

2001-től ÉRVÉNYES MINŐSÍTÉSI SZINTEK

FELNŐTT - UTÁNPÓTLÁS

Férfiak

| | felnőtt | | | utánpótlás |
|-------------------------|----------|----------|----------|------------|
| | I.o. | II.o. | III.o. | I.o. |
| 100 m | 10.44 | 10.84 | 12.04 | 10.64 |
| 200 m | 21.14 | 21.94 | 24.24 | 21.74 |
| 400 m | 46.84 | 49.54 | 54.04 | 48.24 |
| 800 m | 1:48.84 | 1:55.04 | 2:04.14 | 1:51.54 |
| 1500 m | 3:44.00 | 3:57.00 | 4:16.00 | 3:48.50 |
| 5000 m | 14:00.00 | 15:00.00 | 16:30.00 | 14:25.00 |
| 10000 m | 29:10.00 | 31:20.00 | 35:00.00 | 30:00.00 |
| félmaraton | 1:05:00 | 1:12:00 | 1:20:00 | 1:07:30 |
| maraton | 2:18:00 | 2:30:00 | 2:50:00 | 2:26:00 |
| 110 m gátfutás | 14.14 | 15.14 | 17.14 | 14.74 |
| 400 m gátfutás | 51.64 | 56.04 | 63.14 | 53.64 |
| 3000 m akadályfutás | 8:45.00 | 9:35.00 | 10:40.00 | 9:05.00 |
| 20 km gyaloglás | 1:27:00 | 1:37:00 | 1:55:00 | 1:31:30 |
| 50 km gyaloglás | 4:15:00 | 5:00:00 | 5:45:00 | 4:30:00 |
| magasugrás | 220 | 204 | 182 | 214 |
| rúdugrás | 530 | 460 | 380 | 500 |
| távolugrás | 780 | 700 | 620 | 740 |
| hármassugrás | 16,20 | 14,20 | 13,00 | 15,40 |
| súlylökés /7,26 kg/ | 19,00 | 16,00 | 12,50 | 17,00 |
| diszkoszvetés /2 kg/ | 61,00 | 51,00 | 40,00 | 55,00 |
| gerelyhajítás /800 gr/ | 78,00 | 66,00 | 52,00 | 68,00 |
| kalapácsvetés /7,26 kg/ | 74,00 | 63,00 | 50,00 | 65,00 |
| tízpróba | 7200 | 6200 | 4600 | 6600 |

Nők

| | felnőtt | | | utánpótlás |
|------------------------|----------|----------|----------|------------|
| | I.o. | II.o. | III.o. | I.o. |
| 100 m | 11.84 | 12.34 | 13.44 | 12.14 |
| 200 m | 23.94 | 25.04 | 27.04 | 24.54 |
| 400 m | 53.84 | 56.84 | 63.84 | 55.84 |
| 800 m | 2:05.14 | 2:12.14 | 2:28.14 | 2:08.14 |
| 1500 m | 4:18.00 | 4:30.00 | 5:00.00 | 4:24.00 |
| 5000 m | 16:00.00 | 17:30.00 | 19:30.00 | 16:50.00 |
| 10000 m | 34:00.00 | 37:00.00 | 45:00.00 | 35:45.00 |
| félmaraton | 1:16:00 | 1:25:00 | 1:45:00 | 1:20:00 |
| maraton | 2:42:00 | 3:00:00 | 3:30:00 | 2:55:00 |
| 100 m gátfutás | 13.84 | 14.84 | 17.04 | 14.44 |
| 400 m gátfutás | 58.84 | 63.84 | 69.14 | 61.04 |
| 20 km gyaloglás | 1:40:00 | 2:00:00 | 2:15:00 | 1:55:00 |
| magasugrás | 186 | 176 | 155 | 180 |
| rúdugrás | 420 | 360 | 300 | 390 |
| távolugrás | 640 | 590 | 500 | 610 |
| hármassugrás | 13,40 | 12,50 | 11,00 | 12,60 |
| súlylökés /4 kg/ | 17,00 | 14,50 | 12,00 | 15,50 |
| diszkoszvetés /1 kg/ | 58,00 | 48,00 | 36,00 | 52,00 |
| gerelyhajítás /600 gr/ | 59,00 | 49,00 | 37,00 | 53,00 |
| kalapácsvetés /4 kg/ | 62,00 | 52,00 | 40,00 | 55,00 |
| hétpróba | 5500 | 4500 | 3200 | 5000 |
| 3000 m akadály | 10:20.00 | 11:30.00 | 13:30.00 | 10:45.00 |

