

LUOKITTELUVAATIMUKSET VUODELLE 2010

MIEHET	SM	M	A	B	C
100 m	10,20	10,50	10,95	11,40	11,90
200 m	20,50	21,50	22,25	23,30	24,40
400 m	45,50	47,80	49,60	52,00	55,00
800 m	1.45,80	1.50,00	1.54,50	2.00,00	2.08,00
1500 m	3.36,00	3.46,00	3.57,00	4.12,00	4.32,00
3000 m	7.48,00	8.17,00	8.35,00	9.30,00	10.15,00
5000 m	13.15,00	14.15,00	15.00,00	16.20,00	17.30,00
10000 m	27.45,00	29.50,00	32.00,00	34.40,00	37.00,00
Puolimaraton	1.01.20	1.06.00	1.11.00	1.16.30	1.22.00
Maraton	2.09.30	2.22.00	2.37.00	2.50.00	3.00.00
110 m aj	13,55	14,25	15,25	16,90	18,50
400 m aj	49,70	52,15	57,50	62,50	68,00
3000 m ej	8.24,00	9.00,00	9.45,00	10.40,00	11.35,00
Korkeus	226	213	199	180	165
Seiväs	555	540	470	380	320
Pituus	805	760	700	630	570
3-loikka	16.85	15.50	14.10	12.50	11.80
Kuula	20.00	18.00	15.75	13.00	11.25
Kiekko	62.75	59.00	48.50	40.00	34.00
Moukari	75.75	70.00	57.00	41.00	35.00
Keihäs	80.00	76.00	71.00	58.00	48.00
10-ottelu	7850	7350	6000	5000	4000
5000 m kävely	-	-	23.30,00	25.00,00	27.30,00
10000 m kävely	40.30,00	44.00,00	49.30,00	52.00,00	56.00,00
20 km kävely	1.21.30	1.30.00	1.42.00	1.50.00	2.00.00
30 km kävely	2.09.00	2.28.00	2.43.00	2.55.00	3.15.00
50 km kävely	3.53.00	4.10.00	4.45.00	5.10.00	5.30.00

NAISET	SM	M	A	B	C
100 m	11,25	11,80	12,35	12,85	13,25
200 m	22,90	24,50	25,50	26,70	27,90
400 m	51,50	55,75	58,00	62,50	66,50
800 m	2.00,50	2.07,00	2.15,00	2.24,00	2.32,00
1500 m	4.07,00	4.23,00	4.44,00	5.10,00	5.35,00
3000 m	9.00,00	9.45,00	10.30,00	11.30,00	12.30,00
5000 m	15.15,00	16.50,00	18.20,00	20.00,00	21.30,00
10000 m	31.50,00	35.10,00	38.45,00	42.30,00	45.30,00
Puolimaraton	1.10.30	1.20.00	1.27.00	1.34.00	1.40.00
Maraton	2.28.00	2.52.00	3.12.00	3.30.00	3.45.00
100 m aj	13,00	13,75	14,80	16,80	18,50
400 m aj	56,30	60,30	65,80	73,50	82,00
3000 m ej	9.42,00	10.30,00	12.20,00	13.45,00	15.30,00

Korkeus	189	178	168	158	147
Seiväs	435	385	330	260	220
Pituus	664	620	575	530	490
3-loikka	14.00	13.00	12.00	10.90	10.10
Kuula	17.40	14.70	12.20	10.20	8.80
Kiekko	59.00	51.00	41.50	34.00	27.00
Moukari	68.50	60.00	50.00	37.00	29.00
Keihäs	58.50	54.00	45.00	36.00	28.00
7-ottelu	5950	5400	4100	3400	2300
3000 m kävely	-	-	15.30,00	16.10,00	17.00,00
5000 m kävely	21.55,00	23.30,00	26.30,00	29.00,00	31.00,00
10 km kävely	43.50	49.00	55.00	1.02.00	1.10.00
20 km kävely	1.32.00	1.44.00	1.58.00	2.08.00	2.20.00

