

## DISZIPLINGRUPPE LAUF/GEHEN

Die Kaderberufung erfolgt auf Grundlage folgender Kriterien:

- a. Kadernorm **oder**
- b. Weiteren Kriterien je nach Disziplin (Zusatzleistungen bzw. Bestätigungsleistungen sind mit einem großen Z gekennzeichnet):
  - i. 800 m, 1500 m und 3000 m Hindernis: Dreierschnitt
  - ii. 5000 m: nur Bahnleistungen, Zweierschnitt und Unterdistanzleistung 1500 m
  - iii. 10000 m: Zweierschnitt (mindestens eine Bahnleistung) und Zusatzleistung 5000m/Halbmarathon
  - iv. Marathon: Norm II und Halbmarathonzeit **oder** Top 15 bei OS oder WM
  - v. Halbmarathon Gehen: Zweierschnitt und Unterdistanzleistung 10 km
  - vi. Marathon Gehen: Kaderrichtwert II und Halbmarathon-Zeit

Jahrgang		NK1				PK										
		2009 <sup>1)</sup>	2008 <sup>1)</sup>	2007	2006	2007	2006	2005	2004	2003	2002	2001	2000	1999	1998	
Alter		17	18	19	20	19	20	21	22	23	24	25(+)	26(+)	27	28+	
Männer	800m	Norm	01:53,00	01:51,00	01:49,00	01:48,00	1:48,00	1:47,00	1:46,00	1:45,50	1:45,30	1:45,00	1:44,70			
		Dreierschnitt							1:46,50	1:46,00	1:45,60	1:45,30	1:45,00			
	1500m	Norm	03:55,00	03:50,00	03:45,00	03:43,00	03:43,00	03:40,00	3:38,00	3:36,50	3:35,50	3:35,00	3:34,20			
		Dreierschnitt							3:39,00	3:37,50	3:36,50	3:35,50	3:35,00			
	3000m	Norm	08:34,00	08:30,00	08:08,00	08:00,00	08:00,00									
	5000m	Norm		14:35,00	14:07,00	14:00,00	14:00,00	13:45,00	13:38,00	13:30,00	13:24,00	13:18,00	13:11,00			
		Zweierschnitt							13:44,00	13:37,00	13:32,00	13:24,00	13:18,00			
		1500m Z							03:40,00	3:38,50	3:37,50	3:37,00	3:36,50			
	10000m	Norm				29:20,00		28:55,00	28:35,00	28:20,00	28:05,00	27:55,00	27:50,00	27:46,00		
		Zweierschnitt							28:50,00	28:30,00	28:15,00	28:05,00	27:55,00	27:50,00		
		5000m Z							13:50,00	13:40,00	13:32,00	13:25,00	13:20,00	13:15,00		
		Halbmarathon Z*												61:40		
	2000m H	Norm	06:00,00	05:52,50												
	3000m H	Norm		09:15,00	09:00,00	08:50,00	08:50,00	08:42,00	08:36,00	08:30,00	08:25,00	08:23,00	08:20,50			
		Dreierschnitt							08:38,00	08:32,00	08:27,00	08:25,00	08:22,50			
	Marathon	Norm*										02:09:50	02:08:55	02:08:10	02:07:30	02:07:00
		Norm II										02:10:30	02:09:35	02:08:50	02:08:10	02:07:40
		Halbmarathon Z										62:20	62:00	61:40	61:25	61:10
	5km G	Norm	23:00,00	22:15,00	21:15,00											
	10km G	Norm	46:45,00	45:00,00	43:15,00	41:50,00	41:00,00	40:30,00	40:10,00	39:50,00						
Halbmarathon G	Kaderrichtwert*		1:40:54	1:35:33	1:33:27	1:30:43	1:29:40	1:28:37	1:27:46	1:26:49	1:26:05	1:25:44	1:24:41			
	Zweierschnitt							1:29:19	1:28:16	1:27:33	1:26:51	1:26:09	1:25:27			
	10km G Z							40:45,00	40:30,00	40:15,00	40:00,00	39:45,00	39:30,00			
Marathon G	Kaderrichtwert*							3:17:34	3:15:37	3:12:00	3:09:38	3:08:05	3:06:51	3:05:37		
	Kaderrichtwert II*							3:20:00	3:18:00	3:16:00	3:12:15	3:10:00	3:08:15	3:07:00		
	Halbmarathon G Z							1:30:43	1:30:22	1:29:40	1:29:19	1:28:37	1:28:16	1:27:54		

\* Zeitraum der Erbringung 01.12.2025 bis 31.10.2026, Gehen 15.10.2025-31.10.2026

