

Gehörlosen Sportverband NRW e.V. - Leistungssport

weiblich	Landeskader NRW			
	Richtwerte für die Aufnahme in den Landeskader 2025			
Jahrgang	U16	U18	U18	U20
Alter	15	16	17	18
Disziplin				
100m	13,90	13,80	13,70	13,60
200m	ohne	28,80	28,50	28,30
300/400m	46,00	67,00	65,20	64,00
800m	2:44,00	2:42,00	2:38,00	2:35,00
1500m	x	5:44,00	5:34,00	5:25,00
2000*/3000m	10:40,00*	14:40,00	14:00,00	13:30,00
5000m	x	x	x	23:00,00
80/100mH	14,70	17,50	17,00(B)	17,00*
300/400mH	52,00	72,00	69,00	68,00*
1500/2000mH	x	12:30,00	12:20,00	14:50,00
Hoch	1,35	1,40	1,42	1,45
Stabhoch	x	2,50	2,65	2,80
Weit	4,20	4,35	4,50	4,65
Drei	9,50	10,00	10,20	10,50
Kugel	9,50*	11,00*	11,50*	10,00*
Diskus	22,00*	23,50*	25,00*	27,50*
Hammer	25,00*	30,00*	34,00*	32,00*
Speer	27,00*	30,00*	33,00*	32,00
Siebenkampf	3000	3200	3500	3600

* Jugendgeräte (Gewichte, Hürdenhöhe)

Stand: 19.11.2024