

D- und C-Kaderrichtwerte weiblich

Disziplin	D-Kaderrichtwerte					C-Kader	C-Kader SH
	AK 14	AK 15	AK 16	AK 17	AK 18	AK 18	AK 18
100m	13,00	12,75	12,45	12,30	12,15	11,90	11,85
200m	ohne	ohne	25,80	25,30	24,80	24,20	24,00
300/400m	ohne	42,50	59,50	58,00	56,50	55,20	54,80
80/100m H.	12,40	12,00	14,70	14,30 (B)	14,30	14,05	13,85
300/400m H.	ohne	47,00	65,50	64,50	62,50	61,00	59,80
800m	2:23,00	2:20,00	2:17,00	2:14,00	2:11,00	2:09,00	2:06,50
1.500m			4:50,00	4:44,00	4:35,00	4:28,00	4:25,00
2.000/3.000m	7:05,00	6:55,00/11:00,00	10:30,00	10:10,00	9:50,00	9:45,00	9:30,00
5.000m					18:00,00	16:45,00	16:35,00
1.500/2.000m H.			5:30,00	5:20,00	7:10,00	6:51,00	6:38,00
3.000m H.							10:26,00
3.000/5.000m G.	18:00,00	17:00,00	16:00,00	15:15,00	25:00,00	24:30,00	23:30,00
10.000m G.					ohne	50:40,00	49:15,00
Hoch	1,60	1,65	1,69	1,73	1,76	1,80	1,82
Stabhoch	2,70	2,90	3,10	3,30	3,55	3,90	4,10
Weit	5,20	5,40	5,55	5,65	5,80	6,10	6,20
Drei	ohne	10,80	11,20	11,60	12,00	12,75	13,10
Kugel	11,50 (3)	12,50 (3)	13,20 (3)	14,20 (3)	13,60 (4)	14,80	15,40
Diskus	30,00 (1)	34,00 (1)	37,00 (1)	40,00 (1)	43,00 (1)	47,00	50,00
Hammer	33,00 (3)	38,00 (3)	43,00 (3)	47,00 (3)	47,00 (4)	54,50	58,50
Speer	34,00 (500)	38,00 (500)	42,00 (600)	44,00 (600)	46,00 (600)	47,00	51,00
			44,00 (500)	48,00 (500)			
Siebenkampf	3.500	3.700	4.600	4.800	4.900	5.250	5.400

neu/geändert für 2012/2013

gültig ab 01.01.2013 (Speer neues Gewicht 500g ab 01.01.2013)

D- und C-Kaderrichtwerte männlich

Disziplin	D-Kaderrichtwerte					C-Kader	C-Kader SH
	AK 14	AK 15	AK 16	AK 17	AK 18	AK 18	AK 18
100m	12,00	11,70	11,40	11,15	10,95	10,66	10,60
200m	ohne	ohne	23,30	22,70	22,20	21,53	21,30
300/400m	ohne	37,50	52,00	50,75	49,50	48,00	47,50
80/110m H.	11,90	11,20	14,90	14,50 (B)	14,50 (A)	13,95*	13,75*
300/400m H.	ohne	41,30	58,30	56,50	55,00	53,25	52,40
800m	2:10,00	2:04,00	1:59,00	1:57,00	1:54,50	1:52,20	1:50,50
1.500m			4:10,00	4:04,00	3:57,00	3:52,00	3:48,00
3.000m	10:10,00	9:40,00	9:10,00	8:55,00	8:45,00	8:38,00	8:21,00
5.000m					14:50,00	14:40,00	14:25,00
10.000m			keine Norm!	keine Norm!	32:45,00	30:35,00	30:25,00
2.000m H.			6:30,00	6:20,00	6:10,00	5:52,50	5:43,00
3.000m H.						9:24,00	9:02,00
3.000/5.000m G.	17:00,00	15:30,00	27:30,00	24:30,00			
10km G					51:00,00	45:00,00	43:00,00
Hoch	1,76	1,85	1,93	1,98	2,03	2,09	2,11
Stabhoch	3,20	3,70	4,10	4,30	4,60	4,90	5,10
Weit	5,80	6,20	6,60	6,90	7,15	7,30	7,40
Drei	ohne	12,50	13,50	14,00	14,50	14,85	15,10
Kugel	13,25 (4)	15,00 (4)	15,70 (5)	16,50 (5)	16,50 (6)	17,00*	18,00*
Diskus	38,00 (1)	46,00 (1)	45,00 (1,5)	49,00 (1,5)	48,00 (1,75)	53,00*	55,00*
Hammer	40,00 (4)	46,00 (4)	50,00 (5)	58,00 (5)	60,00 (6)	61,00*	66,50*
Speer	45,00 (600)	50,50 (600)	55,00 (700)	59,00 (700)	60,00 (800)	64,00	68,50
Zehn-/Neunkampf	4.700	5.000	6.100 (B)	6.400 (B)	6.500 (A)	6.900*	7.200*

neu/geändert für 2012/2013

* Jugendgeräte (Gewichte, Hürdenhöhen)