

Normy klasyfikacyjne

zatwierdzone przez Zarząd PZLA w dniu 15 marca 2017 r.

- podane normy mogą być zdobywane jedynie na zawodach na stadionie otwartym,
- podane poniżej normy uzyskane na obiektach halowych mogą stanowić podstawę do nadania odpowiedniej klasy sportowej, jeżeli zostały osiągnięte podczas HMP, HME lub HMŚ (warunkiem uznania uzyskanej normy na innych zawodach w kraju zgłoszonych do kalendarza PZLA jest posiadanie przez obiekt dokumentacji geodezyjnej, zweryfikowanej przez PZLA)
- * - do 19 lat, ** - do 15 lat

KOBIETY

	MM	M	I	II	III	IV*	V**
100m	11.40	11.85	12.15	12.75	13.20	13.80	14.50
200m	23.20	24.00	24.90	26.25	27.30	28.50	30.25
300m	<i>młodziczki</i>			43.00	45.00	46.50	48.50
400m	52.35	54.50	56.50	59.00	62.00	64.50	67.00
600m	<i>młodziczki</i>			1:39.00	1.43.00	1.46.00	1.50.00
800m	2:01.30	2:04.00	2:10.50	2.17.50	2.25.00	2.32.00	2:36.00
1000m	<i>młodziczki</i>			3:02.50	3.12.50	3.22.50	3:32.50
1500m	4:08.00	4:18.00	4:32.00	4:44.00	4:57.50	5:10.00	5.30.00
3000m			9:55.00	10:25.00	11:05.00	11:40.00	
5000m	15:24.00	16:05.00	17:15.00	18:15.00	19:30.00		
10000m	32:20.00	33:40.00	37:45.00	40:00.00	44:00.00		
Półmaraton	1:12:30	1:15:30	1:24:00	1:28:30	1:31:00		
Maraton	2:35:00	2:40:00	2:57:00	3:10:00	3:35:00		
100 km	8:10:00	8:25:00	8:50:00	9:10:00	9:30:00		
24 h	210km	195km	180km	165km	150km		
80m pł	<i>młodziczki (76,2/8,00)</i>			12.40	13.00	13.80	14.80
100m pł	13.20	13.60	14.50	15.75	16.90	17.75	
100m pł	<i>jun. młodsze (76,2)</i>		14.50	15.75	16.90	17.75	18.50
200m pł	<i>młodziczki</i>			31.50	32.50	34.00	36.00
400m pł	56.50	59.50	62.50	66.00	69.00	73.00	
2000m prz	<i>juniorki</i>		7:00.00	7:30.00	8:10.00		
3000m prz	9:50.00	10:15.00	11:20.00	11:50.00	12.40.00		
Wzwyż	1.91	1.82	1.70	1.62	1.55	1.45	1.40
Tyczka	4.40	4.10	3.30	3.00	2.70	2.40	2.00
W dal	6.60	6.20	5.80	5.40	5.10	4.80	4.50
Trójskok	13.90	13.30	12.00	11.50	10.75	10.20	9.70
Kula	17.20	16.00	12.50	11.75	10.00	9.00	8.00
Kula (3.00)	<i>jun. młodsze</i>		14.00	13.00	11.00	9.80	8.70
Dysk (0.75)	<i>młodziczki</i>			38.00	33.00	28.00	24.00
Dysk	59.00	55.00	43.00	37.00	32.00	27.00	23.00
Młot (4.00)	69.00	64.00	48.00	43.00	37.00	32.00	25.00
Młot (3.00)	<i>jun. młodsze</i>		53.00	47.50	41.00	35.00	27.00
Oszczep	58.00	53.00	44.00	39.50	34.50	30.00	26.50
Oszczep (500g)	<i>jun. młodsze</i>		47.00	42.30	37.00	32.00	28.00
5-bój	<i>młodziczki</i>			2.950	2.600	2.300	2.000
7-bój	5.800	5.200	4.500	4.200	3.600	3.000	
7-bój (j.mł.)	<i>jun. młodsze</i>		4.580	4.250	3.625	3.200	3.000
Chód 3km	<i>młodziczki</i>			16:00	17:30	19:00	20:30
Chód 5000m	<i>juniorki</i>		24:45.00-b	27:00.00-b	31:00.00-b	33:30	
Chód 10km	45:00	47:30	52:00	53:30	57:00		
Chód 20km	1:38:00	1:41:00	1:45:00	1:51:00	1:55:00		