JUNIOR**Férfiak**

| | junior | | |
|-------------------------|--------------|--------------|--------------|
| | Aranyjelvény | Ezüstjelvény | Bronzjelvény |
| 100 m | 10.94 | 11.34 | 12.54 |
| 200 m | 22.24 | 23.24 | 25.54 |
| 400 m | 50.04 | 52.54 | 57.14 |
| 800 m | 1:55.04 | 2:02.04 | 2:08.54 |
| 1500 m | 3:57.00 | 4:10.00 | 4:26.00 |
| 3000 m | 8:40.00 | 9:10.00 | 9:46.00 |
| 5000 m | 15:10.00 | 16:00.00 | 17:00.00 |
| 10000 m | 32:30.00 | 34:30.00 | 36:00.00 |
| kismaraton /20 km/ | 1;08:00 | 1;16:00 | 1;28:00 |
| 110 m /99/ gátfutás | 15.24 | 16.34 | 17.54 |
| 400 m gátfutás | 56.14 | 60.14 | 65.14 |
| 2000 m akadályfutás | 6:05.00 | 6:30.00 | 6:55.00 |
| 10 km gyaloglás | 46:00 | 53:00 | 1:00:00 |
| magasugrás | 202 | 188 | 170 |
| rúdugrás | 450 | 420 | 360 |
| távolugrás | 700 | 650 | 570 |
| hármassugrás | 14,50 | 13,60 | 12,00 |
| súlylökés /6 kg/ | 16,00 | 14,00 | 12,00 |
| diszkoszvetés /1,75 kg/ | 48,00 | 41,00 | 33,00 |
| gerelyhajítás /800 gr/ | 63,00 | 53,00 | 44,00 |
| kalapácsvetés /6 kg/ | 62,00 | 52,00 | 42,00 |
| tízpróba /junior/ | 6000 | 5000 | 4000 |

Nők

| | junior | | |
|------------------------|--------------|--------------|--------------|
| | Aranyjelvény | Ezüstjelvény | Bronzjelvény |
| 100 m | 12.44 | 12.94 | 13.84 |
| 200 m | 25.24 | 26.34 | 28.34 |
| 400 m | 56.44 | 59.44 | 66.14 |
| 800 m | 2:12.14 | 2:20.14 | 2:30.14 |
| 1500 m | 4:34.00 | 4:50.00 | 5:15.00 |
| 3000 m | 9:55.00 | 10:45.00 | 11:30.00 |
| 10000 m | 38:00.00 | 42:00.00 | 47:00.00 |
| kismaraton /15 km/ | 59:30 | 1;08:00 | 1;30:00 |
| 100 m gátfutás | 14.84 | 15.94 | 17.34 |
| 400 m gátfutás | 62.64 | 67.14 | 72.64 |
| 10 km gyaloglás | 54:00 | 1;04:00 | 1;10:00 |
| magasugrás | 174 | 164 | 150 |
| rúdugrás | 350 | 320 | 260 |
| távolugrás | 580 | 540 | 460 |
| hármassugrás | 12,40 | 11,40 | 10,20 |
| súlylökés /4 kg/ | 14,00 | 12,00 | 10,00 |
| diszkoszvetés /1 kg/ | 46,00 | 36,00 | 28,00 |
| gerelyhajítás /600 gr/ | 47,00 | 37,00 | 29,00 |
| kalapácsvetés /4 kg/ | 51,00 | 44,00 | 34,00 |
| hétpróba | 4400 | 4000 | 3000 |
| 2000 m akadály | 6:55.00 | 7:25.00 | 8:00.00 |

