

DAF's årgangs- og elitegruppekrav

Talentudvikling og Elitegruppe

Sprint (60 - 400 meter)

| Sprint | 60m inde | | 100 meter | | 200 meter | | 400m inde | | 400 meter | |
|------------|----------|------|-----------|-------|-----------|-------|-----------|-------|--------------------------------|--------------------------------|
| | Piger | Dr. | Piger | Dr. | Piger | Dr. | Piger | Dr. | Piger | Dr. |
| 15 år | 8,10 | 7,46 | 12,74 | 11,59 | 26,47 | 23,85 | 60,55 | 53,59 | <u>300m:</u> 41,74 59,81 | <u>300m:</u> 37,51 53,10 |
| 16 år | 8,00 | 7,31 | 12,59 | 11,39 | 26,09 | 23,24 | 59,57 | 52,37 | 58,84 | 51,86 |
| 17 år | 7,91 | 7,18 | 12,45 | 11,22 | 25,74 | 22,76 | 58,68 | 51,36 | 57,96 | 50,81 |
| 18 år | 7,83 | 7,07 | 12,32 | 11,06 | 25,41 | 22,38 | 57,87 | 50,55 | 57,16 | 49,93 |
| 19 år | 7,75 | 6,98 | 12,20 | 10,93 | 25,11 | 22,08 | 57,13 | 49,89 | 56,43 | 49,19 |
| 20 år | 7,68 | 6,91 | 12,09 | 10,81 | 24,83 | 21,84 | 56,47 | 49,36 | 55,77 | 48,57 |
| 21 år | 7,62 | 6,86 | 11,99 | 10,70 | 24,58 | 21,64 | 55,86 | 48,92 | 55,18 | 48,05 |
| 22 år – B4 | 7,57 | 6,81 | 11,90 | 10,61 | 24,34 | 21,47 | 55,31 | 48,56 | 54,64 | 47,61 |
| B3 | 7,52 | 6,78 | 11,81 | 10,54 | 24,12 | 21,33 | 54,82 | 48,25 | 54,15 | 47,25 |
| B2 | 7,48 | 6,75 | 11,73 | 10,47 | 23,91 | 21,20 | 54,38 | 47,97 | 53,71 | 46,94 |
| B1 | 7,44 | 6,73 | 11,65 | 10,42 | 23,73 | 21,09 | 53,98 | 47,73 | 53,31 | 46,67 |
| A3 | 7,41 | 6,71 | 11,57 | 10,37 | 23,55 | 20,98 | 53,62 | 47,51 | 52,96 | 46,43 |
| A2 | 7,39 | 6,69 | 11,49 | 10,32 | 23,40 | 20,88 | 53,29 | 47,30 | 52,64 | 46,21 |
| A1 | 7,37 | 6,68 | 11,42 | 10,28 | 23,25 | 20,78 | 53,00 | 47,10 | 52,35 | 46,00 |

Man kan kun kvalificere sig ved hjælp af el-tider. Håndstoppede tider godkendes **IKKE** !
 Kun el-tider opnået i godkendt vind (max. 2,00 m/sek) kan bruges som kvalifikation på 100 og 200 meter
 Resultater markeret med lyseblåt og understreget er resultater man skal opnå på ungdomsdistancer

Hækkeløb (60 – 400 meter)

