

## Normy klasyfikacyjne

**UWAGI:** - w chodzie sportowym na 5.000m kobiet i 10.000m mężczyzn klasy sportowe MM, M, I można zdobywać jedynie na bieżni,

- podane normy mogą być zdobywane jedynie na zawodach na stadionie otwartym.

- podane normy uzyskane na obiektach halowych mogą stanowić podstawę do nadania odpowiedniej klasy sportowej jeżeli zostały osiągnięte podczas MP, ME lub MŚ. (warunkiem uznania uzyskanej normy na innych zawodach w kraju zgłoszonych do kalendarza PZLA jest posiadanie przez obiekt dokumentacji geodezyjnej, zweryfikowanej przez PZLA)

### KOBIETY:

konkurencja	MM	M	I	II	III	IV*	V**
100m	<b>11.40</b>	<b>11.85</b>	12.15	12.75	13.20	13.80	14.50
200m	<b>23.20</b>	24.00	24.90	26.25	27.30	28.50	30.25
300m	<i>Młodziczki</i>			43.00	45.00	46.50	48.50
400m	<b>52.35</b>	<b>54.50</b>	56.50	59.00	62.00	64.50	67.00
600m	<i>Młodziczki</i>			1:39.00	1.43.00	1.46.00	1.50.00
800m	<b>2:01.30</b>	2:04.00	2:10.50	2.17.50	2.25.00	2.32.00	2:36.00
1000m	<i>Młodziczki</i>			3:02.50	3.12.50	3.22.50	3:32.50
1500m	<b>4:08.00</b>	4:18.00	4:32.00	4:44.00	4:57.50	5:10.00	5.30.00
3000m			9:55.00	10:25.00	11:05.00	11:40.00	
5000m	<b>15:24.00</b>	16:05.00	17:15.00	18:15.00	19:30.00		
10000m	<b>32:20.00</b>	33:40.00	37:45.00	40:00.00	44:00.00		
półmar.	<b>1:12:30</b>	1:15:30	1:24:00	1:28:30	1:31:00		
maraton	<b>2:35:00</b>	2:40:00	2:57:00	3:10:00	3:35:00		
100 km	8:10:00	8:25:00	8:50:00	9:10:00	9:30:00		
24 h	210km	195km	180km	165km	150km		
chód 3km	<i>Młodziczki</i>			16:00	17:30	19:00	20:30
chód 5km	<i>junior</i>		24:45.00(b)	27:00.00(b)	31:00.00(b)	33:30	
chód 10	45:00	47:30	52:00	53:30	57:00		
chód 20	<b>1:38:00</b>	<b>1:41:00</b>	1:45:00	1:51:00	1:55:00		
100m pł.	<b>13.20</b>	13.60	14.50	15.75	16.90	17.75	
100m pł.	<i>jun. młod. (76.2)</i>		14.50	15.75	16.90	17.75	18.50
100m pł.	<i>młodziczki (76.2/8.20)</i>			15.50	16.75	17.40	18.50
300m pł.	<i>Młodziczki</i>			47.00	49.50	52.00	55.00
400m pł.	<b>56.50</b>	<b>59.50</b>	62.50	66.00	69.00	73.00	
1500m prz			4:55.00	5:15.00	5:40.00	6:20.00	
2000m prz			7:00.00	7:30.00	8:10.00		
3000m prz	<b>9:50.00</b>	<b>10:15.00</b>	11:20.00	11:50.00	12.40.00		
wzwyż	<b>1.91</b>	<b>1.82</b>	1.70	1.62	1.55	1.45	1.40
tyczka	4.30	3.80	3.30	3.00	2.70	2.40	2.00
w dal	6.60	<b>6.20</b>	5.80	5.40	5.10	4.80	4.50
trójskok	13.85	13.20	12.00	11.50	10.75	10.20	9.70
kula	<b>17.20</b>	<b>16.00</b>	12.50	11.75	10.00	9.00	8.00
kula (3)	<i>młodziczki</i>			12.30	10.50	9.70	9.00
Dvsk (0.75)	<i>Młodziczki</i>			38.00	33.00	28.00	24.00
dvsk	<b>59.00</b>	<b>55.00</b>	43.00	37.00	32.00	27.00	23.00
młot (4)	<b>67.00</b>	<b>59.50</b>	48.00	43.00	37.00	32.00	25.00
młot (3)	<i>młodziczki</i>			43.00	36.00	32.00	25.00
oszczen	<b>56.00</b>	<b>51.50</b>	44.00	39.50	34.50	30.00	26.50
5-bó	<i>Młodziczki</i>			2950	2500	2250	2050
7-bó	<b>5.800e</b>	<b>5.200e</b>	4.500e	4.200	3.600	3.000	
7-bó (i.mł)	<i>jun. młod.</i>		4.400e	4.100	3.500	3.100	2.900

