanna Halkoaho	SuodennU	8,23
2007	Johanna Halkoaho	SuodennU	8,26
2008	Johanna Halkoaho	SuodennU	8,40
2009	Johanna Halkoaho	SuodennU	8,36
2010	Nooralotta Neziri	PorinYU	8,34
2011	Ida Aidanpää	AavasU	8,37
2012	Nooralotta Neziri	TuUL	8,29
2013	Elisa Leinonen	KajKip	8,22
2014	Nooralotta Neziri	TuUL	8,09
2015	Nooralotta Neziri	TuUL	7,98
2016	Nooralotta Neziri	TuUL	8,10
2017	Nooralotta Neziri	TuUL	8,08
2018	Nooralotta Neziri	JKU	8,10
2019	Nooralotta Neziri	JKU	7,97
2020	Nooralotta Neziri / 9	JKU	8,07
2021	Anni Siirtola	HKV	8,15
2022	Saga Vanninen	TampPy	8,38

300 m aj

1962-88 *Ei lajiohjelmssa.*

1989	Anne Pöllänen	KuopSV	43,39
1990	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
1991	Nina Tapala	TU-38	43,67
1992	Virve Pajuharju	TuTo	42,16
1993	Marjut Töyli	LUM	41,93
1994	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
1995	Annika Kumlin	LUM	42,24
1996	Annika Kumlin	LUM	41,19
1997	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
1998	Anja Rantanen	LapTe	41,74
1999	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
2000	Anja Rantanen	LapTe	41,04
2001	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
2002	Ilona Ranta	LUM	41,38
2003	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
2004	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
2005	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
2006	Ilona Ranta	LUM	41,01
2007	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
2008	Caroline Backa	PedersFa	42,86
2009	Emma Millard	ToijVau	58,68 + (400 metrin aitajuoksu)
2010	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
2011	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
2012	Noora Toivo	ToijVau	42,17
2013	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
2014	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
2015	Hilla Uusimäki	KU-58	42,35
2016	Hilla Uusimäki	KU-58	41,52
2017	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
2018	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
2019	Kristiina Halonen	LUM	40,99
2020	Viivi Lehikoinen	HIFK	40,97
2021	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
2022	Essa Niskala	OulPy	40,57 +
3000 m kävely			
1962-71	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
1972	Riitta Immonen	TuKV	17.46,0
1973	Anne Fröberg	TuKV	15.53,4
1974	Anne Fröberg	TuWe	15.52,2
1975	Taina Havisto	PaattPu	15.58,2
1976	Sirkka Haataja	RajamKe	15.26,2
1977	Taina Havisto	TuWe	15.38,4
1978	Sirkka Haataja	JokelKi	15.21,8
1979	Sirkka Haataja	JokelKi	15.21,2
1980	Sirkka Haataja	JokelKi	15.37,0
1981			
1982	Sirkka Haataja	JokelKi	14.50,4
1983			
1984	Helena Åström	EsboIF	13.58,4
1985	Sirkka Oikarinen	JokelKi	13.46,34
1986	Sirkka Oikarinen / 7	JokelKi	13.32,92
1987	Mirva Hämäläinen	LahdU	13.15,0
1988	Sari Essayah	LapinlVe	13.05,54
1989	Sari Essayah	LapinlVe	13.20,87
1990	Mirva Hämäläinen	LahdU	13.14,74
1991	Sari Essayah	LapinlVe	12.37,29
1992	Sari Essayah	LapinlVe	12.25,28
1993	Sari Essayah	LapinlVe	12.17,33 +
1994	Sari Essayah	LapinlVe	12.17,81
1995	Anne Perttola	VantSa	13.52,67

1996	Tarja Jaskari	LapuVi	13.45,98
1997	Elina Risto	KarungKa	13.52,68
1998	Elina Risto	OulPy	13.34,34
1999	Elina Risto	OulPy	13.35,26
2000	Tiina Muinonen	VantSa	13.40,68
2001	Tiina Muinonen	VantSa	13.06,86
2002	Outi Sillanpää	TurWe	13.16,70
2003	Outi Sillanpää	TurWe	14.16,89
2004	Marja Penttinen	LapuaVi	14.12,80
2005	Outi Sillanpää	TuWe	13.13,92
2006	Outi Sillanpää	TuWe	13.45,53
2007	Outi Sillanpää	TuWe	14.28,27
2008	Karoliina Kaasalainen	NokU	14.08,63
2009	Karoliina Kaasalainen	NokU	13.50,43
2010	Karoliina Kaasalainen	NokU	13.43,45
2011	Anne Halkivaha	OripVe	13.35,90
2012	Anne Halkivaha	TurWe	13.01,18
2013	Anne Halkivaha	TurWe	13.00,33
2014	Anne Halkivaha	TurWe	13.17,27
2015	Henrika Parviainen	EspTa	13.52,42
2016	Emmi Nurmi	EspTa	13.22,01
2017	Elisa Neuvonen	LUM	13.42,46
2018	Hele Haapaniemi	EspTa	13.49,64
2019	Hele Haapaniemi	EspTa	13.13,47
2020	Anniina Kivimäki	LapVi	13.10,85
2021	Anniina Kivimäki	LapVi	12.57,35
2022	Anniina Kivimäki	LapVi	13.06,13

