



Thüringer Leichtathletik-Verband

L-Kaderrichtwerte (bundeseinheitlich / gültig ab 01.10.2012)



männlich	AK	AK	AK	AK	AK	AK
Disziplin	18	18	17	16	15	14
	NK 1 U20	U20	U18	U18	U16	U16
100m	10,66	10,95	11,15	11,40	11,70	12,00
200m	21,53	22,20	22,70	23,30	Ohne	Ohne
300/400m	48,00	49,50	50,75	52,00	37,50	Ohne
80/110m H	13,95	14,50 (U20)	14,50 (U18)	14,90	11,20	11,90
300/400m H	53,25	55,00	56,50	58,30	41,30	Ohne
800m	1:52,20	1:54,50	1:57,00	1:59,00	2:04,00	2:10,00
1500m	3:52,00	3:57,00	4:04,00	4:10,00		
3000m	8:38,00	8:45,00	8:55,00	9:10,00	9:40,00	10:10,00
5000m	14:40,00					
10.000m	30:35,00	32:45,00	Keine Norm	Keine Norm		
2000m Hi.	5:52,50	6:10,00	6:20,00	6:30,00		
3000m Hi.	9:24,00					
3000/5000m G			24:30,00	27:30,00	15:30,00	17:00,00
10km G	45:00,00	51:00,00				
20km G	1:35:30 h					
Hoch	2,09	2,03	1,98	1,93	1,85	1,76
Stabhoch	4,90	4,60	4,30	4,10	3,70	3,20
Weit	7,30	7,15	6,90	6,60	6,20	5,80
Drei	14,85	14,50	14,00	13,50	12,50	Ohne
Kugel	17,00 (6)	16,50 (6)	16,50 (5)	15,70 (5)	15,00 (4)	13,25 (4)
Diskus	53,00 (1,75)	48,00 (1,75)	49,00 (1,5)	45,00 (1,5)	46,00 (1)	38,00 (1)
Hammer	61,00 (6)	60,00 (6)	58,00 (5)	50,00 (5)	46,00 (4)	40,00 (4)
Speer	64,00 (800)	60,00 (800)	59,00 (700)	55,00 (700)	50,50 (600)	45,00 (600)
Zehn-/Neunkampf	6900 (U20)	6500 (U20)	6400 (U18)	6100 (U18)	5000	4700



Thüringer Leichtathletik-Verband

L-Kaderrichtwerte (bundeseinheitlich / gültig ab 01.10.2012)



weiblich	AK	AK	AK	AK	AK	AK
Disziplin	18	18	17	16	15	14
	NK 1 U20	U20	U18	U18	U16	U16
100m	11,90	12,15	12,30	12,45	12,75	13,00
200m	24,20	24,80	25,30	25,80	Ohne	Ohne
300/400m	55,20	56,00	58,00	59,50	42,50	Ohne
80/100m H	14,05	14,30	14,30 (B)	14,70	12,00	12,40
300/400m H	61,00	62,50	64,50	65,50	47,00	Ohne
800m	2:09,00	2:11,00	2:14,00	2:17,00	2:20,00	2:23,00
1500m	4:28,00	4:35,00	4:44,00	4:50,00		
2000/3000m	9:45,00	9:50,00	10:10,00	10:30,00	6:55,00/11:00,00	7:05,00
5000m	16:45,00	18:00,00				
1500/2000m Hi.	6:51,00	7:10,00	5:20,00	5:30,00		
3000/5000m G	24:30,00	25:00,00	15:15,00	16:00,00	17:00,00	18:00,00
10km G	50:40,00	Ohne				
Hoch	1,80	1,76	1,73	1,69	1,65	1,60
Stabhoch	3,90	3,55	3,30	3,10	2,90	2,70
Weit	6,10	5,80	5,65	5,55	5,40	5,20
Drei	12,75	12,00	11,60	11,20	10,80	Ohne
Kugel	14,80 (4)	13,60 (4)	14,20 (3)	13,20 (3)	12,50 (3)	11,50 (3)
Diskus	47,00 (1)	43,00 (1)	40,00 (1)	37,00 (1)	34,00 (1)	30,00 (1)
Hammer	54,50 (4)	47,00 (4)	47,00 (3)	43,00 (3)	38,00 (3)	33,00 (3)
Speer	47,00 (600)	46,00 (600)	44,00 (600)	42,00 (600)	38,00 (500)	34,00 (500)
			48,00 (500)	44,00 (500)		
Siebenkampf	5250	4900	4800	4600	3700	3500