Leichtathletik-Verband Sachsen e.V.

Landeskadernormen und Richtwerte Nachberufung (Halle)

*Normen (AK14) und Richtwerte (ab AK15) - Hallensaison zur Nachberufung von Landeskadern**

weiblich	Freiluft	Nach-berufung	Freiluft	Nach-berufung	Freiluft	Nach-berufung	Freiluft	Nach-berufung	Freiluft	Nach-berufung	Freiluft	Nach-berufung	Freiluft	Nach-berufung	Freiluft	Nach-berufung	Freiluft	Nach-berufung
Disz./ AK	14	Hallen-saison	15	Hallen-saison	16	Hallen-saison	17	Hallen-saison	18	Hallen-saison	19	Hallen-saison	20	Hallen-saison	21	Hallen-saison	22	Hallen-saison
100m	13,00		12,75		12,45		12,30		12,15		11,95		11,90		11,70		11,60	
60m		8,35		8,18		7,96		7,88		7,800		7,70		7,60		7,50		7,45
200m				26,30	25,80	25,60	25,30	25,10	24,80	24,70	24,55	24,48	24,40	24,20	24,05	24,00	23,90	23,85
300m		42,8	42,50															
400m				61,20	59,50	59,00	58,00	57,50	56,50	56,30	56,00	55,80	55,50	55,00	54,40	54,20	53,90	53,80
800m	2:23,00	2:22,00	2:20,00	2:19,00	2:17,00	2:16,00	2:14,00	2:13,00	2:11,00	2:10,50	2:09,50	2:09,00	2:08,00	2:07,00	2:06,00	2:05,00	2:04,00	2:03,50
1500m				5:00,00	4:50,00	4:47,00	4:44,00	4:39,50	4:35,00	4:33,30	4:30,00	4:29,00	4:27,50	4:25,00	4:21,00	4:20:00	4:19:00	4:16,00
3000m		11:15,00	11:00,00	10:50,00	10:30,00	10:23,50	10:10,00	10:03,00	9:50,00	9:46,00	9:40,00	9:36,50	9:30,00	9:28,00	9:25,00	9:23,00	9:20,00	9:18,00
80/100H	12,40		12,00		14,70		14,30 (U18)		14,30 (U20)		14,15		14,00		13,80		13,50	
60H		9,20		9,18 (U18)		9,00 (U18)		9,00 (U20)		8,85 (U20)		8,60		8,50		8,40		8,30
Hoch	1,60	1,62	1,65	1,66	1,69	1,70	1,73	1,74	1,76	1,76	1,77	1,78	1,79	1,80	1,82	1,83	1,84	1,85
Stab	2,70	2,80	2,90	3,00	3,10	3,30	3,30	3,50	3,55	3,70	3,80	3,90	4,00	4,05	4,10	4,15	4,20	4,25
Weit	5,20	5,30	5,40	5,45	5,55	5,55	5,65	5,65	5,80	5,90	6,00	6,15	6,20	6,23	6,26	6,3	6,35	6,40
Drei		10,60	10,80	11,00	11,20	11,40	11,60	11,80	12,00	12,20	12,50	12,60	12,70	12,85	13,00	13,10	13,20	13,30
Kugel	11,50(3)	12,00(3)	12,50(3)	12,80(3)	13,20(3)	13,70(3)	14,20(3)	13,30(4)	13,60(4)	13,80	14,00	14,50	14,80	15,00	15,20	15,50	15,70	16,00
Diskus	30,00(1)	32,00	34,00	35,50	37,00	38,50	40,00	41,50	43,00	43,50	44,00		46,50		49,00		51,00	
Hammer	33,00(3)	36,00	38,00	40,00	43,00	45,00	47,00(3)	43,00(4)	47,00	48,50	48,00		50,00		52,00		53,00	
Speer	34,00 (500)	36,00 (500)	38,00 (500)	41,00 (500)	44,00 (500)	46,00 (500)	48,00 (500)	43,00 (600)	46,00 (600)	47,50	48,00		50,00		52,00		53,00	

* Für die Nachberufung der AK 14 und 15 (in der Halle 15 und 16) ist die erfüllte Blocknorm aus dem Vorjahr Voraussetzung für eine Nachberufung nach der Hallensaison

Leichtathletik-Verband Sachsen e.V.