Korkeus

1962	Leena Nikkanen	HNU	145
1963	Leena Kaarna	LappeeRi	162
1964	Leena Kaarna	LappeeRi	163
1965	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
1966	Pirkko Heikkilä	PieksVe	145
1967	Gun Nordlund	Åland	160
1968	Pirkko Heikkilä	PieksVe	153
1969	Hannele Anttila	AsikkRa	153
1970	Stina Dahlström	HerttonU	154
1971	Gun Nordlund	IF Åland	164
1972	Gun Nordlund	IF Åland	162
1973	Eila Kelo	ViipU	173
1974	Eila Kelo	ViipU	170
1975	Susanne Sundqvist	JakobstDr	176
1976	Susanne Sundqvist	JakobstDr	185
1977	Susanne Sundqvist	KokkVe	180
1978	Susanne Sundqvist / 4	KokkVe	180
1979	Minna Vehmasto	KuusjHu	179
1980	Anita Erämies	MultJy	176
1981	Lena Teckenberg	SibVa	176
1982	Niina Ranta	LauttakLu	180
1983	Ringa Ropo	MiKV	186
1984	Ringa Ropo	MiKV	179
1985	Anita Erämies	MultJy	185
1986	Sari Karjalainen	NousSu	184
1987	Sari Karjalainen	NousSu	184
1988	Marita Pakarinen	LaKa	177
1989	Marita Pakarinen	LaKa	184
1990	Katja Kilpi	VirtU	186
1991	Katja Kilpi	VirtU	187
1992	Katja Kilpi	VirtU	184

1993	Kaisa Gustafsson	AlavuU	184
	Minna Kemilä	OulPy	184 (mestaruus jaettiin)
1994	Piia Peltosaari	NivalU	174
1995	Kaisa Gustafsson	AlavuU	189
1996	Kaisa Gustafsson	AlavuU	185
1997	Tanja Leinonen	HankHa	182
1998	Kaisa Gustafsson / 4	AlavuU	182
1999	Hanna Mikkonen	RuovPi	180
2000	Marianne Mattas	Vaasva	182
2001	Katja Vainikainen	KarhKa	184
2002	Marianne Mattas	VaasVa	184
2003	Hanna Mikkonen	RuovPi	184
2004	Hanna Mikkonen	RuovPi	186
2005	Alina Mattila	YlänKi	185
2006	Alina Mattila	JKU	183
2007	Alina Mattila	JKU	181
2008	Mari Sepänmaa	AlavuU	177
2009	Mari Sepänmaa	AlavuU	180
2010	Mari Sepänmaa	AlavuU	183
2011	Laura Rautanen	VilppVei	179
2012	Eleriin Haas	KristU	183
2013	Eleriin Haas	KristU	187
2014	Sini Lällä	OrivPo	182
2015	Laura Rautanen	VilppVei	187
2016	Linda Sandblom	HIK	184
2017	Linda Sandblom	HIK	191
2018	Linda Sandblom	HIK	184
2019	Jessica Kähärä	MikkKV	190
2020	Laura Rautanen	VilppVei	185
2021	Ella Junnila	TampPy	190
2022	Sini Lällä	JKU	190

Seiväs

1962-94 *Ei lajiohjelmassa.*

1995	Teija Saari	AlavuU	328
1996	Teija Saari	AlavuU	350
1997	Teija Saari	AlavuU	375
1998	Teija Saari	AlavuU	380
1999	Teija Saari	AlavuU	384
2000	Annu Mäkelä	KuortKu	378
2001	Teija Saari	AlavuU	380
2002	Teija Saari	AlavuU	390
2003	Saara Laaksonen	TuUL	405
2004	Hanna Palamaa	EspTa	400
2005	Minna Nikkanen	SomEsa	391
2006	Minna Nikkanen	SomEsa	416
2007	Minna Nikkanen	SomEsa	400
2008	Vanessa Vandy	VasaIS	430
2009	Minna Nikkanen	SomEsa	435
2010	Minna Nikkanen	SomEsa	410
2011	Minna Nikkanen	SomEsa	436
2012	Minna Nikkanen	SomEsa	425
2013	Minna Nikkanen	SomEsa	441
2014	Minna Nikkanen	SomEsa	445
2015	Minna Nikkanen	SomEsa	445
2016	Minna Nikkanen / 11	SomEsa	455
2017	Saga Andersson	EsboIF	423
2018	Saga Andersson	EsboIF	440
2019	Wilma Murto	SalVi	425
2020	Wima Murto	SalVi	460