| Hæk | 60m hæk indendørs | | Kort hæk | | Lang hæk | |
|------------|-----------------------------|-----------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| | Piger | Drenge | Piger | Drenge | Piger | Drenge |
| 15 år | <u>76,2cm: 9,37</u> 9,62 | <u>84,0cm: 9,00</u> | <u>80m/76,2: 11,97</u> 16,10 | <u>100m/84,0: 14,33</u> | <u>300m/76,2: 47,53</u> 65,69 | <u>300m/76,2: 41,79</u> 58,86 |
| 16 år | <u>76,2cm: 9,13</u> 9,30 | <u>91,4cm: 8,75</u> | <u>100m/76,2: 14,79</u> 15,66 | <u>110/91,4m: 15,22</u> | 64,61 | <u>400m/84,0: 57,22</u> 57,65 |
| 17 år | <u>76,2cm: 8,96</u> 9,07 | <u>91,4cm: 8,52</u> | <u>100m/76,2: 14,50</u> 15,27 | <u>110m/91,4: 14,75</u> | 63,60 | <u>400m/84,0: 56,05</u> 56,57 |
| 18 år | 8,90 | <u>99,1cm: 8,50</u> 8,64 | 14,94 | <u>110m/99,1: 14,88</u> 15,73 | 62,68 | 55,60 |
| 19 år | 8,76 | <u>99,1cm: 8,35</u> 8,45 | 14,64 | <u>110m/100: 14,53</u> 15,30 | 61,82 | 54,72 |
| 20 år | 8,66 | 8,29 | 14,39 | 14,94 | 61,02 | 53,94 |
| 21 år | 8,57 | 8,17 | 14,17 | 14,65 | 60,29 | 53,25 |
| 22 år – B4 | 8,50 | 8,07 | 13,98 | 14,41 | 59,63 | 52,61 |
| B3 | 8,43 | 8,00 | 13,81 | 14,22 | 59,01 | 52,03 |
| B2 | 8,38 | 7,94 | 13,66 | 14,07 | 58,45 | 51,50 |
| B1 | 8,32 | 7,88 | 13,53 | 13,95 | 57,92 | 51,01 |
| A3 | 8,28 | 7,84 | 13,40 | 13,86 | 57,43 | 50,57 |
| A2 | 8,24 | 7,80 | 13,28 | 13,79 | 56,97 | 50,16 |
| A1 | 8,20 | 7,77 | 13,16 | 13,72 | 56,55 | 49,80 |

Man kan kun kvalificere sig ved hjælp af el-tider. Håndstoppede tider godkendes **IKKE** !
 Kun el-tider opnået i godkendt vind (max. 2,00 m/sek) kan bruges som kvalifikation på den korte hæk
 Resultater markeret med lyseblåt og understreget er resultater man skal opnå på ungdomsdistancer og –højder

Mellemdistance (800 – 3.000 meter)

| M/L – 1 | 800 meter | | 1.500 meter | | 3.000 meter | | 3.000m FH | |
|------------|-----------|---------|-------------|---------|-------------|---------|-----------|---------|
| | Piger | Drenge | Piger | Drenge | Piger | Drenge | Piger | Drenge |
| 15 år | 2.20,00 | 2.01,00 | 4.50,00 | 4.15,00 | 10.35,00 | 9.08,80 | ---- | ---- |
| 16 år | 2.17,79 | 1.58,56 | 4.45,47 | 4.08,08 | 10.24,11 | 8.57,93 | ---- | ---- |
| 17 år | 2.15,74 | 1.56,51 | 4.41,20 | 4.02,36 | 10.13,54 | 8.48,80 | ---- | ---- |
| 18 år | 2.13,85 | 1.54,77 | 4.37,18 | 3.57,66 | 10.03,37 | 8.40,52 | ---- | ---- |
| 19 år | 2.12,11 | 1.53,29 | 4.33,40 | 3.53,80 | 9.53,50 | 8.33,00 | 11.20,00 | 9.30,00 |
| 20 år | 2.10,49 | 1.52,05 | 4.29,85 | 3.50,62 | 9.44,16 | 8.26,19 | 11.09,82 | 9.19,27 |
| 21 år | 2.09,00 | 1.51,00 | 4.26,50 | 3.48,00 | 9.35,09 | 8.20,00 | 10.59,83 | 9.10,00 |
| 22 år – B4 | 2.07,63 | 1.50,10 | 4.23,35 | 3.45,86 | --- | --- | 10.50,03 | 9.02,01 |
| B3 | 2.06,35 | 1.49,35 | 4.20,39 | 3.44,10 | --- | --- | 10.40,42 | 8.55,12 |
| B2 | 2.05,18 | 1.48,71 | 4.17,60 | 3.42,65 | --- | --- | 10.31,00 | 8.49,17 |
| B1 | 2.04,09 | 1.48,17 | 4.14,98 | 3.41,45 | --- | --- | 10.21,76 | 8.44,04 |
| A3 | 2.03,09 | 1.47,71 | 4.12,51 | 3.40,47 | --- | --- | 10.12,69 | 8.39,62 |
| A2 | 2.02,16 | 1.47,33 | 4.10,18 | 3.39,67 | --- | --- | 10.03,80 | 8.35,80 |
| A1 | 2.01,30 | 1.47,00 | 4.08,00 | 3.39,00 | --- | --- | 9.55,00 | 8.32,50 |