IFJÚSÁGI**Férfiak**

| | ifjúsági | | |
|------------------------|--------------|--------------|--------------|
| | Aranyjelvény | Ezüstjelvény | Bronzjelvény |
| 100 m | 11.24 | 11.74 | 13.04 |
| 200 m | 22.84 | 23.84 | 26.34 |
| 400 m | 51.24 | 54.04 | 60.04 |
| 800 m | 1:57.84 | 2:05.14 | 2:13.04 |
| 1500 m | 4:04.00 | 4:14.00 | 4:35.00 |
| 3000 m | 8:50.00 | 9:20.00 | 9:55.00 |
| 5000 m. | 14:50.00 | 15:50.00 | 16:40.00 |
| kismaraton /15 km/ | 51:45 | 58:00 | 1;10:00 |
| 110 m /91/ gátfutás | 15.04 | 16.14 | 17.24 |
| 300 m gátfutás | 39.74 | 42.74 | 47.24 |
| 2000 m akadályfutás | 6:15.00 | 6:45.00 | 7:20.00 |
| 10 km gyaloglás | 49:30 | 55:00 | 1;10:00 |
| magasugrás | 194 | 182 | 165 |
| rúdugrás | 430 | 380 | 320 |
| távolugrás | 670 | 620 | 550 |
| hármassugrás | 13,80 | 12,60 | 11,00 |
| súlylökés /5 kg/ | 16,00 | 14,00 | 12,00 |
| diszkoszvetés /1,5 kg/ | 48,00 | 40,00 | 30,00 |
| gerelyhajítás /700 gr/ | 62,00 | 50,00 | 40,00 |
| kalapácsvetés /5 kg/ | 60,00 | 48,00 | 38,00 |
| tízpróba /ifjúsági/ | 5000 | 4000 | 3200 |

Nők

| | ifjúsági | | |
|------------------------|--------------|--------------|--------------|
| | Aranyjelvény | Ezüstjelvény | Bronzjelvény |
| 100 m | 12.74 | 13.24 | 14.04 |
| 200 m | 25.84 | 26.84 | 30.24 |
| 400 m | 58.04 | 61.14 | 68.14 |
| 800 m | 2:15.14 | 2:24.14 | 2:34.14 |
| 1500 m | 4:40.00 | 5:00.00 | 5:30.00 |
| 3000 m | 10:10.00 | 11:00.00 | 12:00.00 |
| kismaraton /10 km/ | 38:00 | 42:00 | 23:00:00 |
| 100 m /76/ gátfutás | 14.74 | 15.84 | 17.04 |
| 300 m /76/ gátfutás | 45.64 | 49.64 | 53.24 |
| 5 km gyaloglás | 27:00 | 32:00 | 40:00:00 |
| magasugrás | 168 | 156 | 142 |
| rúdugrás | 330 | 300 | 240 |
| távolugrás | 565 | 525 | 440 |
| hármassugrás | 11,80 | 10,80 | 9,60 |
| súlylökés /4 kg/ | 13,00 | 11,50 | 9,00 |
| diszkoszvetés /1 kg/ | 40,00 | 32,00 | 25,00 |
| gerelyhajítás /600 gr/ | 43,00 | 33,00 | 26,00 |
| kalapácsvetés /4 kg/ | 45,00 | 37,00 | 28,00 |
| hétpróba /ifjúsági/ | 3500 | 2800 | 1700 |
| 1500 m akadály | 5:10.00 | 5:35.00 | 6:00.00 |

SERDÜLŐ**Fiúk**

| | serdülő - 15 éves | | | serdülő - 14 éves | | |
|------------------------|-------------------|--------------|--------------|-------------------|--------------|--------------|
| | Aranyjelvény | Ezüstjelvény | Bronzjelvény | Aranyjelvény | Ezüstjelvény | Bronzjelvény |
| 100 m | 11.64 | 12.44 | 13.54 | 12.24 | 13.04 | 14.54 |
| 200 m | 23.74 | 25.64 | 27.64 | | | |
| 300 m | | | | 39.74 | 43.74 | 47.84 |
| 400 m | 53.54 | 57.54 | 61.84 | | | |
| 800 m | 2:03.84 | 2:10.84 | 2:19.84 | 2:08.14 | 2:15.14 | 2:25.14 |
| 1500 m | 4:16.00 | 4:26.00 | 4:45.00 | | | |
| 3000 m | 9:20.00 | 9:45.00 | 10:25.00 | 9:40.00 | 10:20.00 | 10:45.00 |
| kismaraton /10 km/ | 36:15 | 42:00 | 52:00 | 38:15 | 44:00 | 54:00 |
| 100 m /84/ gátfutás | 14.54 | 15.54 | 17.04 | 14.84 | 16.04 | 18.04 |
| 300 m /76/ gátfutás | 41.74 | 45.24 | 50.24 | | | |
| 1500 m akadályfutás | 4:40.00 | 4:55.00 | 5:20.00 | | | |
| 1000 m akadályfutás | | | | 3:00.00 | 3:12.00 | 3:25.00 |
| 5 km gyaloglás | 26:00 | 30:00 | 35:00 | 27:30 | 32:00 | 38:00 |
| 4x100 m váltó | 47.50 | --- | --- | 47.50 | --- | --- |
| 4x300 m váltó | 2:40.20 | --- | --- | 2:40.20 | --- | --- |
| magasugrás | 182 | 168 | 155 | 172 | 158 | 145 |
| rúdugrás | 390 | 340 | 300 | 360 | 310 | 260 |
| távolugrás | 620 | 550 | 480 | 590 | 520 | 460 |
| hármassugrás | 12,80 | 11,80 | 10,50 | | | |
| súlylökés /4 kg/ | 15,00 | 13,50 | 11,50 | 14,00 | 12,00 | 10,50 |
| díszkoszvetés /1 kg/ | 47,00 | 40,00 | 32,00 | 42,00 | 35,00 | 27,00 |
| gerelyhajítás /600 gr/ | 54,00 | 46,00 | 38,00 | 48,00 | 40,00 | 32,00 |
| kalapácsvetés /4 kg/ | 55,00 | 47,00 | 37,00 | 48,00 | 40,00 | 30,00 |
| nyolcpróba | 3800 | 3000 | 1600 | | | |
| négypróba A-B-C | | | | 1700 | 1200 | 900 |