2021	Elina Lampela	OulPy	433
2022	Saga Andersson	EsboIF	418

Pituus

1962	<i>Ei lajiohjelmassa.</i>		
1963	Sirkka Norrlund	VaasVa	580
1964	Sirpa Niiranen	JoKa	516
1965	Sirpa Niiranen	JoKa	527
1966	Pirkko Heikkilä	PieksVe	543
1967	Sirpa Niiranen	JoKa	544
1968	Sirpa Niiranen	JoKa	564
1969	Sirpa Niiranen	JoKa	572
1970	Sirpa Niiranen	JoKa	578
1971	Pirkko Helenius	NummKip	583
1972	Tuula Rautanen	HollU	585
1973	Pirkko Helenius	HKV	581
1974	Tuula Rautanen	HollU	634
1975	Tuula Rautanen	HollU	602
1976	Tuula Rautanen	HollU	606
1977	Leena Kiviranta	LahdA	566
1978	Leena Pylkkänen	LahdA	579
1979	Heli Saarinen	PaimU	588
1980	Leena Pylkkänen	LahdA	592
1981	Tarja Koskelo	VSV	585
1982	Tarja Koskelo	VSV	594
1983	Arja Jussila	OulPy	613
1984	Anna-Maija Bryggare	LUM	604
1985	Sanni Suhonen	MiKV	603
1986	Arja Jussila	OulPy	627
1987	Arja Jussila	OulPy	630
1988	Ringa Ropo	LauttakLu	654
1989	Ringa Ropo-Junnila	LauttakLu	670
1990	Ragne Kytölä	HIFK	633
1991	Ringa Ropo-Junnila	HKV	670
1992	Ragne Kytölä	HIFK	627
1993	Marika Salminen	TuWe	620
1994	Heli Koivula	KauhajKa	621
1995	Heli Koivula	KauhajKa	650
1996	Heli Koivula	KauhajKa	647
1997	Johanna Halkoaho	SuodennU	635
1998	Johanna Halkoaho	SuodennU	625
1999	Pamela Lindfors	EspTa	622
2000	Johanna Halkoaho	SuodennU	646
2001	Johanna Halkoaho	SuodennU	627
2002	Johanna Halkoaho	SuodennU	619
2003	Johanna Halkoaho	SuodennU	621
2004	Heli Koivula-Kruger	KauhajKa	638
2005	Johanna Halkoaho / 7	SuodennU	614
2006	Jaana Kontturi	JoKa	610
2007	Noora Pesola	LahdA	610
2008	Noora Pesola	LahdA	616
2009	Noora Pesola	LahdA	617
2010	Noora Pesola	LahdA	614
2011	Elina Torro	LUM	597
2012	Elina Torro	LUM	607
2013	Elina Torro	LUM	618
2014	Sanna Nygård	VasaIS	608
2015	Emmi Mäkinen	JKU	628
2016	Emmi Mäkinen	JKU	623
2017	Kristiina Mäkelä	OrimJy	619

2018	Anne-Mari Lehtiö	KU-58	616
2019	Taika Koilahti	TurWe	644
2020	Anne-Mari Lehtiö	KU-58	614
2021	Senni Salminen	ImUrh	649
2022	Emma Pullola	VaasVa	613

3-loikka

1962-90 *Ei lajiohjelmassa.*

1991	Ragne Kytölä	HIFK	13,09
1992	Ragne Kytölä	HIFK	13,23
1993	Marika Salminen	TuWe	13,12
1994	Anni Paananen	IisVi	13,08
1995	Anni Paananen	IisVi	13,14
1996	Heli Koivula	KauhajKa	13,75
1997	Heli Koivula	KauhajKa	13,10
1998	Heli Koivula	KauhajKa	13,45
1999	Hanna Pennanen	JKU	13,16
2000	Natalia Kilpeläinen	JoKa	13,80
2001	Sari Kulmala	KankSL	13,05
2002	Natalia Kilpeläinen	JoKa	13,61
2003	Natalia Kilpeläinen	JoKa	13,68
2004	Heli Koivula-Kruger	KauhajKa	13,96
2005	Natalia Kilpeläinen-Bäck	JoKa	13,35
2006	Natalia Kilpeläinen-Bäck	JoKa	13,76
2007	Natalia Kilpeläinen-Bäck / 6	JoKa	13,32
2008	Elina Sorsa	LUM	13,14
2009	Elina Sorsa	LUM	13,49
2010	Emma Millard	ToijVau	12,58
2011	Elina Torro	LUM	13,38
2012	Kristiina Mäkelä	OrimJy	13,20
2013	Elina Torro	LUM	13,53
2014	Elina Torro	LUM	13,17
2015	Kristiina Mäkelä	OrimJy	13,62
2016	Kristiina Mäkelä	OrimJy	13,65
2017	Kristiina Mäkelä	OrimJy	13,87
2018	Kristiina Mäkelä	OrimJy	13,86
2019	Emma Pullola	VaasVa	13,23
2020	Senni Salminen	ImUrh	13,80
2021	Senni Salminen	ImUrh	13,94
2022	Senni Salminen	ImUrh	14,16