Langdistance (5.000 meter – Maraton)

| M/L – 2 | 5.000 meter | | 10.000m / 10K | | Halvmaraton | | Maraton | |
|------------|-------------|----------|---------------|----------|-------------|---------|---------|---------|
| | Piger | Dr. | Piger | Dr. | Piger | Dr. | Piger | Dr. |
| 15 år | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 16 år | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 17 år | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 18 år | 17.19,64 | 14.55,33 | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 19 år | 17.01,15 | 14.39,87 | 35.54,02 | 32.21,75 | --- | --- | --- | --- |
| 20 år | 16.44,69 | 14.26,51 | 35.20,67 | 31.38,32 | --- | --- | --- | --- |
| 21 år | 16.30,04 | 14.15,00 | 34.50,00 | 31.00,00 | --- | --- | --- | --- |
| 22 år – B4 | 16.17,01 | 14.04,99 | 34.22,49 | 30.26,15 | 1.17.30 | 1.07.13 | 2.45.00 | 2.22.44 |
| B3 | 16.05,42 | 13.56,37 | 33.57,16 | 29.56,29 | 1.16.12 | 1.06.06 | 2.41.52 | 2.20.41 |
| B2 | 15.55,10 | 13.48,92 | 33.34,06 | 29.29,93 | 1.15.09 | 1.05.11 | 2.39.20 | 2.18.53 |
| B1 | 15.45,92 | 13.42,49 | 33.12,97 | 29.06,66 | 1.14.17 | 1.04,27 | 2.37,14 | 2.17.14 |
| A3 | 15.37,76 | 13.36,93 | 32.53,74 | 28.46,12 | 1.13.35 | 1.03.52 | 2.35.32 | 2.15.44 |
| A2 | 15.30,49 | 13.32,13 | 32.36,19 | 28.27,99 | 1.13.00 | 1.03.24 | 2.34.08 | 2.14.20 |
| A1 | 15.24,02 | 13.28,00 | 32.20,00 | 28.12,00 | 1.12.30 | 1.03.00 | 2.33.00 | 2.13.00 |

Kravet på 10.000 meter kan også klares ved at opnå den opstillede tid på en 10 km landevej.
Hvis kravene opnås på landevej, så er det dog en betingelse for godkendelse, at ruten er opmålt og godkendt af en certificeret opmåler (DAF, nationalt forbund, EAA, IAAF)

Kapgang (3.000 meter – 50 km)

| Kapgang | 3.000 meter | | 5.000 meter | | 10.000m / 10K | | 20.000m / 20K | | 50 km | |
|------------|-------------|----------|-------------|----------|---------------|------------|---------------|---------|-------|---------|
| | Piger | Dr. | Piger | Dr. | Piger | Dr. | Piger | Dr. | Piger | Dr. |
| 14 år | 16.49,80 | 15.50,00 | 29.00,37 | 27.40,00 | 1.04.29,00 | 1.02.11,00 | --- | --- | --- | --- |
| 15 år | 16.11,90 | 15.14,85 | 27.59,90 | 26.33,60 | 1.02.00,00 | 58.20,00 | --- | --- | --- | --- |
| 16 år | 15.39,03 | 14.43,75 | 27.10,18 | 25.36,23 | 59.49,00 | 54.43,77 | --- | --- | --- | --- |
| 17 år | 15.10,80 | 14.15,91 | 26.28,87 | 24.47,07 | 57.53,00 | 51.49,63 | --- | --- | --- | --- |
| 18 år | --- | --- | 25.53,14 | 24.05,43 | 56.10,00 | 49.28,62 | 1.58,00 | 1.44,00 | --- | --- |
| 19 år | --- | --- | 25.21,20 | 23.29,30 | 54.38,00 | 47.33,07 | 1.54,28 | 1.39,58 | --- | --- |
| 20 år | --- | --- | --- | --- | 53.15,00 | 45.56,59 | 1.51,30 | 1.36,41 | --- | 4.37,01 |
| 21 år | --- | --- | --- | --- | 52.00,00 | 44.35,00 | 1.49,00 | 1.34,00 | --- | 4.30,00 |
| 22 år – B4 | --- | --- | --- | --- | 50.51,00 | 43.33,48 | 1.46,49 | 1.31,45 | --- | 4.24,04 |
| B3 | --- | --- | --- | --- | --- | --- | 1.44,51 | 1.29,55 | --- | 4.19,03 |
| B2 | --- | --- | --- | --- | --- | --- | 1.43,01 | 1.28,26 | --- | 4.14,54 |
| B1 | --- | --- | --- | --- | --- | --- | 1.41,19 | 1.27,11 | --- | 4.11,20 |
| A3 | --- | --- | --- | --- | --- | --- | 1.39,44 | 1.26,08 | --- | 4.08,19 |
| A2 | --- | --- | --- | --- | --- | --- | 1.38,15 | 1.25,16 | --- | 4.05,35 |
| A1 | --- | --- | --- | --- | --- | --- | 1.36,50 | 1.24,30 | --- | 4.03,00 |

