

Medaillenstandards für Seniorenmeisterschaften 2021

Die Leistungen sind von der AG Breitensport des BLV festgelegt und basieren auf Altersklassenfaktoren der WA (bisher IAAF).

Erläuterung:

Die nachstehenden Medaillenstandards gelten ausschließlich, wenn nur ein einziger Teilnehmer / eine einzige Teilnehmerin in der dementsprechenden Altersklasse an den Start geht. Erreicht er/sie die in seiner/ihrer Altersklasse geforderte Weite oder Zeit, so erhält er/sie den Bayerischen Meistertitel.

Diese Aufstellung beinhaltet nicht den Anspruch auf jährliche Durchführung einer Disziplin, sondern das wird ausschließlich über die jeweiligen Ausschreibungen geregelt.

1. Stadionwettbewerbe

Männer

Disziplin	M30	M 35	M 40	M 45	M 50	M 55	M 60	M 65	M 70	M 75	M 80	M85	M90
100m	11,8	12,0	12,4	12,8	13,2	13,6	14,1	14,6	15,2	16,0	17,0	keine Vorgaben	
200m	24,5	24,9	25,7	26,5	27,4	28,4	29,4	30,6	32,1	34,0	36,6	keine Vorgaben	
400m	55,0	57,0	58,8	60,7	62,8	65,1	67,5	70,2	73,7	78,8	86,4	keine Vorgaben	
800m	02:08	02:09	02:14	02:19	02:25	02:31	02:37	02:45	02:53	03:05	03:24	keine Vorgaben	
1500m	04:23	04:28	04:38	04:48	05:00	05:12	05:26	05:41	05:58	06:25	07:07	keine Vorgaben	
5000m	15:50	16:08	16:43	17:21	18:03	18:49	19:38	20:32	21:35	23:12	25:44	keine Vorgaben	

110 m H

1,067m	17,6												
0,991m		17,8	18,5	19,2									

100 m H

0,914m					18,3	19,1							
0,838m							19,5	20,4					

80 m H

0,762m									17,2	17,9			
0,686m											19,7	keine Vorgaben	

4x100m

47,7	50,6	53,9	57,7	62,8	71,2
------	------	------	------	------	------

3x1000m

09:00	09:38	10:31	11:35	13:08	16:13
-------	-------	-------	-------	-------	-------

BG 3000 m

17:00	17:31	18:07	18:51	19:39	20:32	21:31	22:40	24:01	25:37	27:32	keine Vorgaben	
-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	----------------	--

BG 5000 m

29:30	30:22	31:22	32:38	34:01	35:31	37:13	39:12	41:33	44:21	47:43	keine Vorgaben	
-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	----------------	--

BG10000m

1:02:30	1:04:07	1:06:05	1:08:43	1:11:35	1:14:41	1:18:12	1:22:23	1:27:22	1:33:24	1:40:46	keine Vorgaben	
---------	---------	---------	---------	---------	---------	---------	---------	---------	---------	---------	----------------	--

Hoch

1,75	1,71	1,67	1,59	1,51	1,43	1,34	1,26	1,18	1,10	1,02	keine Vorgaben	
------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	----------------	--

Stabhoch

3,30	3,25	3,06	2,87	2,69	2,50	2,32	2,13	1,95	1,76	1,58	keine Vorgaben	
------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	----------------	--

Weit

6,20	6,01	5,69	5,37	5,05	4,73	4,40	4,08	3,76	3,44	3,12	keine Vorgaben	
------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	----------------	--

Drei

11,8	11,7	11,1	10,5	9,8	9,2	8,6	8,0	7,3	6,7	6,1	keine Vorgaben	
------	------	------	------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	----------------	--

Kugel

7,250kg	13,3	12,8	11,9	11,1									
6,000kg					11,3	10,5							
5,000kg							10,7	9,8					
4,000kg									10,4	9,5			
3,000kg											8,8	keine Vorgaben	

Diskus

2,000kg	40,7	40,1	37,0	33,8									
1,500kg					39,8	36,7							
1,000kg							38,3	35,0	31,8	28,4	24,8	keine Vorgaben	

Hammer

7,250kg	38,5	37,4	34,2	31,1									
6,000kg					32,5	29,3							
5,000kg							29,4	26,3					
4,000kg									26,5	23,3			
3,000kg											20,6	keine Vorgaben	

Speer

800g	50	49,4	46,0	42,7									
700g					40,7	37,4							
600g							35,4	32,0					
500g									29,8	26,4			
400g											23,9	keine Vorgaben	

2 . Stadionwettbewerbe

Frauen

Disziplin	W 30	W 35	W 40	W 45	W 50	W 55	W 60	W 65	W 70	W 75	W80	W85	W90
100m	13,4	13,5	14,0	14,6	15,2	15,8	16,5	17,2	18,1	19,3	keine Vorgaben		
200m	28,9	29,8	30,9	32,2	33,5	35,0	36,6	38,3	40,9	44,2	keine Vorgaben		
400m	69,0	70,4	73,5	76,8	80,5	84,5	89,4	95,8	105,0	117,0	keine Vorgaben		
800m	02:35	02:36	02:43	02:50	02:58	03:07	03:18	03:31	03:50	04:16	keine Vorgaben		
1500m	05:32	05:38	05:51	06:11	06:35	07:01	07:32	08:08	08:49	09:38	keine Vorgaben		
5000m	18:30	18:43	19:15	20:10	21:27	22:55	24:35	26:32	28:49	31:31	keine Vorgaben		

100 m H		
0,838m	19,3	19,6

80 m H						
0,762m	16,3	17,7	17,6	19,2		
0,686m	19,4	21,4	23,9	27,1	keine Vorgaben	