Kuula

1962	Saimi Huhtala	PoTa	11,96
1963	Marjatta Mäkinen	AsikkRa	12,48
1964	Marjatta Mäkinen	AsikkRa	13,86
1965	Marjatta Mäkinen	AsikkRa	14,28
1966	Marjatta Mäkinen	AsikkRa	14,02
1967	Tuula Vuotila	JakobstDr	11,49
1968	Christine Huttunen	MellunkKo	12,45
1969	Christine Huttunen	MellunkKo	12,86
1970	Christine Barck	MellunkKo	14,29
1971	Christine Barck	MellunkKo	14,51
1972	Christine Barck	ViipU	14,71
1973	Christine Barck	ViipU	15,18
1974	Ritva Metso	ToivRi	15,81
1975	Ritva Metso	ToivRi	16,77
1976	Ritva Metso	ToivRi	16,31
1977	Tuula Kivi	UlasKa	14,14
1978	Tuula Kivi	UlasKa	14,43
1979	Tuula Kivi	UlasKa	14,26

1980	Tuula Kivi	UlasKa	15,90
1981	Tuula Kivi	UlasKa	16,94
1982	Helena Laine	SalVie	15,24
1983	Satu Sulkio	ValkKP	15,55
1984	Asta Hovi	RuotsinpKi	16,25
1985	Asta Hovi	RuotsinpKi	16,66
1986	Asta Hovi	RuotsinpKi	16,57
1987	Päivi Alafrantti	ViipU	13,74
1988	Asta Hovi	RuotsinpKi	17,42
1989	Asta Hovi	RuotsinpKi	16,29
1990	Asta Ovaska	RuotsinpKi	17,48
1991	Marika Tuliniemi	LiePa	15,85
1992	Asta Ovaska / 7	RuotsinpKi	16,87
1993	Marika Tuliniemi	RaisKu	17,25
1994	Marika Tuliniemi	RaisKu	16,89
1995	Karoliina Lundahl	OulPy	17,23
1996	Katarina Sederholm	EsboIF	16,75
1997	Katarina Sederholm	EsboIF	16,67
1998	Anna Rauhala	HankasHa	15,39
1999	Anna Rauhala	HankasHa	17,11
2000	Anna Rauhala	HankasHa	15,89
2001	Niina Kelo	JärvPa	13,60
2002	Niina Kelo	JärvPa	14,50
2003	Niina Kelo	JärvPa	14,38
2004	Niina Kelo	JärvPa	14,65
2005	Niina Kelo	JärvPa	14,82
2006	Niina Kelo	JärvPa	14,87
2007	Hennariikka Järvinen	TuUL	14,74
2008	Johanna Pulkkinen	PieksVe	15,39
2009	Johanna Pulkkinen	PieksVe	15,83
2010	Katja Kantanen	ViipU	14,38
2011	Katja Kantanen	ViipU	14,68
2012	Katri Hirvonen	JoensKa	15,05
2013	Katri Hirvonen	JoensKa	15,14
2014	Katri Hirvonen	JoensKa	15,32
2015	Sanna Kämäräinen	LapinVe	15,25
2016	Katri Hirvonen	JoensKa	14,95
2017	Kaisa Kymäläinen	OrivPon	15,61
2018	Senja Mäkitörmä	VarpVi	16,27
2019	Kaisa Kymäläinen	OrivPo	15,59
2020	Senja Mäkitörmä	VarpVi	15,95
2021	Eveliina Rouvali	KuopRei	16,61
2022	Senja Mäkitörmä	VarpVi	17,05

Kiekko

1962-85 *Ei lajiohjelmassa.*

1986	Tuija Turpeinen	KyyjKy	41,56
1987	Heli Salmi	JoKa	46,10
1988	Anne Käsäkangas	KokkVe	52,84
1989	Riitta Brännkärr	KaustPV	49,00
1990	<i>Ei osallistujia.</i>	(N20: 1. Diana Back VantAt	48,80)
1991	<i>Ei osallistujia.</i>	(N20: 1. Kati Siltovuori JaalVo	47,44)
1992	Kati Siltovuori	JaalVo	51,54
1993	Kati Siltovuori	JaalVo	52,12
1994	Diana Back	VantAt	51,82
1995	Diana Back	VantAt	54,42
1996	Diana Back	VantAt	53,54
1997	<i>Ei osallistujia.</i>	(N22: 1. Tiina Kankaanpää SeinU	53,44)
1998	<i>Ei osallistujia.</i>	(N22: 1. Tiina Kankaanpää SeinU	54,86)
1999	<i>Ei osallistujia.</i>	(N22: 1. Anita Hietalahti LA	51,20)

