

## Hvidovre AM Elite- & Talentkrav Ungdom

I beregningen af de enkelte krav er der taget udgangspunkt i, hvor mange point det pågældende EM-krav giver i World Athletics pointtabel.

B-krav beregnes som 95% af EM-kravets pointscore, og så slås det op i pointtabellen hvad det giver af resultat etc.

Niveau Pointkrav	Resultatkrav piger														
	U23 (20-22 år) 2001-03					U20 (18-19 år) 2004-2005					U18 (16-17 år) 2006-2007				
	Internationalt		Nationalt			Internationalt		Nationalt			Internationalt		Nationalt		
	U23 A EM U23	U23 B EM-95%	U23 C EM-90%	U23 D EM-85%	U23 E EM-80%	U20 A EM U20	U20 B EM-95%	U20 C EM-90%	U20 D EM-85%	U20 E EM-80%	U18 A EM U18	U18 B EM-95%	U18 C EM-90%	U18 D EM-85%	U18 E EM-80%
60 m indendørs	7,50	7,66	7,83	8,00	8,18	7,56	7,72	7,89	8,06	8,24	7,84	7,99	8,15	8,32	8,48
100 m	11,70	11,95	12,22	12,50	12,78	11,80	12,05	12,32	12,59	12,87	12,25	12,49	12,74	13,00	13,27
200 m indendørs	24,52	25,10	25,69	26,30	26,94	24,84	25,41	25,99	26,61	27,23	25,81	26,35	26,91	27,49	28,09
200 m	24,00	24,53	25,10	25,67	26,27	24,30	24,83	25,38	25,96	26,53	25,20	25,72	26,24	26,78	27,34
400m indendørs	55,94	57,34	58,81	59,37	61,84	56,44	57,83	59,28	60,77	62,31	58,37	59,72	61,10	62,56	64,02
400 m	55,00	56,35	57,79	59,27	60,76	55,50	56,85	58,28	59,74	61,25	57,40	58,71	60,07	61,50	62,93
800 m	2.06,50	2.09,55	2.12,80	2.16,07	2.19,50	2.07,80	2.10,10	2.13,29	2.16,58	2.20,62	2.14,00	2.16,90	2.19,89	2.22,97	2.26,21
1.500 m	4.24,00	4.30,94	4.38,11	4.45,48	4.53,07	4.24,00	4.30,94	4.38,11	4.45,48	4.53,07	4.40,00	4.46,51	4.53,22	5.00,28	5.07,39
3.000 m						9.48,00	10.03,30	10.19,36	10.35,52	10.52,52	9.50,00	10.04,95	10.21,06	10.37,27	10.54,33
5.000 m / 5 km	16.35,00	17.02,55	17.31,07	18.00,99	18.31,20	17.10,00	17.36,39	18.04,03	18.32,45	19.02,35					
10.000 m / 10 km	35.40,00	36.38,26	37.40,01	38.43,50	39.47,50										
2.000/3.000 m forh.	10.25,00	10.46,70	11.09,77	11.33,50	11.57,93	10.45,00	11.06,63	11.29,34	11.52,23	12.16,28	7.15,00	7.27,07	7.40,01	7.53,31	8.07,00
Halv maraton															
Maraton															
60m hæk indendørs	8,58	8,82	9,07	9,33	9,59	8,61	8,85	9,10	9,35	9,62	8,82	9,06	9,30	9,55	9,81
100 m hæk	13,90	14,30	14,73	15,15	15,60	13,95	14,35	14,77	15,19	15,64	14,30	14,69	15,10	15,52	15,95
400 m hæk	60,50	62,22	64,01	65,89	67,79	60,80	62,51	64,31	66,16	68,02	63,50	65,15	66,87	68,65	70,47
Højdespring	1,81	1,76	1,71	1,66	1,60	1,80	1,75	1,71	1,66	1,59	1,74	1,70	1,65	1,60	1,54
Stangspring	4,05	3,90	3,74	3,58	3,41	4,00	3,85	3,69	3,53	3,37	3,65	3,52	3,37	3,23	3,09
Længdespring	6,25	6,01	5,77	5,53	5,28	6,15	5,92	5,65	5,44	5,20	5,85	5,63	5,41	5,18	4,95
Trespring	12,95	12,45	11,95	11,45	10,94	12,70	12,21	11,73	11,24	10,74	12,20	11,75	11,28	10,81	10,34
Kuglestød	14,50	13,81	13,12	12,42	11,71	14,00	13,34	12,67	11,99	11,32	14,30	13,62	12,92	12,25	11,57
Diskoskast	49,50	47,06	44,65	42,36	39,95	47,50	45,26	42,96	40,66	38,36	40,50	38,58	36,61	34,63	32,71
Hammerkast	61,00	58,12	55,20	52,21	49,22	57,00	54,26	51,52	48,78	46,03	57,50	54,76	51,96	49,16	46,41
Spydkast	51,00	48,56	46,07	43,57	41,12	48,00	45,74	43,41	41,07	38,73	46,50	44,28	42,05	39,76	37,47
7-kamp	5.600	5.352	5.094	4.829	4.569	5.350	5.109	4.866	4.616	4.370	4.900	4.684	4.454	4.228	4.002

