



## Leichtathletik-Verband Sachsen e.V.

### Landeskaderrichtwerte Nachberufung (Halle)

#### Richtwerte - Hallensaison zur Nachberufung von Landeskadern

weiblich	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		11,70		11,60	
60m		8,25		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	2:12,00	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		8,30
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	5,60	5,65	5,70	5,80	5,90	6,00	6,10	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	11,30(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					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.

### Landeskaderrichtwerte Nachberufung (Halle)

männlich	Freiluft	Nachberufung	Freiluft	Nachberufung	Freiluft	Nachberufung	Freiluft	Nachberufung	Freiluft	Nachberufung	Freiluft	Nachberufung	Freiluft	Nachberufung	Freiluft	Nachberufung	Freiluft	Nachberufung
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	1:55,00	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
80/110H	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	
60 Hü.		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	6,75	6,90	7,00	7,15	7,20	7,25	7,30	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	44,50 (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	