

# Kaderrichtwerte für die Nominierung in den NLV D/L-Kader 2018/2019

## *Männlich*

Stand: 01. März 2018

Kader	D2	D3		D4		NK 2	NK 1	L			
Jg.	2004	2003	2002	2001	2000	2003	1999 – 2002	1999	1998	1997	1996
Altersklasse	14	15	16	17	18	15	16 - 19	19	20	21	22
<b>100m</b>	12,00	11,70	11,40	11,15	10,95	keine Richtwerte / DLV-LD	10,66	10,85	10,80	10,75	10,60
<b>200m</b>			23,30	22,70	22,20		21,53	22,00	21,80	21,60	21,40
<b>300/400m</b>		37,50	52,00	50,75	49,50		48,00	49,00	48,50	48,00	47,50
<b>80/110 H.</b>	11,90	11,20	14,90	14,50 (0,91)	14,50 (0,99)		13,95 *	14,40	14,80	14,70	14,50
<b>300/400 H.</b>		41,30	58,30	56,50 (0,84)	55,00 (0,91)		53,25	54,60	54,00	53,20	52,50
<b>800m</b>	2:10,00	2:04,00	1:59,00	1:56,00	1:53,50		1:52,20	1:51,50	1:50,50	1:49,50	1:49,00
<b>1.500m</b>			4:10,00	4:04,00	3:57,00		3:52,00	3:52,00	3:48,00	3:46,00	3:44,00
<b>3.000m</b>	10:05,00	9:35,00	9:10,00	8:55,00	8:45,00		8:38,00	8:28,00	8:20,00	8:14,00	8:10,00
<b>5.000m</b>	17:45,00	17:00,00	16:15,00	15:40,00	15:10,00		14:40,00	14:40,00	14:25,00	14:10,00	14:00,00
<b>10.000m</b>			33:30	32:45	32:00		30:35,00	31:00,00	30:15,00	29:45,00	29:35,00
<b>Hindernis</b>			6:20,00 (2000)	6:10,00 (2000)	6:00,00 (2000)		5:52,50	5:50,00 (2000)	9:10,00 (3000)	8:55,00	8:50,00
<b>Hoch</b>	1,76	1,85	1,93	1,99	2,04		2,09	2,09	2,12	2,15	2,18
<b>Stab</b>	3,20	3,70	4,10	4,30	4,60		4,90	4,80	5,00	5,10	5,20
<b>Weit</b>	5,80	6,20	6,60	6,90	7,15		7,30	7,20	7,30	7,50	7,60
<b>Drei</b>		12,50	13,50	14,00	14,50		14,85	14,70	15,00	15,40	15,50
<b>Kugel</b>	13,25 (4)	15,00 (4)	15,70 (5)	16,50 (5)	16,50 (6)		17,00 *	17,00 (6)	16,00	16,50	17,00
<b>Diskus</b>	38,00 (1)	46,00 (1)	45,00 (1,5)	49,00 (1,5)	48,00 (1,75)		53,00 *	50,00 (1,75)	48,00	51,00	53,00
<b>Hammer</b>	40,00 (4)	46,00 (4)	50,00 (5)	58,00 (5)	60,00 (6)		61,00 *	61,50 (6)	58,00	62,00	64,00
<b>Speer</b>	45,00 (600)	50,50 (600)	55,00 (700)	59,00 (700)	60,00 (800)		64,00	62,00	65,00	68,00	70,00
<b>10-Kampf</b>	9-K.: 4.600	9-K.: 4.900	6.100 (U18)	6.300 (U18)	6.500 (U20)	6.900 *	6.800 (U20)	7.100 (Mä)	7.300	7.500	

\* Jugendgeräte

# Kaderrichtwerte für die Nominierung in den NLV D/L-Kader 2018/2019

## Weiblich

Stand: 01. März 2018

Kader	D2	D3		D4		NK 2	NK 1	L			
Jg.	2004	2003	2002	2001	2000	2003	1999 – 2002	1999	1998	1997	1996
Altersklasse	14	15	16	17	18	15	16 - 19	19	20	21	22
100m	13,00	12,75	12,45	12,30	12,15	keine Richtwerte / DLV-LD	11,90	12,05	11,95	11,80	11,70
200m			25,80	25,30	24,80		24,20	24,65	24,50	24,30	24,10
300/400m		42,50	59,50	58,00	56,50		55,20	56,00	55,60	55,20	54,40
80/100m H.	12,40	12,00	14,70	14,30 (0,76)	14,30 (0,84)		14,05	14,20	14,10	14,00	13,70
300/400 H.		47,00	65,50	64,50	62,50		61,00	62,30	62,00	61,50	61,00
800m	2:23,00	2:20,00	2:17,00	2:14,00	2:11,00		2:09,00	2:07,00	2:06,00	2:05,00	2:04,00
1.500m			4:50,00	4:43,00	4:35,00		4:28,00	4:25,00	4:22,00	4:19,00	4:16,00
3.000m	7:00,00 (2000m)	10:55,00	10:30,00	10:10,00	9:55,00		9:45,00	9:30,00	9:20,00	9:15,00	9:10,00
5.000m	19:30,00	19:00,00	18:30,00	18:00,00	17:30,00		16:45,00	17:00,00	16:30,00	16:15,00	16:00,00
10.000m			39:30,00	38:45,00	37:45,00			36:30,00	35:30,00	34:45,00	34:15,00
Hindernis			5:20 (1500)	5:10 (1500)	7:00 (2000)		6:51,00 (2000)	6:50,00 (2000)	10:35,00 (3000)	10:20,00	10:10,00
Hoch	1,60	1,65	1,69	1,73	1,76		1,80	1,79	1,82	1,85	1,87
Stab	2,70	2,90	3,10	3,30	3,55		3,90	3,70	3,80	3,90	4,00
Weit	5,20	5,40	5,55	5,65	5,80		6,10	5,90	6,00	6,10	6,20
Drei		10,80	11,20	11,60	12,00		12,75	12,10	12,30	12,50	12,70
Kugel	11,50 (3)	12,50 (3)	13,20 (3)	14,20 (3)	13,60 (4)		14,80	13,70	14,00	14,30	14,80
Diskus	30,00	34,00	37,00	40,00	43,00		47,00	43,00	45,00	47,00	49,00
Hammer	33,00 (3)	38,00 (3)	43,00 (3)	47,00 (3)	47,00 (4)		54,50	54,00	56,00	58,00	60,00
Speer	34,00	38,00	44,00 (500) 42,00 (600)	48,00 (500) 44,00 (600)	46,00 (600)		47,00	48,00	49,00	50,00	51,00
7-Kampf	3.400	3.600	4.500	4.700 (U18)	4.900 (U20)		5.250	5.100 (U20)	5.300	5.500	5.700