Resultatkrav drenge															
Niveau Pointkrav	U23 (20-22 år) 2001-03					U20 (18-19 år) 2004-2005					U18 (16-17 år) 2006-2007				
	Internationalt		Nationalt			Internationalt		Nationalt			Internationalt		Nationalt		
	U23 A EM U23	U23 B EM-95%	U23 C EM-90%	U23 D EM-85%	U23 E EM-80%	U20 A EM U20	U20 B EM-95%	U20 C EM-90%	U20 D EM-85%	U20 E EM-80%	U18 A EM U18	U18 B EM-95%	U18 C EM-90%	U18 D EM-85%	U18 E EM-80%
60 m indendørs	6,80	6,89	7,00	7,10	7,21	6,89	6,98	7,08	7,18	7,29	7,10	7,19	7,28	7,36	7,48
100 m	10,50	10,66	10,83	11,00	11,18	10,65	10,80	10,97	11,14	11,31	11,00	11,15	11,30	11,47	11,63
200 m indendørs	21,64	21,99	22,37	22,75	23,15	22,04	22,39	22,75	23,12	23,51	22,89	23,22	23,55	23,91	24,27
200 m	21,30	21,66	22,02	22,40	22,79	21,60	21,95	22,31	22,68	23,06	22,45	22,77	23,11	23,46	23,82
400m indendørs	47,96	48,78	49,62	50,49	51,40	48,97	49,77	50,59	51,44	52,31	51,00	51,74	52,52	53,30	54,11
400 m	47,00	47,81	48,64	49,49	50,38	48,00	48,78	49,59	50,41	51,27	50,00	50,71	51,46	52,24	53,04
800 m	1.48,00	1.49,87	1.51,79	1.53,79	1.55,82	1.50,25	1.52,04	1.53,90	1.55,82	1.57,80	1.56,00	1.57,64	1.59,35	2.01,11	2.02,92
1.500 m	3.42,50	3.46,53	3.50,78	3.55,15	3.59,56	3.48,20	3.52,14	3.56,22	4.00,41	4.04,73	4.01,00	4.04,55	4.08,28	4.12,11	4.16,05
3.000 m						8.23,00	8.31,40	8.40,10	8.49,05	8.58,47	8.34,00	8.42,03	8.50,43	8.59,28	9.08,18
5.000 m / 5 km	13.58,00	14.13,06	14.28,60	14.44,90	15.01,35	14.35,00	14.49,13	15.03,70	15.19,02	15.34,45					
10.000 m / 10 km	29.45,00	30.18,49	30.54,08	31.30,68	32.08,37										
2.000/3.000 m forh.	9.00,00	9.11,82	9.24,36	9.36,327	9.50,54	9.13,00	9.24,62	9.36,74	9.49,20	10.02,03	6.10,00	6.16,88	6.24,75	6.32,50	6.40,47
Halv maraton															
Maraton															
60m hæk indendørs	8,14	8,30	8,47	8,64	8,82	8,03	8,19	8,36	8,54	8,71	8,23	8,39	8,55	8,72	8,90
110 m hæk	14,40	14,68	14,98	15,29	15,60	14,20	14,49	14,79	15,10	15,42	14,55	14,83	15,13	15,42	15,73
400 m hæk	52,50	53,96	55,08	56,20	57,03	53,60	54,63	55,72	56,84	58,01	56,20	57,19	58,21	59,26	60,33
Højdespring	2,15	2,10	2,04	1,98	1,92	2,10	2,05	1,99	1,93	1,88	2,01	1,96	1,91	1,86	1,80
Stangspring	5,20	5,01	4,82	4,62	4,43	5,00	4,83	4,64	4,46	4,27	4,55	4,39	4,23	4,07	3,90
Længdespring	7,60	7,36	7,11	6,87	6,62	7,40	7,17	6,93	6,70	6,46	7,00	6,79	6,57	6,35	6,13
Trespring	15,55	15,08	14,59	14,11	13,62	15,05	14,59	14,14	13,67	13,21	14,20	13,79	13,36	12,95	12,52
Kuglestød	17,80	16,98	16,13	15,31	14,46	17,75	16,93	16,08	15,27	14,43	17,00	16,20	15,41	14,62	13,84
Diskoskast	54,50	51,83	49,27	46,64	44,01	54,00	51,45	48,83	46,26	43,63	53,00	50,52	47,95	45,43	42,86
Hammerkast	65,50	62,43	59,26	56,01	52,89	67,00	63,79	60,55	57,31	54,06	62,50	59,45	56,47	53,48	50,42
Spydkast	72,00	68,55	65,09	61,55	58,08	66,00	62,83	59,64	56,45	53,26	63,00	60,00	57,02	53,90	50,85
10-kamp	7.400	7.073	6.732	6.390	6.046	7.150	6.831	6.502	6.172	5.841	6.300	6.020	5.734	5.441	5.154

Kravene indendørs på 60m, 200m, 400m og 60m hæk svarer pointmæssigt til udendørs resultaterne på 100m, 200m og 400m

Ud over ovenstående resultatkrav er det også muligt at kvalificere sig via nedenstående

Ungdoms A-atlet	Været individuelt udtaget til sidste EM/VM på bane/cross
Ungdoms B-atlet	Udtaget som en del af et stafehold ved EM/VM.
Ungdoms C-atlet	Udtaget som en del af et crosshold til EM/VM.
Ungdoms D-atlet	Individuelt udtaget til NM U23.
Ungdoms E-atlet	Udtaget til landskampe af Dansk Atletik.