MIEHET-22

	A	B	C
100 m	11,30	11,65	12,10
200 m	22,90	23,60	24,60
400 m	51,70	53,50	56,00
800 m	1.59,00	2.04,00	2.10,00
1500 m	4.10,00	4.20,00	4.35,00
3000 m	9.00,00	9.45,00	10.30,00
5000 m	16.10,00	17.00,00	18.00,00
110 m aj	16,80	17,90	19,25
400 m aj	61,50	64,50	69,00
3000 m ej	10.30,00	11.00,00	11.45,00
Korkeus	185	175	164
Seiväs	390	350	300
Pituus	640	600	550
3-loikka	12.80	12.10	11.25
Kuula	12.75	11.80	10.50
Kiekko	38.00	34.00	30.00
Moukari	39.00	35.00	31.00
Keihäs	58.00	53.00	45.00
10-ottelu	5000	4500	3500
5000 m kävely	25.45,00	26.45,00	28.30,00
10000 m kävely	51.30,00	55.00,00	59.00,00
20 km kävely	1.50.00	2.00.00	2.10.00

MIEHET-19

	A	B	C
100 m	11,35	11,75	12,30
200 m	23,10	24,00	25,10
400 m	52,00	54,25	57,00
800 m	2.01,00	2.08,00	2.14,00
1500 m	4.16,00	4.30,00	4.45,00
3000 m	9.20,00	9.55,00	10.35,00
5000 m	17.00,00	18.00,00	19.20,00

110 m aj (99 cm *)	16,30	17,60	19,00
400 m aj (91,4 cm)	62,00	65,50	70,00
2000 m ej	7.00,00	7.45,00	8.40,00
3000 m ej	10.45,00	11.15,00	12.00,00
Korkeus	181	172	162
Seiväs	380	330	290
Pituus	630	590	540
3-loikka	12.60	11.90	11.00
Kuula (6 kg)	13.00	12.00	10.80
Kiekko (1,75 kg)	40.00	35.00	29.00
Moukari (6 kg)	39.00	34.00	28.00
Keihäs (800 g)	56.00	48.00	40.00
10-ottelu	5000	4400	3500
5000 m kävely	26.30,00	27.30,00	29.00,00
10000 m kävely	54.00,00	56.30,00	60.00,00
20 km kävely	1.55.00	2.05.00	2.15.00

*) Aitakorkeus 99,0 cm on ollut vuoden 2006 alusta lähtien IAAF:n standardi M19-sarjan pika-aitoihin. Sen asemesta on myös sallittua käyttää meillä yleisiä 100 cm:n aitoja.

MIEHET-17	A	B	C
100 m	11,50	11,90	12,40
200 m	23,60	24,40	25,20
300 m	37,30	38,60	40,50
400 m	53,50	55,20	57,50
800 m	2.05,00	2.09,50	2.16,00
1500 m	4.28,00	4.40,00	4.55,00
3000 m	9.45,00	10.15,00	11.00,00
110 m aj (91,4 cm)	15,70	17,00	18,30
300 m aj (84,0 cm)	43,00	45,00	47,20
400 m aj (84,0 cm)	62,00	65,50	70,00
1500 m ej	5.00,00	5.15,00	5.40,00
2000 m ej	7.20,00	8.00,00	8.50,00
Korkeus	180	170	160
Seiväs	350	310	270
Pituus	625	580	530
3-loikka	12.50	11.70	10.80
Kuula (5 kg)	14.20	12.50	10.80
Kiekko (1,5 kg)	41.00	35.00	28.00
Moukari (5 kg)	46.00	38.00	29.00
Keihäs (700 g)	57.00	48.00	40.00
10-ottelu	5000	4400	3500
3000 m kävely	16.10,00	16.50,00	17.30,00
5000 m kävely	27.30,00	28.45,00	30.00,00
10 km kävely	56.00	58.30	1.01.00

NAISET-22	A	B	C
100 m	12,80	13,15	13,55
200 m	26,50	27,40	28,50
400 m	61,50	64,50	68,00
800 m	2.22,00	2.28,00	2.36,00
1500 m	5.00,00	5.20,00	5.45,00
3000 m	11.10,00	12.00,00	13.00,00
5000 m	19.30,00	21.20,00	23.30,00
100 m aj (84,0 cm)	16,20	17,60	19,25
400 m aj (76,2 cm)	70,00	76,00	84,00
3000 m ej	13.20,00	14.40,00	16.00,00
Korkeus	158	152	145
Seiväs	280	255	220
Pituus	545	515	480
3-loikka	11.20	10.70	10.00
Kuula (4 kg)	10.60	9.70	8.60
Kiekko (1 kg)	36.00	30.50	25.00
Moukari (4 kg)	40.00	34.00	27.00
Keihäs (600 g)	38.00	33.00	26.00
7-ottelu	3700	3000	2100
3000 m kävely	16.20,00	17.00,00	17.40,00
5000 m kävely	27.30,00	29.30,00	31.30,00
10 km kävely	56.00	1.02.30	1.11.00
20 km kävely	1.59.00	2.09.00	2.21.00