2000	Tiina Kankaanpää	SeinU	54,62
2001	Tiina Kankaanpää	SeinU	57,44
2002	Anita Hietalahti	JoKa	54,30
2003	Tiina Kankaanpää	SeinU	55,03
2004	Niina Kelo	JärvPa	51,62
2005	Niina Kelo	JärvPa	51,52
2006	Niina Kelo	JärvP	50,57
2007	Tanja Mäkinen	PälkLL	53,34
2008	Anita Hietalahti	JoKa	52,04
2009	Tanja Komulainen	PälkLL	53,23
2010	Tanja Komulainen	TampPy	56,51
2011	Tanja Komulainen	TampPy	53,88
2012	Tanja Komulainen / 5	TampPy	54,85
2013	Sanna Kämäräinen	JoensKa	55,44
2014	Sanna Kämäräinen	LapinVe	58,28
2015	Sanna Kämäräinen	LapinVe	59,58
2016	Katri Hirvonen	JoensKa	53,44
2017	Lotta-Kaisa Eliander	TuUL	49,77
2018	Salla Sipponen	KeuKis	52,44
2019	Salla Sipponen	KeuKis	54,31
2020	Lotta-Kaisa Eliander	TuUL	54,95
2021	<i>Peruttiin (korona)</i>		
2022	Katri Hirvonen	JoensKa	50,63

Moukari (Talvimestaruuskilpailut ulkoradalla)

1962-93 *Ei lajiohjelmassa.*

1994	Mari Närhi	VihdIs	37,74
1995	Anni Punttila	JaalVo	47,40
1996	Mia Strömmer	TampPy	52,44
1997	Mia Strömmer	TampPy	51,48
1998	Mia Strömmer	TampPy	54,48
1999	Mia Strömmer	TampPy	60,18
2000	Maria Airaksinen	EsboIF	52,81
2001	Maria Airaksinen	EsboIF	54,40
2002	Maria Airaksinen	EsboIF	52,81
2003	Sini Pöyry	KaukasVo	63,69
2004	Minna Koitijärvi	OulPy	53,84
2005	Päivi Sipilä	TuWe	50,91
2006	Merja Korpela	SoinSi	61,16
2007	Merja Korpela	SoinSi	60,69
2008	Lena Solvin	IFNykarl	65,70
2009	Merja Korpela	SoinSi	63,41
2010	Merja Korpela	SoinSi	66,68
2011	Merja Korpela	SoinSi	64,37
2012	<i>Ei osallistujia</i>	(N22: 1. Jenni Penttilä KaustPV 62,47)	
2013	Merja Korpela / 6	SoinSi	66,67
2014	Jenni Penttilä	KaustPV	61,09
2015	Jenni Penttilä	KaustPV	63,88
2016	Jenni Penttilä	KaustPV	62,12
2017	Inga Linna	RiihimKi	62,35
2018	<i>Ei osallistujia</i>	(N22: 1. Krista Tervo KarhKa 63,55)	
2019	Krista Tervo	KarhKa	64,25
2020	<i>Peruttiin (korona)</i>		
2021	Kati Ojaloo	NoorNo	63,87 (N19 1. Silja Kosonen SomEsa 72,44)
2022	Silja Kosonen	TuUL	68,84

Keihäs

1962-85 *Ei lajiohjelmassa.*

1986	Päivi Alafrantti	TyrnTe	52,64
1987	Päivi Alafrantti	ViipU	57,64

1988	Tuula Laaksalo	VirtU	58,08
1989	Jaana Paananen	PihtipU	51,62
1990	Päivi Alafrantti	ViipU	59,12
1991	Päivi Alafrantti	ViipU	58,54
1992	Päivi Alafrantti	ViipU	60,32
1993	Heli Rantanen	LammSä	61,00
1994	Heli Rantanen	LammSä	60,56
1995	Heli Tolkkinen	PudasjU	64,58
1996	Heli Rantanen	LammSä	59,56
1997	Mikaela Ingberg	VIS	61,46
1998	Taina Uppa	PorTa	60,32
1999	Taina Uppa	PorTa	61,29 (Uusi keihäsmalli)
2000	Kirsi Ahonen	VaasVa	58,95
2001	Kirsi Ahonen	VaasVa	53,42
2002	Taina Kolkkala	PorTa	55,06
2003	Kirsi Ahonen	VaasVa	57,43
2004	Kirsi Ahonen	LapVi	54,59
2005	Kirsi Ahonen	LapVi	53,99
2006	Kirsi Ahonen	TurWe	50,72
2007	Kirsi Ahonen	TurWe	58,03
2008	Kirsi Ahonen	TurWe	58,34
2009	Kirsi Ahonen / 9	TurWe	54,24
2010	Niina Kelo	KUYU	50,68
2011	Niina Kelo	KUYU	46,25
2012	Niina Kelo	KUYU	47,41
2013	Niina Kelo	KUYU	48,92
2014	Jelena Jaakkola	SoinSi	53,21
2015	Emmi Somppi	HKV	46,97
2016	Milja Lusila	AsikRai	47,81
2017	Jelena Jaakkola	SoinSi	52,34
2018	Jelena Jaakkola	SoinSi	49,96
2019	Miia Makkonen	SysSisu	49,23
2020	<i>Peruttiin (korona)</i>		
2021	<i>Peruttiin (korona)</i>		
2022	Julia Valtanen	RaumU	48,76