Alle krav kan klares både på bane og landevej. Hvis kravene opnås på landevej, så er det dog en betingelse for godkendelse, at ruten er opmålt og godkendt af en certificeret opmåler (DAF, nationalt forbund, EAA, IAAF)
Som den eneste disciplin af alle, vil der på 50 km også være tale om en subjektiv vurdering, hvis en aktiv ikke klarer det forventede krav

Spring

| Spring | Længdespring | | Trespring | | Højdespring | | Stangspring | |
|------------|--------------|--------|-----------|--------|-------------|--------|-------------|--------|
| | Piger | Drenge | Piger | Drenge | Piger | Drenge | Piger | Drenge |
| 15 år | 5,30 | 6,15 | 11,10 | 13,00 | 1,62 | 1,80 | 2,90 | 3,55 |
| 16 år | 5,45 | 6,40 | 11,40 | 13,40 | 1,65 | 1,86 | 3,15 | 3,90 |
| 17 år | 5,60 | 6,60 | 11,70 | 13,75 | 1,68 | 1,92 | 3,35 | 4,20 |
| 18 år | 5,70 | 6,80 | 11,90 | 14,10 | 1,70 | 1,98 | 3,53 | 4,47 |
| 19 år | 5,80 | 7,00 | 12,10 | 14,55 | 1,73 | 2,03 | 3,70 | 4,70 |
| 20 år | 5,92 | 7,20 | 12,40 | 15,00 | 1,77 | 2,08 | 3,84 | 4,90 |
| 21 år | 6,05 | 7,40 | 12,75 | 15,40 | 1,80 | 2,13 | 3,95 | 5,05 |
| 22 år – B4 | 6,15 | 7,51 | 13,10 | 15,70 | 1,82 | 2,16 | 4,05 | 5,16 |
| B3 | 6,25 | 7,61 | 13,30 | 15,90 | 1,84 | 2,18 | 4,13 | 5,25 |
| B2 | 6,34 | 7,69 | 13,45 | 16,10 | 1,86 | 2,20 | 4,20 | 5,33 |
| B1 | 6,42 | 7,77 | 13,55 | 16,25 | 1,88 | 2,22 | 4,26 | 5,40 |
| A3 | 6,49 | 7,83 | 13,65 | 16,40 | 1,89 | 2,24 | 4,30 | 5,46 |
| A2 | 6,55 | 7,89 | 13,78 | 16,55 | 1,90 | 2,25 | 4,33 | 5,51 |
| A1 | 6,60 | 7,95 | 13,90 | 16,70 | 1,91 | 2,26 | 4,35 | 5,55 |

Kun spring opnået med godkendt vind (max. 2,00 m/sek) kan bruges som kvalifikation i længde- og trespring

Kast

| Kast | Kuglestød | | Diskoskast | | Hammerkast | | Spydkast | |
|------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|----------------------------|---------------------------|----------------------------|----------|---------------------------|
| | Piger | Drenge | Piger | Drenge | Piger | Drenge | Piger | Drenge |
| 15 år | <u>3kg 12,50</u> 11,00 | <u>4kg 15,00</u> 12,15 | <u>¾kg 38,00</u> 34,00 | <u>1kg 46,00</u> 36,80 | <u>3kg 42,00</u> 37,00 | <u>4kg 48,00</u> 36,80 | 37,50 | <u>600 51,00</u> 46,00 |
| 16 år | 11,65 | <u>5kg 15,40</u> 12,90 | 36,30 | <u>1½kg 44,00</u> 39,30 | 40,50 | <u>5kg 48,60</u> 41,40 | 39,80 | <u>700 53,60</u> 50,10 |
| 17 år | 12,30 | <u>5kg 16,20</u> 13,65 | 38,60 | <u>1½kg 47,50</u> 41,70 | 43,80 | <u>5kg 53,70</u> 45,70 | 42,00 | <u>700 57,40</u> 53,90 |
| 18 år | 12,90 | <u>6kg 15,70</u> 14,35 | 40,80 | <u>1¾kg 46,50</u> 44,00 | 46,90 | <u>6 kg 54,30</u> 49,70 | 44,00 | 57,40 |
| 19 år | 13,45 | <u>6kg 16,40</u> 15,05 | 42,90 | <u>1¾kg 49,50</u> 46,30 | 49,80 | <u>6 kg 58,20</u> 53,40 | 46,00 | 60,70 |
| 20 år | 14,00 | 15,70 | 45,00 | 48,40 | 52,50 | 56,80 | 47,80 | 63,70 |
| 21 år | 14,50 | 16,30 | 47,00 | 50,50 | 55,00 | 60,00 | 49,50 | 66,50 |
| 22 år – B4 | 15,00 | 16,90 | 48,90 | 52,50 | 57,30 | 62,90 | 51,10 | 69,00 |
| B3 | 15,45 | 17,45 | 50,80 | 54,40 | 59,40 | 65,40 | 52,50 | 71,20 |
| B2 | 15,85 | 18,00 | 52,60 | 56,20 | 61,30 | 67,70 | 53,90 | 73,20 |
| B1 | 16,25 | 18,50 | 54,30 | 57,90 | 63,00 | 69,70 | 55,10 | 74,90 |
| A3 | 16,60 | 18,95 | 55,90 | 59,50 | 64,50 | 71,40 | 56,20 | 76,40 |
| A2 | 16,90 | 19,40 | 57,50 | 61,00 | 65,80 | 72,80 | 57,10 | 77,60 |
| A1 | 17,20 | 19,80 | 59,00 | 62,50 | 67,00 | 74,00 | 58,00 | 78,50 |