<sup>1)</sup> Kaderrichtwert

Die Kaderberufung erfolgt auf Grundlage folgender Kriterien:

- a. Kadernorm **oder**
- b. Weiteren Kriterien je nach Disziplin (Zusatzleistungen bzw. Bestätigungsleistungen sind mit einem großen Z gekennzeichnet):
  - i. 800 m, 1500 m und 3000 m Hindernis: Dreierschnitt
  - ii. 5000 m: nur Bahnleistungen, Zweierschnitt und Unterdistanzleistung 1500 m
  - iii. 10000 m: Zweierschnitt (mindestens eine Bahnleistung) und Zusatzleistung 5000m/Halbmarathon
  - iv. Marathon: Norm II und Halbmarathonzeit **oder** Top 15 bei OS oder WM
  - v. Halbmarathon Gehen: Zweierschnitt und Unterdistanzleistung 10 km
  - vi. Marathon Gehen: Kaderrichtwert II und Halbmarathon-Zeit

FRAUEN			NK1				PK									
	Jahrgang		2009 <sup>1)</sup>	2008 <sup>1)</sup>	2007	2006	2007	2006	2005	2004	2003	2002	2001	2000	1999	1998
	Alter		17	18	19	20	19	20	21	22	23	24	25+	26(+)	27	28+
800m	Norm		2:10,00	02:08,00	2:06,50	2:04,80	2:04,80	2:03,50	2:02,40	2:01,50	2:01,00	2:00,20	1:59,50			
	Dreierschnitt								2:03,00	2:02,20	2:01,60	2:00,80	2:00,10			
1500m	Norm		04:29,50	04:27,00	04:20,00	04:16,00	04:16,00	04:12,00	4:09,50	4:07,50	4:06,00	4:04,50	4:03,50			
	Dreierschnitt								4:10,50	4:08,50	4:07,00	4:05,50	4:04,50			
3000m	Norm		09:45,00	09:35,00	09:20,00	09:10,00	09:10,00									
5000m	Norm			16:45,00	16:30,00	16:15,00	16:15,00	15:53,00	15:43,00	15:28,00	15:23,00	15:13,00	15:06,00			
	Zweierschnitt							15:53,00	15:43,00	15:28,00	15:18,00	15:16,00				
	1500m Z							04:16,00	04:13,00	04:10,00	04:08,00	04:07,00				
10000m	Norm				33:45,00		33:20,00	32:50,00	32:30,00	32:20,00	32:10,00	31:58,00	31:46,00			
	Zweierschnitt							33:20,00	32:55,00	32:35,00	32:18,00	32:08,00	32:00,00			
	5000m Z							15:50,00	15:35,00	15:30,00	15:20,00	15:16,00	15:10,00			
	Halbmarathon Z*												70:20			
2000m H	Norm		06:55,00	06:45,00												
3000m H	Norm			10:32,00	10:10,00	10:02,00	10:05,00	09:55,00	09:48,00	09:40,00	09:35,00	09:31,00	09:29,00			
	Dreierschnitt								09:50,00	09:42,00	09:37,00	09:33,00	09:31,00			
Marathon	Norm*											2:27:30	2:26:30	2:26:00	2:25:30	2:24:45
	Norm II											2:28:15	2:27:15	2:26:25	2:26:15	2:25:30
	Halbmarathon Z											71:20	70:50	70:20	70:00	69:50
5km G	Norm		24:50,00	23:45,00	23:00,00											
10km G	Norm		52:00,00	50:40,00	48:20,00	47:40,00	46:30,00	0:45:40	0:45:15	0:44:50						
	Kaderrichtwert*			1:55:38	1:49:43	1:45:29	1:41:55	1:40:54	1:39:47	1:38:47	1:37:43	1:36:40	1:36:19	1:35:33		
	Zweierschnitt								1:40:34	1:39:31	1:38:06	1:37:24	1:36:42	1:36:21		
10km G Z								0:45:45	0:45:15	0:44:50	0:44:30	0:44:10	0:43:50			
Marathon G	Kaderrichtwert*									3:47:41	3:43:10	3:41:21	3:39:15	3:38:50	3:38:16	3:37:43
	Kaderrichtwert II*									3:50:00	3:48:00	3:43:30	3:41:30	3:39:30	3:39:00	3:38:30
	Halbmarathon G Z								1:41:16	1:40:54	1:40:13	1:39:52	1:39:31	1:38:48	1:38:27	

\* Zeitraum der Erbringung 01.12.2025 bis 31.10.2026, Gehen 15.10.2025-31.10.2026

<sup>1)</sup> Kaderrichtwert