**MĘŻCZYŹNI:**

konkurencja	MM	M	I	II	III	IV*	V**
100m	<b>10.25</b>	<b>10.65</b>	10.90	11.30	11.75	12.20	12.75
200m	<b>20.75</b>	<b>21.45</b>	21.90	22.80	23.60	24.40	25.60
300m	młodzicy			37.50	39.00	40.50	42.50
400m	<b>45.95</b>	<b>47.20</b>	48.50	50.50	52.75	54.75	57.00
600m	młodzicy			1:28.00	1:32.00	1:35.00	1:40.00
800m	<b>1:47.00</b>	1:48.50	1:51.80	1:57.00	2:02.00	2:07.50	2:12.00
1000m	młodzicy			2:38.00	2:43.00	2:50.00	3:00.00
1500m	<b>3:39.00</b>	3:42.00	3:49.00	4:02.00	4:12.00	4:22.00	4:35.00
2000m	młodzicy			6:00.00	6:10.00	6:20.00	6:40.00
3000m			8:18.00	8:45.00	9:15.00	10:10.00	
5000m	<b>13:28.00</b>	13:50.00	14:25.00	15:15.00	16:20.00	17:30.00	
10000m	<b>28:10.00</b>	28:55.00	30:25.00	33:00.00	34:30.00	36:30.00	
półmar.	<b>1:02:30</b>	1:04:30	1:07:50	1:11:00	1:17:00		
maraton	<b>2:13:00</b>	2:16:00	2:23:00	2:34:00	2:50:00		
100km	6:50:00	7:05:00	<b>8:00:00</b>	<b>8:30:00</b>	<b>9:00:00</b>		
24 h	235km	215km	205km	185km	170km		
110m ppł	<b>13.70</b>	<b>14.10</b>	15.00	15.75	16.70	17.50	
110m ppł	juniorzy (99 cm)		14.50	15.70	16.50	17.50	
110m ppł	Juniorzy mł. (91,4 cm)		14.15	15.00	15.75	16.50	
110m ppł.	młodzicy (91,4 cm)			15.75	17.00	17.75	18.50
300m ppł.	młodzicy			41.50	43.00	44.50	46.50
400m ppł.	49.50	<b>51.50</b>	54.50	56.50	59.00	62.00	
400m ppł.	juniorzy mł. (84 cm)		53.50	56.00	58.50	61.00	63.50
2000m prz.	Juniorzy		6:00.00	6:10.00	6:27.50	6:50.00	7:20.00
3000m prz.	<b>8:30.00</b>	<b>8:40.00</b>	9:05.00	9:35.00	10:15.00	10:50.00	
chód 5km	młodzicy			25:50	27:30	29:45	32:30
chód 10km			45:00.00(b)	48:00.00(b)	51:30.00(b)	57:00.00(b)	
chód 20km	<b>1:24:30</b>	<b>1:28:00</b>	1:35:00	1:40:00	1:50:00	2:00:00	
chód 50km	<b>4:07:00</b>	<b>4:15:00</b>	4:33:00	4:47:00	5:10:00		
Wzwyż	2.27	2.22	2.08	1.95	1.82	1.75	1.65
Tyczka	<b>5.55</b>	5.20	4.50	4.00	3.60	3.20	2.80
w dal	8.00	7.80	7.25	6.80	6.30	5.90	5.60
Trójskok	16.80	16.20	14.80	14.40	13.20	12.60	12.00
Kula	19.50	17.70	14.50	13.25	12.00	10.00	
Kula (6)	Juniorzy		16.00	14.00	13.00	11.00	
kula (5)	juniorzy mł		17.50	15.00	13.50	12.50	10.50
kula (4)	młodzicy			16.00	14.00	13.00	11.00
Dysk	62.00	57.00	46.00	40.00	35.00	30.00	
Dysk (1,75)	Juniorzy		50.00	44.00	38.00	32.00	
dysk (1,5)	juniorzy mł.		53.00	45.00	39.00	35.00	30.00
dysk (1)	młodzicy			46.00	41.00	35.50	31.00
Młot	<b>74.00</b>	<b>69.00</b>	54.00	45.00	38.00	30.00	
Młot (6)	Juniorzy		60.00	51.00	43.00	33.00	
młot (5)	juniorzy mł		68.00	58.00	50.00	40.00	30.00
młot (4)	młodzicy			59.00	52.00	43.00	32.00
Oszczep	<b>77.80</b>	<b>74.00</b>	62.00	55.00	47.00	39.00	
oszczep (700)	juniorzy mł.		65.00	57.00	50.00	45.00	
oszczep (600)	młodzicy			57.00	48.00	42.00	37.00
10-bój	<b>7.700e</b>	<b>7.000e</b>	6.300e	5.900	5.000	4.200	
10-bój (jun)	Juniorzy		6500	6000	5100	4400	
<b>8-bój (j.mł)</b>	<b>juniorzy mł.</b>		<b>5200</b>	<b>4900</b>	<b>4500</b>	<b>4000</b>	
8-bój	młodzicy			4750	4200	3700	3200

- nie będą uznawane klasy I lub wyższe uzyskane we wspólnych biegach kobiet i mężczyzn

- warunkiem uznania klas sportowych w konkurencjach technicznych, rozegranych wspólnie dla kobiet i mężczyzn, jest udział w konkursie minimum 2 kobiet i 2 mężczyzn