

DAF's objektive krav i forhold til sportslig godkendelse til ungdomsuddannelser

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

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>	<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	9,30 <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>	62,68	55,60
19 år	8,76	<u>99,1cm: 8,35</u> 8,45	14,64	15,73 <u>110m/100: 14,53</u> 15,30	61,82	54,72

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

Langdistance (5.000 meter – 10.000 meter)

M/L – 2	5.000 meter		10.000m / 10K	
	Piger	Dr.	Piger	Dr.
18 år	17.19,64	14.55,33	---	---
19 år	17.01,15	14.39,87	35.54,02	32.21,75

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	
	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

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)

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

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	12,50	15,00	38,00	46,00	49,00	57,00	39,70	56,00
16 år	13,25	15,40	36,30	44,00	51,00	53,00	42,10	53,60
17 år	13,95	16,20	38,60	47,50	54,00	58,00	44,40	57,40
18 år	12,90	15,70	40,80	46,50	49,00	58,00	44,00	57,40
19 år	13,45	16,40	42,90	49,50	52,00	62,00	46,00	60,70

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

Udregninger:

- Ved alle mangekampe (inde og ude) bruges de aldersrelevante redskaber, højde og afstande
- Til points udregning i alle mangekampe anvendes IAAF Scoring Tables 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
 -
- Alle mangekampe godkendes, som kvalifikation, uanset vind og hånd - / eltider.