4x100m	57,2	61,0	66,0	71,8	79,7	keine Vorgaben	
3x800m	08:00	08:34	09:25	10:32	12:30	keine Vorgaben	

BG3000m	19:00	19:08	19:31	20:04	20:39	21:19	22:06	23:01	24:06	25:25	keine Vorgaben	
BG5000m	32:40	32:59	33:56	35:19	36:51	38:39	40:48	43:24	46:32	50:24	keine Vorgaben	

Hoch	1,45	1,38	1,31	1,25	1,18	1,12	1,05	0,99	0,92	0,85	keine Vorgaben	
Stabhoch	2,1	1,94	1,83	1,73	1,62	1,51	1,41	1,30	1,18	1,03	keine Vorgaben	
Weit	5	4,76	4,50	4,25	3,99	3,73	3,47	3,21	2,95	2,67	keine Vorgaben	
Drei	9,9	9,7	9,2	8,6	8,1	7,6	7,0	6,5	5,9	5,2	keine Vorgaben	

Kugel						
4,000kg	10,8	10,4	9,7	9,0		
3,000kg	8,6	7,9	7,2	6,5	5,8	
2,000kg	5,9	keine Vorgaben				

Diskus									
1,000kg	32	30,9	28,7	26,5	24,4	22,2	20,0	17,9	15,6
0,750kg	14,9	keine Vorgaben							

Hammer						
4,000kg	29	26,5	24,7	22,8		
3,000kg	22,6	20,7	18,9	17,0	15,1	
2,000kg	15,3	keine Vorgaben				

Speer						
600g	32,5	30,6	28,3	26,0		
500g	24,7	22,4	20,2	17,9	15,5	
400g	14,3	keine Vorgaben				

Für **alle Mehrkämpfe** (Internationaler Fünfkampf, Fünfkampf, Dreikampf, Werfer-Fünfkampf) gilt:

Es muss in **mindestens 1 Disziplin** der Medaillenstandard für den jeweiligen Einzelwettbewerb als Einzelstarter erfüllt werden, dann erfolgt eine Titelvergabe.

Team-DM Senioren (früher DAMM): es sind keine Standards festgelegt

3. Straßen-, Berglauf-, Crosslaufwettbewerbe

Einzelwertungen

10 km	M35	M40	M45	M50	M55	M60	M65	M70	M75	M80
	33:49	34:45	36:09	37:40	39:19	41:08	43:07	45:20	48:36	0:53:47

W35	W40	W45	W50	W55	W60	W65	W70	W75
37:46	38:36	40:07	42:22	45:03	48:05	51:33	55:33	1:00:14

Halbmarathon	M35	M40	M45	M50	M55	M60	M65	M70	M75	M80
	1:16:23	1:18:09	1:21:17	1:24:49	1:28:40	1:32:53	1:37:31	1:42:38	1:49:41	2:01:05

W35	W40	W45	W50	W55	W60	W65	W70	W75
1:25:49	1:27:55	1:31:26	1:36:38	1:42:47	1:49:45	1:57:44	2:06:58	2:17:46

Marathon	M35	M40	M45	M50	M55	M60	M65	M70	M75	M80
	2:41:00	2:44:44	2:51:20	2:58:46	3:06:53	3:15:46	3:25:33	3:36:20	3:51:12	4:15:13

W35	W40	W45	W50	W55	W60	W65	W70	W75
2:58:19	3:02:30	3:09:57	3:21:14	3:34:39	3:49:59	4:07:41	4:28:21	4:52:57

Crosslauf	M35	M40	M45	M50	M55	M60	M65	M70	M75	M80
	W35	W40	W45	W50	W55	W60	W65	W70	W75	

4 min jeweils zur nächst jüngeren Altersklasse	6 min jeweils zur nächst jüngeren Altersklasse
--	--

Berglauf	M35	M40	M45	M50	M55	M60	M65	M70	M75	M80
	W35	W40	W45	W50	W55	W60	W65	W70	W75	

4 min jeweils zur nächst jüngeren Altersklasse	10 min jeweils zur nächst jüngeren Altersklasse
--	---

Traillauf	M35	M40	M45	M50	M55	M60	M65	M70	M75	M80
	W35	W40	W45	W50	W55	W60	W65	W70	W75	

10 min jeweils zur nächst jüngeren Altersklasse	25 min jeweils zur nächst jüngeren Altersklasse
---	---

100km Ultra	für alle Männer/Frauen/Altersklassen gilt die Zielschlusszeit von 13 Stunden
--------------------	--

Mannschaftswertungen

Bei **Straßen-/Berg- und Crossläufen** wird die in der Einzelwertung angegebene Zeit mit 3 multipliziert. Bei zusammengelegten Altersklassen wird jeweils der Wert der jüngeren Klasse verwendet. (Beispiel 10 km M50/55: Gesamtzeit muss weniger als 3x38,5 min = 1:55:30 h betragen).

4. Straßengehen Männer

Disziplin	M30	M35	M40	M45	M50	M55	M60	M65	M70	M75	M80	M85	M90
10km	1:03:00	1:03:54	1:05:02	1:07:37	1:10:26	1:13:29	1:16:57	1:21:04	1:25:58	1:31:55	1:39:10	keine Vorgaben	
20km	2:12:00	2:13:18	2:15:23	2:20:34	2:26:14	2:32:23							

5. Straßengehen Frauen

Disziplin	W30	W35	W40	W45	W50	W55	W60	W65	W70	W75	W80	W85	W90
5km	33:30	33:49	34:48	36:13	37:47	39:38	41:51	44:30	47:43	51:41	keine Vorgaben		
10km	1:09:00	1:09:39	1:11:41	1:14:40	1:18:10	1:22:19	1:27:16	1:33:15	1:40:33	1:49:38	●	keine Vorgabe	