Leányok

| | serdülő - 15 éves | | | serdülő - 14 éves | | |
|------------------------|-------------------|--------------|--------------|-------------------|--------------|--------------|
| | Aranyjelvény | Ezüstjelvény | Bronzjelvény | Aranyjelvény | Ezüstjelvény | Bronzjelvény |
| 100 m | 13.04 | 13.64 | 14.44 | 13.24 | 13.84 | 14.84 |
| 200 m | 26.64 | 28.04 | 31.34 | | | |
| 300 m | | | | 42.74 | 46.74 | 51.24 |
| 400 m | 60.84 | 64.14 | 70.14 | | | |
| 800 m | 2:20.14 | 2:26.14 | 2:36.14 | 2:24.14 | 2:30.14 | 2:40.14 |
| 1500 m | 4:55.00 | 5:15.00 | 5:40.00 | | | |
| 3000 m | 10:45.00 | 11:20.00 | 12:20.00 | 11:00.00 | 11:30.00 | 12:40.00 |
| kismaraton /8 km/ | 32:15 | 38:00 | 45:00 | 33:30 | 40:00 | 47:00 |
| 80 m /76/ gátfutás | | | | 12.74 | 13.74 | 15.54 |
| 100 m /76/ gátfutás | 15.34 | 16.34 | 18.04 | | | |
| 300 m /76/ gátfutás | 47.74 | 52.24 | 58.24 | | | |
| 3 km gyaloglás | 16:30 | 19:00 | 26:00 | 17:30 | 21:00 | 30:00 |
| 4x100 m váltó | 50.50 | --- | --- | 50.50 | --- | --- |
| 4x300 m váltó | 2:53.00 | --- | --- | 2:53.00 | --- | --- |
| magasugrás | 160 | 150 | 135 | 152 | 140 | 130 |
| rúdugrás | 310 | 270 | 220 | 290 | 250 | 200 |
| távolugrás | 535 | 500 | 450 | 510 | 470 | 420 |
| súlylökés /3 kg/ | 12,50 | 11,50 | 10,00 | 12,00 | 11,00 | 9,00 |
| díszkoszvetés /1 kg/ | 36,00 | 28,00 | 24,00 | 32,00 | 26,00 | 21,00 |
| gerelyhajítás /600 gr/ | 38,00 | 34,00 | 28,00 | 35,00 | 31,00 | 25,00 |
| kalapácsvetés /3 kg/ | 40,00 | 34,00 | 27,00 | 36,00 | 30,00 | 23,00 |
| hatpróba | 2800 | 2100 | 1700 | | | |
| négypróba A-B-C | | | | 1700 | 1300 | 1000 |

SERDÜLŐ**FIÚK**

| | serdülő - 13 éves | | |
|-----------------|-------------------|--------------|--------------|
| | Aranyjelvény | Ezüstjelvény | Bronzjelvény |
| 4x100 m váltó | 51.00 | - | - |
| 4x600 m váltó | 7:00.00 | - | - |
| négypróba A-B-C | 1300 | 850 | 650 |
| Leányok | | | |
| 4x100 m váltó | 53.00 | - | - |
| 4x600 m váltó | 7:30.00 | - | - |
| négypróba A-B-C | 1300 | 900 | 700 |