

NORMEN ATHLETIK / LEICHTATHLETIK / BAHNLAUF

Stand 02.06.2017

Disziplin	Rumpfhalten <i>Zeit in sek Siehe Anlage</i>	Rumpfhoben Anzahl Differenz	Einbeinstehen 2 x 30 sek Zeit/sek <i>es. Zeit (links-rechts)</i>	Klimmziehen 1 min Anzahl	Rollbrett Bank 4 m 1 min Anzahl Differenz	Seilspringen 1min Anzahl Differenz	Bocksprünge Anzahl Differenz	Hindernislauf Zeitnahme Zeit/sek Differenz	Standweit Wert über KH Weite/cm Differenz	Sprungschritte Wert über KH Weite/cm Differenz	Sprint 60/100m Zeit/sek Differenz	Sprint 30 m flieg. Zeit/sek Differenz	Weitsprung Weite/m Differenz	1000 m Bahn Zeit/min 220- Pkt Tabelle	2000 m 3000 m Bahn Zeit/min 220- Pkt Tabelle
Wertung		1 = 3 Pkt	2,439Pkt/s		1 = 4 Pkt	1 = 1 Pkt	1 = 10 Pkt	1 sek=5 Pkt	1 = 2 Pkt	1 = 2 Pkt	1sek=30 Pkt	1 sek=40 Pkt	1 m = 40 Pkt		
AK															
S 12 männl.	60	35	60	1 = 12,5 Pkt 8	9. Spro. / 24	125	/	49,0	45	45	60 m / 10,1	4,45	3,60	3,40	2000 m 8,30
S 12 weibl.	60	35	60	1 = 20 Pkt 5	9. Spro. / 24	125	/	52,0	45	45	60 m / 10,1	4,45	3,40	3,50	2000 m 8,30
S 13 männl.	90	37	60	1 = 8,33 Pkt 12	9. Spro. / 25	135	/	47,0	45	50	100 m / 15,5	4,3	3,90	3,30	2000 m 7,55
S 13 weibl.	90	37	60	1 = 12,5 Pkt 8	9. Spro. / 25	135	/	50,0	45	50	100 m / 15,8	4,4	3,70	3,40	2000 m 8,15
S 14 männl.	120	40	60	1 = 6,25 Pkt 16	10. Spro. / 25	145	19 sek 15 / 1,00m	42,0	50	60	100 m / 14,9	4,1	4,20	3,20	3000 m 11,35
S 14 weibl.	120	38	60	1 = 8,33 Pkt 12	10. Spro. / 24	145	19 sek 15 / 0,90m	45,0	50	55	100 m / 15,6	4,3	3,80	3,30	3000 m 12,00
S 15 männl.	120	42	60	1 = 5 Pkt 20	11. Spro. / 25	155	17 sek 15 / 1,00m	41,0	55	65	100 m / 14,2	3,9	4,50	3,05	3000 m 11,00
S 15 weibl.	120	40	60	1 = 6,25 Pkt 16	10. Spro. / 25	155	17 sek 15 / 0,90m	44,0	55	60	100 m / 15,4	4,2	3,90	3,20	3000 m 11,30

Bemerkungen:

**Hartholzbrethöhe bei Test in Oberhof (Dreifelderhalle) je 1 Sprosse tiefer.*