

ATLETIEK NORMEN 6 LOSP ♀

PUNTEN	60m Horden (84 cm)	100m Horden (84 cm)	100m	200m	400m	800m	1000m	1500m	3000m	5000m	COOPER	HOOG	VER	KOGEL (4KG)	DISCUS (1kg)	SPEER (600g)
20	10"50	18"60	13"30	27"90	59"	2'25	2'55	5'05	12'10	22'	2900m	1m45	4m80	10m50	26m	27m
19	10"60	18"80	13"50	28"30	1'01	2'30	3'03	5'13	12'25	22'30	2850m	1m43	4m70	10m20	25m	26m
18	10"70	19"00	13"70	28"70	1'03	2'35	3'10	5'20	12'40	23'	2800m	1m41	4m60	9m90	24m	25m
17	10"80	19"20	13"90	29"10	1'05	2'40	3'18	5'28	12'55	23'30	2750m	1m39	4m50	9m60	23m	24m
16	10"90	19"40	14"10	29"50	1'07	2'45	3'25	5'35	13'10	24'	2700m	1m37	4m40	9m30	22m	23m
15	11"00	19"60	14"30	29"90	1'09	2'50	3'33	5'43	13'25	24'30	2650m	1m35	4m30	9m00	21m	22m
14	11"10	19"80	14"50	31"30	1'11	2'55	3'40	5'50	13'40	25'	2600m	1m33	4m20	8m70	20m	21m
13	11"20	20"00	14"70	31"60	1'13	3'00	3'48	5'58	14'05	25'30	2550m	1m30	4m10	8m40	19m	20m
12	11"30	20"20	14"90	31"90	1'15	3'05	3'55	6'05	14'25	26'	2500m	1m27	4m00	8m10	18m	19m
11	11"40	20"40	15"10	32"40	1'17	3'10	4'03	6'14	14'50	26'30	2450m	1m24	3m90	7m70	17m	18m
10	11"50	20"60	15"30	32"90	1'19	3'15	4'10	6'20	15'10	27'	2400m	1m21	3m80	7m40	16m	17m
9	11"70	20"80	15"50	33"50	1'21	3'20	4'17	6'27	15'35	27'30	2300m	1m18	3m70	6m70	15m	16m
8	11"90	21"00	15"70	34"10	1'23	3'25	4'25	6'35	15'55	28'	2200m	1m15	3m60	6m40	14m	15m
7	12"10	21"20	15"90	34"70	1'25	3'30	4'32	6'42	16'20	28'30	2100m	1m12	3m50	6m10	13m	14m
6	12"30	21"40	16"10	35"30	1'27	3'35	4'40	6'50	16'40	29'	2050m	1m10	3m45	5m80	12m50	13m
5	12"50	21"60	16"30	35"90	1'29	3'40	4'47	7'05	17'10	29'30	2000m	1m08	3m40	5m50	12m	12m50
4	12"70	21"80	16"50	36"50	1'31	3'48	4'55	7'20	17'40	30'	1950m	1m07	3m35	5m20	11m50	12m
3	12"90	22"00	16"70	37"10	1'33	3'51	5'02	7'35	18'10	30'30	1900m	1m06	3m30	4m90	11m	11m50
2	13"10	22"20	16"90	37"70	1'35	3'54	5'10	7'50	18'40	31'	1850m	1m05	3m25	4m60	10m50	11m
1	13"30	22"40	17"10	38"30	1'37	3'57	5'17	8'05	19'10	31'30	1800m	1m04	3m20	4m30	10m	10m50

