

Mesterskap 100m. kl. 1. fra 1979 - 1990
Mesterskap 200/300m. kl. 1. fra 1991 -

År	class	Navn	Lag	res	utm.
1979	1.	Hole, Helge	Ålesund	328	
1980	1.	Skarset, Jan Petter	Nordstemmet	327	
1981	1.	Trodal, Ole Arnt	Bæverdalen	331	Med
1982	1.	Hovde, Rune	Hovdebygda	330	Med
1983	1.	Skrede, Nils	Malmefjorden	327	Med
1984	1.	Aasve, Øyvind	Molde	337	Med
1984	2.	Gravem, Leif	Sunnadal	334	Med
1984	3.	Lervik, Odd Ivar	Hov	329	Med
1985	1.	Sæter, Bent Ivar	Hov	335	Med
1986	1.	Rønning, Knut Even	Eresfjord	335	Med
1986	2.	Ness, Atle	Valsøyfjord	313	Med
1986	3.	Røbakk, Odd Arne	Langevåg	312	Med
1987	1.	Gussiås, Tor A.	Kleive	328	Med
1987	2.	Rønning, Gunnstein	Eresfjord	328	Med
1988	1.	Gravvold, Morten	Bæverdalen	337	Med
1988	2.	Lied, Per Ivar	Stranda	334	Med
1988	3.	Flatø, Egil	Reinsfjell	324	Med
1989	1.	Karlsvik, Asbjørn Olav	Fredø	320	G.Med
1990	1.	Ulvestad, Jan V.	Sunnylven	328	Med
1990	2.	Fostervoll, Miriam	Reinsfjell	326	Med
1991	1.	Melhus, Håvard	Hjørungavåg		G.Med
1991	2.	Hauge, Dag A.	Sunnylven		G.Med
1991	3.	Strømme, Leif A.	Sykkylven		G.Med
1992	1.	Valde, Øystein	Holmemstranda		G.Med
1992	2.	Gravem, Ivar M.	Sunnadal		G.Med
1992	3.	Indreiten, Tore	Meisingset		G.Med
1993					
1994	1.	Staurseth, Werner	Engesetdal og Skodje	318	Med
1994	2.	Ulvestad, Roy H.	Hovdebygda	302	Med
1995	1.	Opsal, Per Magne	Fiskå	210	
1995	2.	Sydhagen, Gunnar	Moltustranda	208	
1996	1.	Græsdal, Jarle	Ålesund	218	
1997	1.	Botten, Lars	Valsøyfjord	217	
1998	1.	Fiske, Ole Steinar	Bæverdalen	234	
1999	1.	Steinsvik, Jan	Bergsøy	236	
2000	1.	Meek, Erlend	Kvernes	235	
2001	1.	Osnæs, Bjørnar	Volda	248	
2002	1.	Shøn, Eva	Aureosen	248	
2003	1.	Aarseth, Bård	Syvde	243	
2004	1.	Rørset, GeirMorten	Rakvåg	238	
2005	1.	Ulset, Arvid	Aspøy og Straumsnes	241	

2006	1. Ole Ståle Sandnes	Rakvåg	240
2007	1. Roger Steinnes	Hovdebygda og Ørsta	244
2008	1. Jens Kristian Eikrem	Aspøy og Straumsnes	246