5-ottelu

1962-78 *Ei lajiohjelmassa.*

1979	Anne Kyllönen	SotkJy	3664
1980	Anne Kyllönen	SotkJy	3951
1981	Tellervo Pakarinen	JoKa	3902
1982	Anne Kyllönen	SotkJy	3976
1983	Tiina Tuononen	PaimU	3966
1984	Mirja Järvenpää	KyröskPo	4259
1985	Anne Kyllönen	SotkJy	3900
1986	Tiina Tuononen	TuUL	3660
1987	Mirja Järvenpää	KyröskPo	4007
1988	Satu Ruotsalainen	OulPy	4459
1989	Tiina Tuononen	TuUL	4075
1990	Helle Aro	KU-58	4127
1991	Tina Rättyä	JakobstDr	4144
1992	Helle Aro	KU-58	4087
1993	Tina Rättyä	JakobstDr	4528
1994	Tina Rättyä	JakobstDr	4293
1995	Tina Rättyä	JakobstDr	4343
1996	Tiia Hautala	PoKU	4531
1997	Tiia Hautala	PoKU	4554
1998	Tiia Hautala	PoYU	4538
1999	Tiia Hautala	PoYU	4379
2000	Piia Peltosaari	NivalU	4079

2001	Tiia Hautala	PoYU	4303
2002	Milla Kelo	JärvPa	3709
2003	Tiia Hautala / 6	PoYU	4374
2004	Niina Kelo	JärvPa	4171
2005	Maija Kovalainen	JoKa	4234
2006	Maija Kovalainen	JoKa	4238
2007	Salla Rinne	EspTa	4188
2008	Salla Rinne	EspTa	4100
2009	Niina Kelo	JärvPa	4070
2010	Jenni Kivioja	IisVi	3562
2011	Niina Kelo	KUYU	3965
2012	Miia Kurppa	SalVil	4044
2013	Miia Kurppa	SalVil	4129
2014	Miia Kurppa	SalVil	3945
2015	Miia Kurppa	SalVil	3939
2016	Miia Kurppa	ViipUrh	4019
2017	Miia Kurppa / 6	ViipUrh	4072
2018	Miia Sillman	TampPy	4081
2019	Miia Sillman	TampPy	4182
2020	Jessica Rautelin	Esbo IF	3905
2021	Hertta Heikkinen	JoensKa	4248
2022	Hertta Heikkinen	JoensKa	4092

