

Medaillelimieten 2024

Hieronder geven we u nog maar eens de medaillelimieten op de baan en op de weg voor de NK Masters. Deze medaillelimieten geven aan welk resultaat gehaald moet worden om een medaille te kunnen ontvangen bij een Nederlands Kampioenschap.

De limieten zijn géén vereisten om deel te mogen nemen aan de wedstrijden. Indien u bij een NK een podiumplaats behaalt met een resultaat boven (of onder) deze limiet, ontvangt u echter géén

medaille. Let op: Bij baanwedstrijden worden vaak wel eisen gesteld bij een inschrijving. Zo dient er op het onderdeel een recent resultaat gescoord te zijn bij een baanwedstrijd op dat onderdeel en er is een mogelijkheid dat dit resultaat niet voldoende wordt geacht voor deelname (zeker indien er in de betreffende leeftijdsklasse veel aanmeldingen zijn op dat onderdeel).

Toon Verkerk

Medialimieten Baan:

Medaillelimieten vanaf 01-01-2022

	60	100	200	400	800	1500	3000	5000	10000	60h	kort	lang	steep	3000sw	5000sw	hoog	pols	ver	hss	kogel	discus	hamer	speer	gewicht	5-k
M35	8,57	12,99	26,54	0:59,20	2:17	4:44	9:55	17:03	35:36	10,22	18,00	1:06,10	11:10	15:39	26:15	1,69	3,06	5,14	10,96	11,10	30,80	33,90	40,50	21,10	2500
M40	8,75	13,35	27,27	1:01,00	2:22	4:53	10:15	17:30	36:53	10,53	18,59	1:08,50	11:37	15:57	27:01	1,62	2,91	4,87	10,43	10,50	30,50	32,40	37,70	21,10	2500
M45	8,95	13,74	28,05	1:02,90	2:28	5:03	10:38	18:13	38:16	10,89	19,26	1:11,10	12:07	16:30	27:53	1,55	2,75	4,60	9,90	9,80	28,60	30,40	34,90	9,00	2500
M50	9,17	14,18	28,92	1:05,00	2:33	5:14	11:03	19:00	39:47	11,17	18,40	1:14,10	12:40	17:07	28:54	1,47	2,60	4,34	9,35	10,10	30,80	31,30	34,40	10,30	2500
M55	9,42	14,63	29,85	1:07,20	2:39	5:26	11:32	19:52	41:28	11,62	19,24	1:17,50	13:17	17:49	30:04	1,40	2,44	4,10	8,81	9,40	28,60	29,00	31,50	9,60	2500
M60	9,69	15,13	30,87	1:09,50	2:46	5:41	12:05	20:49	43:19	11,69	18,76	0:54,10	08:42	18:37	31:25	1,33	2,27	3,86	8,25	9,50	32,20	29,20	30,90	10,20	2500
M65	10,00	15,67	31,98	1:12,00	2:52	5:57	12:43	21:54	45:22	12,22	19,82	0:57,10	09:11	19:33	32:59	1,26	2,10	3,62	7,69	8,70	29,50	26,60	27,80	9,50	2500
M70	10,34	16,27	33,20	1:14,80	2:59	6:15	13:26	23:07	47:39	12,49	16,48	1:00,40	09:42	20:36	34:47	1,18	1,94	3,40	7,12	8,90	26,80	26,80	27,20	10,00	2500
M75	10,72	16,92	34,55	1:17,90	3:08	6:36	14:16	24:29	50:12	13,15	17,63	1:04,20	10:18	21:50	36:54	1,11	1,76	3,17	6,54	8,10	24,00	23,70	23,80	9,10	2500
M80	11,19	17,67	36,13	1:22,80	3:22	7:02	15:14	26:05	53:23	14,08	19,04	0:46,00	11:06	23:15	39:23	1,04	1,59	2,92	5,96	8,40	21,20	23,90	23,00	9,70	2500
M85	11,93	18,86	38,76	1:30,40	3:43	7:43	16:37	28:29	58:29	15,57	21,15	0:51,20	12:20	24:56	42:21	0,97	1,42	2,60	5,38	7,40	18,30	20,40	19,30	8,50	2500
M90	13,05	20,70	43,02	1:42,00	4:13	8:46	18:49	32:20	1:06:40	17,92	24,44	0:59,40	14:16	26:57	45:55	0,90	1,22	2,24	4,79	6,40	15,30	16,80	15,60	7,10	2500
	60	100	200	400	800	1500	3000	5000	10000	60h	kort	lang	steep	3000sw		hoog	pols	ver	hss	kogel	discus	hamer	speer	gewicht	5-k
V35	9,38	14,36	29,20	1:07,00	2:36	5:16	11:14	19:10	39:33	10,75	17,19	1:13,90	8:32	17:11		1,43	2,53	4,28	9,30	10,20	30,70	30,90	30,20	9,60	2300
V40	9,45	14,50	29,59	1:09,00	2:41	5:28	11:29	19:44	40:58	11,56	15,02	1:16,60	8:57	17:43		1,37	2,38	4,06	8,82	9,50	28,40	28,10	27,50	8,90	2300
V45	9,75	15,05	30,79	1:11,50	2:47	5:41	11:57	20:29	42:39	11,94	15,57	1:19,60	9:24	18:19		1,30	2,24	3,83	8,30	8,70	26,10	25,50	24,90	8,30	2300
V50	10,08	15,65	32,09	1:14,30	2:54	5:55	12:29	21:21	44:33	12,08	16,11	1:02,00	9:52	19:02		1,25	2,11	3,62	7,79	9,30	23,90	26,70	24,70	8,70	2300
V55	10,44	16,29	33,48	1:17,60	3:02	6:11	13:06	22:22	46:43	12,53	16,76	1:04,60	10:23	19:51		1,18	1,97	3,41	7,31	8,50	21,80	24,10	22,20	8,00	2300
V60	10,84	16,98	34,99	1:21,40	3:11	6:29	13:49	23:33	49:12	13,02	17,47	1:07,40	10:56	20:48		1,13	1,85	3,21	6,83	7,80	19,80	21,60	19,90	8,70	2300
V65	11,27	17,73	36,64	1:25,90	3:21	6:50	14:38	24:55	52:03	13,58	18,26	1:10,50	11:34	21:54		1,06	1,72	3,01	6,38	7,10	17,80	19,20	17,70	7,80	2300
V70	11,75	18,54	38,43	1:31,20	3:33	7:12	15:36	26:32	55:22	14,29	19,28	0:47,70	12:23	23:11		1,01	1,60	2,82	5,93	6,30	15,90	17,00	15,60	7,00	2300
V75	12,29	19,41	40,43	1:38,00	3:49	7:39	16:44	28:26	59:13	15,34	20,71	0:50,80	13:28	24:42		0,95	1,48	2,63	5,50	6,90	16,10	19,50	15,30	7,40	2300
V80	12,97	20,53	43,24	1:47,20	4:10	8:17	18:06	30:48	1:03:56	16,81	22,72	0:55,30	14:56	26:29		0,90	1,34	2,41	5,02	6,00	14,00	16,70	13,10	6,40	2300
V85	14,04	22,28	47,43	1:59,90	4:40	9:13	19:56	34:16	1:10:57	18,96	25,65	1:02,00	17:00	28:38		0,83	1,17	2,15	4,46	5,20	11,80	14,10	11,10	5,50	2300
V90	15,66	24,93	53,70	2:18,20	5:23	10:36	22:48	39:36	1:21:57	22,19	30,03	1:12,20	20:03	31:15		0,75	0,99	1,85	3,82	4,40	9,70	11,50	9,20	4,50	2300