

## D-Kaderrichtwerte Altersklassen 14 bis 18 in den Landesverbänden



männlich

Disziplin	AK 18	AK 17	AK 16	AK 15	AK 14
	U20	U18	U18	U16	U16
100m	10,95	11,15	11,40	11,70	12,00
200m	22,20	22,70	23,30	ohne	ohne
300/400m	49,50	50,75	52,00	37,50	ohne
80/110m Hürden	14,50 (U20)	14,50 (U18)	14,90	11,20	11,90
300/400m Hürden	55,00	56,50	58,30	41,30	ohne
800m	1:54,50	1:57,00	1:59,00	2:04,00	2:10,00
1.500m	3:57,00	4:04,00	4:10,00		
3.000m	8:45,00	8:55,00	9:10,00	9:40,00	10:10,00
5.000m	14:50,00				
10.000m	32:45,00	keine Norm!	keine Norm!		
Hindernis	6:10,00	6:20,00	6:30,00		
3.000/5.000m Gehen		24:30,00	27:30,00	15:30,00	17:00,00
10km Gehen	51:00,00				
20km Gehen					
Hochsprung	2,03	1,98	1,93	1,85	1,76
Stabhochsprung	4,60	4,30	4,10	3,70	3,20
Weitsprung	7,15	6,90	6,60	6,20	5,80
Dreisprung	14,50	14,00	13,50	12,50	ohne
Kugelstoß	16,50 (6kg)	16,50 (5kg)	15,70 (5kg)	15,00 (4kg)	13,25 (4kg)
Diskuswurf	48,00 (1,75kg)	49,00 (1,5kg)	45,00 (1,5kg)	46,00 (1kg)	38,00 (1kg)
Hammerwurf	60,00 (6kg)	58,00 (5kg)	50,00 (5kg)	46,00 (4kg)	40,00 (4kg)
Speerwurf	60,00 (800g)	59,00 (700g)	55,00 (700g)	50,50 (600g)	45,00 (600g)
Zehn-/ Neunkampf	6.500 (U20)	6.400 (U18)	6.100 (U18)	5.000	4.700