

# 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	2000 – 2002	1999	1998	1997	1996
Altersklasse	14	15	16	17	18	15	16 - 18	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	2000 – 2002	1999	1998	1997	1996
Altersklasse	14	15	16	17	18	15	16 - 18	19	20	21	22
<b>100m</b>	13,00	12,75	12,45	12,30	12,15	keine Richtwerte / DLV-LD	11,90	12,05	11,95	11,80	11,70
<b>200m</b>			25,80	25,30	24,80		24,20	24,65	24,50	24,30	24,10
<b>300/400m</b>		42,50	59,50	58,00	56,50		55,20	56,00	55,60	55,20	54,40
<b>80/100m H.</b>	12,40	12,00	14,70	14,30 (0,76)	14,30 (0,84)		14,05	14,20	14,10	14,00	13,70
<b>300/400 H.</b>		47,00	65,50	64,50	62,50		61,00	62,30	62,00	61,50	61,00
<b>800m</b>	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
<b>1.500m</b>			4:50,00	4:43,00	4:35,00		4:28,00	4:25,00	4:22,00	4:19,00	4:16,00
<b>3.000m</b>	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
<b>5.000m</b>	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
<b>10.000m</b>			39:30,00	38:45,00	37:45,00			36:30,00	35:30,00	34:45,00	34:15,00
<b>Hindernis</b>			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
<b>Hoch</b>	1,60	1,65	1,69	1,73	1,76		1,80	1,79	1,82	1,85	1,87
<b>Stab</b>	2,70	2,90	3,10	3,30	3,55		3,90	3,70	3,80	3,90	4,00
<b>Weit</b>	5,20	5,40	5,55	5,65	5,80		6,10	5,90	6,00	6,10	6,20
<b>Drei</b>		10,80	11,20	11,60	12,00		12,75	12,10	12,30	12,50	12,70
<b>Kugel</b>	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
<b>Diskus</b>	30,00	34,00	37,00	40,00	43,00		47,00	43,00	45,00	47,00	49,00
<b>Hammer</b>	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
<b>Speer</b>	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
<b>7-Kampf</b>	3.400	3.600	4.500	4.700 (U18)	4.900 (U20)		5.250	5.100 (U20)	5.300	5.500	5.700