Resultater markeret med lyseblåt og understreget er resultater man skal opnå med ungdomsredskaber
Øvrige resultater er med seniorredskaber

Mangekamp (Inden- og udendørs)

| MK | Mangekamp inde | | Mangekamp ude | |
|----------|--------------------------------|----------------------------------|------------------|-------------------------------|
| | Piger | Drenge | Piger | Drenge |
| 15 år | 4 kamp: 2450 | 5 kamp: 2700 | 4350 | 9 kamp: 5400 |
| 16 år | 4 kamp: 2300 5 kamp: 2800 J | 5 kamp: 3050 | 4000 J 3950 S | 9 kamp: 5200 10 kamp: 5775 |
| 17 år | 4 kamp: 2500 5 kamp: 2950 J | 5 kamp: 3200 7 kamp: 4500 J | 4150 J 4050 S | 9 kamp: 5400 10 kamp: 6000 |
| 18 år | 3100 | 7 kamp: 4700 J 7 kamp: 4600 S | 4300 | 6650 J 6400 S |
| 19 år | 3250 | 7 kamp: 4850 J 7 kamp: 4750 S | 4500 | 6850 J 6625 S |
| 20 år | 3400 | 4800 | 4850 | 6750 |
| 21 år | 3550 | 4900 | 5150 | 6850 |
| 22 år–B4 | 3675 | 5000 | 5275 | 7000 |
| B3 | 3800 | 5100 | 5400 | 7150 |
| B2 | 3900 | 5200 | 5500 | 7300 |
| B1 | 4000 | 5275 | 5600 | 7450 |
| A3 | 4075 | 5350 | 5700 | 7600 |
| A2 | 4150 | 5425 | 5800 | 7700 |
| A1 | 4225 | 5500 | 5900 | 7800 |

Udregninger:

- Ved alle mangekampe (inde og ude) bruges de aldersrelevante redskaber, højde og afstande
- Til points udregning i alle mangekampe anvendes IAAF Scoring Tabels for Combined Events
 - Omregninger:
 - **Piger 14-15 år:** 80 m hæk slås op under 100 m hæk for kvinder
 - **Drenge 14-15 år:** 100 m hæk slås op under 110 m hæk for mænd
 - **Drenge 14-15 år:** 200 m slås op under 200 m for mænd
 - **Drenge 14-15 år:** 800 slås op under 800 m for KVINDER
 - **Drenge 16-17 år:** 1000 m slås op under 1000 m inde for mænd
 - En aktiv kan yderlig kvalificere sig ved:
 - i 7 kamp for piger, at resultater i årets løb i de 7 enkeltøvelser i en samlet points sum skal udgøre 102 % af det opstillede krav
 - F.eks. 21 års kravet 5150p: 5253p
 - i 9 / 10 kamp for drenge, at resultater i året løb i de 9 / 10 enkeltøvelser i en samlet points sum skal udgøre 102 % af det opstillede krav
 - F. eks. 21 års kravet 6850p: 6987p
- Alle mangekampe godkendes, som kvalifikation, uanset vind og hånd - / eltider.

Ajourført pr. 07. februar 2011, KA