4x80 m

1962-92 *Ei lajiohjelmassa.*

1993 OulPy 39,43

1994- *Ei lajiohjelmassa.*

4x2-400 m

1962-1971, 1978, 1982-1987 *Ei lajiohjelmassa*

1972	ViipU		1.39,0 (4x170m)
1972	JärvPa		3.35,0 (4x340m)
1973	JärvPa		1.34,9 (4x170m)
1973	JärvPa		3.26,6 (4x340m)
1974	ViipU	(Marjo Tuomi, Pirjo Pursiainen, Eila Kelo, Riitta Salin)	1.40,6 (4x189,68m)
1974	PakVeto	(Soile Hänninen, Tuuli Kantola, Pirkko Taimisto, Marja-Liisa Jalonen)	3.49,5 (4x379,36m)
1975	ViipU	(Marja Jääskeläinen, Virve Muukka, Pirjo Pursiainen, Riitta Salin)	1.34,4 (4x170m)
1975	HollU-46	(Ritva Tervala, Lea Kylmälä, Tuula Takala, Tuula Rautanen)	3.23,2 (4x340m)
1976	HollU-46	(Ritva Tervala, Lea Kylmälä, Merja Lampinen, Tuula Takala)	3.28,0 (4x340m)
1977	KervU	(Leena Lumme, Aila Roivas, Marjo Viita, Hilikka Lankinen)	3.27,18 (4x340m)
1979	HIFK	(Kati Annala, Gun Grann, Siv Karlström, Helena Andersson)	3.02,5 (4x308m)
1980	LapVi		3.52,1 (4x380m)
1981	LeppSisu	(Riitta Tahvanainen, Sirkka-Liisa Lampio, Tuuli Heinonen, Merja Vuorinen)	3.47,71 (4x379,36m)
1988	VIS	(Ann-Louise Strengell, Christina Wilson, Maria Stenbacka, Sonja Finell)	2.43,96 (4x300 m)
1989	TuUL	(Hanna Paatonen, Kirsi Jansson, Tanja Pyökkänen, Tuija Helander-Kuusisto)	2.41,47 (4x300 m)
1990	TuUL	(Minna Painilainen, Kirsi Jansson, Maarit Palmroos, Tuija Helander-Kuusisto)	1.29,83 (4x170 m)
1991	OulPy	(Satu Ruotsalainen, Katja Simola, Eija-Inkeri Similä, Riitta-Liisa Bovellan)	2.41,42 (4x300 m)
1992	OulPy	(Eija-Inkeri Similä, Katja Simola, Tuula Kangas, Riitta-Liisa Bovellan)	2.39,62 (4x300 m)
1993	LUM		3.05,88 (4x337m)
1994	LUM	(Minna Vepsä, Annika Kumlin, Stiina Rossi, Hanna Häkkinen)	1.40,57 (4x200 m)
1994	LUM	(Stiina Rossi, Marjut Töyli, Hanna Häkkinen, Annika Kumlin)	3.55,20 (4x400m)
1995	HKV	(Katja Auvinen, Anne-Mari Alén, Lotta Bryggare, Heidi Suomi)	2.39,76 (4x300 m)
1996	LUM	(Minna Vepsä, Hanna Häkkinen, Niina Aatsinki, Annika Kumlin)	3.13,01 (4x337 m)
1997	NärpKr	(Camilla Wirén, Maria Bäckström, Ann-Sofi Nyman, Annika Granqvist)	1.39,69 (4x190m)
1998	LUM	(Milla Ranta, Virve Huilla, Tiina Laaksonen, Hanna Häkkinen)	2.43,88 (4x300 m)
1999	MiKV	(Katja Salivaara, Hanna Korell, Carla Bosco, Manuela Bosco)	1.40,50 (4x200 m)
2000	MiKV	(Katja Kuusela, Eeva-Liisa Kaartinen, Carla Bosco, Manuela Bosco)	3.05,70 (4x337m)
2001	LUM	(Marjaana Sojakka, Hanna Häkkinen, Ilona Ranta, Anna Saari) / 6	2.46,47 (4x304,1 m)
2002	MiKV	(Manuela Bosco, Katja Salivaara, Laura Varonen, Carla Bosco)	2.42,26 (4x300 m)

2003	MiKV	(Carla Bosco, Katja Salivaara, Katja Pirhonen, Manuela Bosco)	1.41,29 (4x200 m)
2004	HKV	(Attaa Asare, Suvi Myllymäki, Wilma Raja, Pia Wikstedt)	1.42,25 (4x200 m)
2005	JärvPa	(Tina Seiluri, Niina Kelo, Minna Sirén, Milla Kelo)	1.32,07 (4x170 m)
2006	KokkVe	(Saara Haanpää, Jenni Nikula, Minna Järvenpää, Mari Järvenpää)	2.43,97 (4x300 m)
2007	LahdA	(Seyi Omojuwa, Maisa Korri, Päivi Varis, Noora Pesola)	1.39,86 (4x190 m)
2008	ToijVau	(Nelli Toivo, Tanja Viherä, Emma Millard, Noora Toivo)	3.05,80 (4x325,33 m)
2009	PedersFa	(Janina Björkström, Kaisa Rauhala, Caroline Wärn, Karin Storbacka)	3.50,69 +(4x400m)
2010	HKV	(Hanna Vihervaara, Suvi Selvenius, Hanna Laine, Anniina Laitinen)	1.31,79 (4x170 m)
2011	TampPy	(Maiju Pokkinen, Sara-Leena Kampuri, Lotta Harala, Ella Räsänen)	1.39,97 (4x200 m)
2012	TampPy	(Lotta Harala, Eliisa Räsänen, Ella Räsänen, Reetta Hurske)	2.40,51 (4x300m)
2013	TampPy	(Lotta Harala, Eliisa Räsänen, Reetta Hurske, Ella Räsänen)	1.38,09 (4x200m)
2014	JKU	(Ida Aidanpää, Hanna-Maari Latvala, Emma Koistinen, Minna Laukka)	1.37,85 (4x190m)
2015	JKU	(Anni Halko, Emma Koistinen, Ada Koistinen, Hanna-Maari Latvala)	2.42,01 (4x300m)
2016	JKU	(Ada Koistinen, Minna Laukka, Emma Koistinen, Hanna-Maari Latvala)	2.39,07 +(4x300m)
2017	HIFK	(Lotta Kempainen, Nea Mattila, Jasmin Sowlah, Viivi Lehikoinen)	1.37,53 (4x200m)
2018	TampPy	(Reetta Hurske, Vilma Itälina, Frida Hämäläinen, Sara Jokinen)	1.39,94 (4x200m)
2019	JKU	(Anniina Kortetmaa, Heidi Salminen, Janette Niemi, Aino Pulkkinen)	3.04,26 (4x337m)
2020	JKU	(Heidi Salminen, Emmi Mäkinen, Hilma Kinnunen, Aino Pulkkinen)	2.40,51 (4x300m)
2021	JKU	(Aino Pulkkinen, Heidi Salminen, Sara Francis, Sanni Mahonen)	1.39,78 (4x200m)
2022	JKU	(Anniina Kortetmaa, Heidi Salminen, Heini Ikonen, Aino Pulkkinen) / 7	3.00,08 (4x337m)

