

Gehörlosen Sportverband NRW e.V. - Leistungssport

weiblich	Landeskader NRW					
	Richtwerte für die Aufnahme in den Landeskader 2025					
Jahrgang	U12	U12	U14	U14	U16	U16
Alter	10	11	12	13	14	15
Disziplin						
50m	8,00	7,75	7,50	7,30		
75m			11,80	11,30	11,00	10,50
100m					14,20	13,90
300/400m						46,00
800m	3:30,00	3:20,00	3:10,00	3:00,00	2:50,00	2:44,00
2000m			9:00,00	8:50,00	8:40,00	8:30,00
60mH	14,00*	13,50*	13,00*	12,50*	11,50	
80mH						13,50
Hoch	1,10	1,15	1,30	1,35	1,40	1,45
Stabhoch						2,60
Weit	3,60*	3,80*	4,00*	4,25*	4,50	4,75
Kugel			9,00	9,50	11,00	11,50
Diskus			17,50	19,00	20,00	22,00
Hammer						20,00
Speer			24,00	26,00	28,00	30,00
Ballwurf 200g		25,00	32,00	35,00	38,00	40,00
Schlagball 80g	38,00	40,00				
3-Kampf	1000	1100	1200	1300		
4-Kampf	1400	1500	1600	1700	1900	2000
7-Kampf					2900	3000

Stand: 19.11.2024