

Richtwerte - Hallensaison zur Nachberufung von D1, D2 u. L-Kadern**Männlich**

Kader	Freiluft	Nachberufung	Freiluft	Nachberufung	Freiluft	Nachberufung	Freiluft	Nachberufung	Freiluft	Nachberufung	Freiluft	Nachberufung	Freiluft	Nachberufung	Freiluft	Nachberufung	Freiluft	Nachberufung
Disz./ AK	14	Hallensaison	15	Hallensaison	16	Hallensaison	17	Hallensaison	18	Hallensaison	19	Hallensaison	20	Hallensaison	21	Hallensaison	22	Hallensaison
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	1:55,00	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	8:38,00	8:33,00	8:25,00	8:21,00	8:15,00	8:10,00	8:05,00	8:00,00
80/110Hü.	11,90		11,20		14,90		14,50(U18)		14,50(U20)		14,30(U20)		14,40		14,20		14,05	
60 Hü.		8,70		8,65(U18)		8,35(U18)		8,40(U20)		8,25(U20)		8,20		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(4)	15,00(4)	15,00(5)	15,70(5)	16,20(5)	16,50(5)	16,00(6)	16,50(6)	16,80(6)	17,00(6)	16,00(7,26)	16,20	16,50	16,70	17,00	17,20	17,50
Diskus	38,00(1)	42,00(1)	46,00(1)	41,50(1,5)	45,00(1,5)	47,00(1,5)	49,00(1,5)	47,00(1,75)	48,00(1,75)	49,00(1,75)	50,00(1,75)		50,00(2)		53,00		54,00	
Hammer	40,00(4)	43,00(4)	46,00(4)	48,00(4)	50,00(5)	56,00(5)	58,00(5)	57,00(6)	60,00	61,00	62,00(6)		60,00(7,26)		64,00		66,00	
Speer	45,00(600)	48,00(600)	50,50(600)	50,00(700)	55,00(700)	57,00(700)	59,00(700)	58,00(800)	60,00(800)	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

neuer Richtwert

Richtwerte - Hallensaison zur Nachberufung von D1, D2 u. L-Kadern**Weiblich**

Kader	Freiluft	Nachberufung	Freiluft	Nachberufung	Freiluft	Nachberufung	Freiluft	Nachberufung	Freiluft	Nachberufung	Freiluft	Nachberufung	Freiluft	Nachberufung	Freiluft	Nachberufung	Freiluft	Nachberufung
Disz./ AK	14	Hallensaison	15	Hallensaison	16	Hallensaison	17	Hallensaison	18	Hallensaison	19	Hallensaison	20	Hallensaison	21	Hallensaison	22	Hallensaison
100m	13,00		12,75		12,45		12,30		12,15		11,95	11,90	11,90		11,70		11,60	
60m		8,35		8,18		7,96		7,88		7,8		7,7		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	2:12,00	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	4:42,00	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
80/100Hü.	12,40		12,00		14,70		14,30(U18)		14,30(U20)		14,15		14,00		13,80		13,50	
60 Hü.		9,20		9,18(U18)		9,00(U18)		9,00(U20)		8,85(U20)		8,60		8,50		8,40		8,3
Hoch	1,6	1,62	1,65	1,66	1,69	1,7	1,73	1,74	1,76	1,76	1,77	1,78	1,79	1,8	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	13,1	13,20	13,30
Kugel	11,30(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	45,50	44,00		46,5		49		51	
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		52		53	
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		53	

* 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

neuer Richtwert