Hallimestaruuskilpailuiden pitopaikat 1962-

1962	Espoo/O
1963	Espoo/O
1964	Espoo/O
1965	Espoo/O
1966	Tampere
1967	Espoo/O
1968	Espoo/O
1969	Espoo/O
1970	Espoo/O
1971	Espoo/O
1972	Turku
1973	Turku
1974	Heinola/V
1975	Turku
1976	Turku
1977	Turku
1978	Turku
1979	Espoo/O
1980	Rovaniemi
1981	Heinola/V
1982	Turku
1983	Espoo/O
1984	Turku
1985	Rovaniemi
1986	Tampere
1987	Kuortane
1988	Oulu
1989	Tampere
1990	Turku
1991	Tampere
1992	Tampere
1993	Kuopio
1994	Jyväskylä
1995	Tampere
1996	Kuopio
1997	Rovaniemi
1998	Tampere
1999	Jyväskylä

2000	Kuopio
2001	Oulu
2002	Tampere
2003	Kuortane
2004	Helsinki
2005	Turku
2006	Tampere
2007	Rovaniemi
2008	Joensuu
2009	Mustasaari
2010	Turku
2011	Helsinki
2012	Tampere
2013	Jyväskylä
2014	Rovaniemi
2015	Tampere
2016	Tampere
2017	Jyväskylä
2018	Helsinki
2019	Kuopio
2020	Tampere
2021	Jyväskylä (60.)
2022	Kuopio
2023	Helsinki
2024	Tampere / 14

Kultaisen Juoksijan voittaneita seuroja on yhdeksän (9). KJ:sta on kilpailtu vuodesta 1986 (**37** kertaa). Eniten voittoja on saavuttanut **Jyväskylän Kenttäurheilijat (9)**; muut voittajat **Turun Urheiluliitto (8)**, **Oulun Pyrintö (6)**, **Lahden Ahkera (4)**, **Helsingin Kisa-Veikot (4)**, **Turun Toverit (2)**, **Tampereen Pyrintö (2)** yhden voiton ovat saavuttaneet **Lappeenrannan Urheilu-Miehet** sekä **Kokkolan Veikot**.

Vuosi	Seura	SM- hallien voittopisteet (Kultainen Juoksija seurakisa)
1986	Turun Toverit	26
1987	Oulun Pyrintö	30
1988	Oulun Pyrintö	57
1989	Turun Urheiluliitto	57
1990	Turun Toverit / 2	40
1991	Oulun Pyrintö	40
1992	Oulun Pyrintö	68
1993	Oulun Pyrintö	68
1994	Turun Urheiluliitto	41
1995	Turun Urheiluliitto	38,33
1996	Turun Urheiluliitto	44
1997	Turun Urheiluliitto	50
1998	Lappeenrannan Urheilu-Miehet / 1	59
1999	Oulun Pyrintö / 6	41
2000	Turun Urheiluliitto	48
2001	Lahden Ahkera	45
2002	Helsingin Kisa-Veikot	58
2003	Turun Urheiluliitto	41
2004	Lahden Ahkera	44
2005	Turun Urheiluliitto / 8	59,5
2006	Kokkolan Veikot / 1	32
2007	Lahden Ahkera	45
2008	Helsingin Kisa-Veikot	59
2009	Lahden Ahkera / 4	38
2010	Helsingin Kisa-Veikot	45
2011	Tampereen Pyrintö	33
2012	Tampereen Pyrintö / 2	44

2013	Jyväskylän Kenttärheilijat	53
2014	Jyväskylän Kenttärheilijat	57
2015	Jyväskylän Kenttärheilijat	55
2016	Jyväskylän Kenttärheilijat	45
2017	Jyväskylän Kenttärheilijat	46,5
2018	Helsingin Kisa-Veikot / 4	39
2019	Jyväskylän Kenttärheilijat	82,5
2020	Jyväskylän Kenttärheilijat	75
2021	Jyväskylän Kenttärheilijat	86
2022	Jyväskylän Kenttärheilijat	94 / 9

Idän Heittäjät aloitti pitkien heittolajien (=keihäs) **Talvimestaruuskisojen** pitämisen **1986**. Idän Heittäjät hoitivat järjestelyt -86, -87 ja -88. KuopNMKY oli järjestäjänä 1989 ja 1990. 1991 oli taas Idän Heittäjien vuoro. Sisu-Veikot vastasivat järjestelyistä 1992, -93 ja -94. Hallin käytyä pieneksi kisat siirtyivät -95 ja -96 Kajaaniin ja seuraavat kaksi kisaa olivat vuorostaan Kemissä.