Landeskadernormen und Richtwerte Nachberufung (Halle)

*Normen (AK14) und Richtwerte (ab AK15) - Hallensaison zur Nachberufung von Landeskadern**

männlich	**Freiluft**	**Nach-berufung**	**Freiluft**	**Nach-berufung**	**Freiluft**	**Nach-berufung**	**Freiluft**	**Nach-berufung**	**Freiluft**	**Nach-berufung**	**Freiluft**	**Nach-berufung**	**Freiluft**	**Nach-berufung**	**Freiluft**	**Nach-berufung**	**Freiluft**	**Nach-berufung**
Disz./ AK	**14**	Hallen-saison	**15**	Hallen-saison	**16**	Hallen-saison	**17**	Hallen-saison	**18**	Hallen-saison	**19**	Hallen-saison	**20**	Hallen-saison	**21**	Hallen-saison	**22**	Hallen-saison
100m	12,00		11,70		11,40		11,15		10,95		10,80		10,70		10,55		10,50	
60m		7,55		7,35		7,15		7,05		6,98		6,85		6,80		6,75		6,70
200m				23,95	23,30	23,10	22,70	22,50	22,20	22,10	21,90	21,80	21,65	21,50	21,40	21,30	21,20	21,15
300m		37,75	37,50															
400m				53,30	52,00	51,50	50,75	50,25	49,50	49,30	48,80	48,40	48,00	47,80	47,60	47,40	47,20	47,10
800m	2:10,00	2:08,00	2:04,00	2:02,50	1:59,00	1:58,50	1:57,00	1:56,50	1:54,00	1:54,50	1:53,00	1:52,50	1:51,00	1:50,00	1:49,00	1:48,50	1:48,00	1:47,70
1500m				4:13,00	4:10,00	4:08,00	4:04,00	4:01,70	3:57,00	3:56,10	3:54,50	3:53,30	3:51,00	3:50,00	3:49,00	3:48,00	3:47,00	3:46,00
3000m	10:10,00	9:55,00	9:40,00	9:25,00	9:10,00	9:05,00	8:55,00	8:51,50	8:45,00	8:42,00	8:35,00	8:33,00	8:25,00	8:21,00	8:15,00	8:10,00	8:05,00	8:00,00
80/110H	11,90		11,20 (U16)		14,90 (U18)		14,50 (U18)		14,50 (U20)		14,30 (U20)		14,40 (1,076)		14,20		14,05	
60H		8,70 (U16)		8,65 (U18)		8,35 (U18)		8,40 (U20)		8,25 (U20)		8,20 (1,076)		8,10		8,00		7,95
Hoch	1,76	1,80	1,85	1,89	1,93	1,95	1,98	2,00	2,03	2,05	2,06	2,10	2,12	2,14	2,15	2,17	2,18	2,19
Stab	3,20	3,50	3,70	3,90	4,10	4,20	4,30	4,50	4,60	4,70	4,80	4,90	5,00	5,10	5,20	5,30	5,35	5,40
Weit	5,80	6,00	6,20	6,45	6,60	6,80	6,90	7,05	7,15	7,20	7,25	7,35	7,40	7,50	7,60	7,65	7,75	7,80
Drei		12,20	12,50	13,20	13,50	13,80	14,00	14,30	14,50	14,60	14,75	14,85	15,10	15,40	15,60	15,75	15,90	16,00
Kugel	13,25 (4)	14,25	15,00	15,00 (5)	15,70	16,20	16,50	16,00 (6)	16,50	16,80	17,00	16,00 (7,26)	16,20	16,50	16,70	17,00	17,20	17,50
Diskus	38,00 (1)	42,00	46,00	14,50 (1,5)	45,00	47,00	49,00	47,00 (1,75)	48,00	49,00	50,00		50,00 (2)		53,00		54,00	
Hammer	40,00 (4)	43,00	46,00	48,00	50,00	56,00	58,00	57,00 (6)	60,00	61,00	62,00		60,00 (7,26)		64,00		66,00	
Speer	45,00 (600)	48,00	50,50	50,00 (700)	55,00	57,00	59,00	58,00 (800)	60,00	61,00	62,00		65,00		70,00		73,00	

* Für die Nachberufung der AK 14 und 15 (in der Halle 15 und 16) ist die erfüllte Blocknorm aus dem Vorjahr
Voraussetzung für eine Nachberufung nach der Hallensaison