NAISET-19	A	B	C
100 m	12,90	13,30	13,80
200 m	26,80	28,00	29,20
400 m	62,50	65,50	69,00
800 m	2.25,00	2.31,00	2.38,00
1500 m	5.10,00	5.25,00	5.50,00
3000 m	11.25,00	12.20,00	13.20,00
5000 m	20.00,00	21.50,00	23.50,00
100 m aj (84,0 cm)	16,30	17,80	19,50
400 m aj (76,2 cm)	73,00	79,00	88,00
2000 m ej	8.00,00	8.45,00	9.40,00
3000 m ej	13.30,00	14.50,00	16.20,00
Korkeus	156	150	143
Seiväs	270	245	210
Pituus	530	500	470
3-loikka	11.00	10.40	9.70
Kuula (4 kg)	10.40	9.50	8.50
Kiekko (1 kg)	32.00	28.00	23.00
Moukari (4 kg)	38.00	32.00	25.00
Keihäs (600 g)	34.00	30.00	23.00
7-ottelu	3500	2800	2000

3000 m kävely	16.40,00	17.30,00	18.10,00
5000 m kävely	28.00,00	29.45,00	31.50,00
10 km kävely	56.30	1.03.00	1.12.00
20 km kävely	2.00.00	2.10.00	2.22.00

NAISET-17

	A	B	C
100 m	12,95	13,40	13,90
200 m	26,90	28,20	29,40
300 m	42,70	44,30	47,00
400 m	62,70	65,70	69,50
800 m	2.26,00	2.32,00	2.40,00
1500 m	5.17,00	5.34,00	5.55,00
3000 m	11.30,00	12.30,00	13.30,00
100 m aj (76,2 cm)	15,30	16,60	18,20
300 m aj (76,2 cm)	48,00	50,50	53,50
400 m aj (76,2 cm)	71,00	77,00	86,00
1500 m ej	6.20,00	6.50,00	7.30,00
2000 m ej	8.20,00	9.00,00	9.45,00
Korkeus	155	149	142
Seiväs	260	235	200
Pituus	530	490	460
3-loikka	11.00	10.25	9.50
Kuula (3 kg)	11.50	10.40	9.20
Kuula (4 kg)	10.20	9.30	8.30
Kiekko (1 kg)	30.00	24.00	20.00
Moukari (4 kg)	34.00	28.00	24.00
Keihäs (600 g)	36.00	31.00	24.00
7-ottelu	3800	3100	2400
3000 m kävely	17.00,00	18.00,00	19.00,00
5000 m kävely	29.00,00	30.15,00	31.20,00
10 km kävely	63.00	71.00	79.00

VIESTIJOUKKUEET

	M	A	B	C
Miehet				
4x100 m	41,30	43,80	45,20	47,50
4x400 m	3.20,00	3.32,00	3.40,00	3.50,00
4x800 m	7.40,00	8.20,00	8.35,00	8.50,00
4x1500 m	16.00,00	17.05,00	17.40,00	18.20,00
Miehet-19				
4x100 m	-	46,00	48,00	50,00
4x400 m	-	3.43,00	3.49,00	3.56,00
3x800 m	-	6.36,00	6.50,00	7.05,00
4x100 m aj	-	61,00	65,00	70,00

Miehet-17

4x100 m	-	47,00	49,00	51,00
4x300 m	-	2.40,00	2.46,00	2.56,00
3x800 m	-	6.45,00	7.00,00	7.15,00
4x100 m aj	-	62,00	66,00	71,00

Naiset

4x100 m	47,30	51,20	53,00	54,80
4x400 m	3.48,00	4.15,00	4.24,00	4.35,00
4x800 m	9.08,00	10.10,00	10.35,00	11.00,00

Naiset-19

4x100 m	-	52,20	54,00	55,60
4x400 m	-	4.22,00	4.33,00	4.45,00
3x800 m	-	7.53,00	8.10,00	8.30,00
4x100 m aj	-	67,00	71,00	76,00

Naiset-17

4x100 m	-	52,40	54,20	55,80
4x300 m	-	3.02,00	3.15,00	3.28,00
3x800 m	-	7.53,00	8.10,00	8.30,00
4x100 m aj	-	67,00	71,00	76,00