MĘŻCZYŹNI

	MM	M	I	II	III	IV*	V**
100m	10.25	10.65	10.90	11.30	11.75	12.20	12.75
200m	20.75	21.45	21.90	22.80	23.60	24.40	25.60
300m	młodzicy			37.50	39.00	40.50	42.50
400m	45.95	47.20	48.50	50.50	52.75	54.75	57.00
600m	młodzicy			1:28.00	1:32.00	1:35.00	1:40.00
800m	1:47.00	1:48.50	1:51.80	1:57.00	2:02.00	2:07.50	2:12.00
1000m	młodzicy			2:38.00	2:43.00	2:50.00	3:00.00
1500m	3:39.00	3:42.00	3:49.00	4:02.00	4:12.00	4:22.00	4:35.00
2000m	młodzicy			6:00.00	6:10.00	6:20.00	6:40.00
3000m			8:18.00	8:45.00	9:15.00	10:10.00	
5000m	13:28.00	13:50.00	14:25.00	15:15.00	16:20.00	17:30.00	
10000m	28:10.00	28:55.00	30:25.00	33:00.00	34:30.00	36:30.00	
Półmaraton	1:02:30	1:04:30	1:07:50	1:11:00	1:17:00		
Maraton	2:13:00	2:16:00	2:23:00	2:34:00	2:50:00		
100km	6:50:00	7:05:00	8:00:00	8:30:00	9:00:00		
24 h	235km	215km	205km	185km	170km		
110m pł	13.70	14.10	15.00	15.75	16.70	17.50	
110m pł	juniorzy (99.1 cm)		14.50	15.70	16.50	17.50	
110m pł	juniorzy mł. (91.4 cm)		14.15	15.00	15.75	16.50	
110m pł	młodzicy (91.4 cm)			15.75	17.00	17.75	18.50
200m pł	młodzicy			27.50	28.25	29.25	30.50
400m pł	49.50	51.50	54.50	56.50	59.00	62.00	
400m pł	juniorzy mł. (83.8 cm)		53.50	56.00	58.50	61.00	63.50
2000m prz	juniorzy		6:00.00	6:10.00	6:27.50	6:50.00	7:20.00
3000m prz	8:30.00	8:40.00	9:05.00	9:35.00	10:15.00	10:50.00	
Wzwyż	2.27	2.22	2.08	1.95	1.82	1.75	1.65
Tyczka	5.55	5.20	4.50	4.00	3.60	3.20	2.80
W dal	8.00	7.80	7.25	6.80	6.30	5.90	5.60
Trójskok	16.80	16.20	14.80	14.40	13.20	12.60	12.00
Kula	19.50	17.70	14.50	13.25	12.00	10.00	
Kula (6.00)	juniorzy		16.00	14.00	13.00	11.00	
Kula (5.00)	juniorzy mł.		17.50	15.00	13.50	12.50	10.50
Dysk	62.00	57.00	46.00	40.00	35.00	30.00	
Dysk (1.75)	juniorzy		50.00	44.00	38.00	32.00	
Dysk (1.50)	juniorzy mł.		53.00	45.00	39.00	35.00	30.00
Dysk (1.00)	młodzicy			46.00	41.00	35.50	31.00
Młot	74.00	69.00	54.00	45.00	38.00	30.00	
Młot (6.00)	juniorzy		60.00	51.00	43.00	33.00	
Młot (5.00)	juniorzy mł.		68.00	58.00	50.00	40.00	30.00
Oszczep	77.80	74.00	62.00	55.00	47.00	39.00	
Oszczep (700)	juniorzy mł.		65.00	57.00	50.00	45.00	
Oszczep (600)	młodzicy			57.00	48.00	42.00	37.00
10-bój	7.700	7.000	6.300	5.900	5.000	4.200	
10-bój (jun.)	juniorzy		6.500	6.000	5.100	4.400	
10-bój (j.mł.)	juniorzy mł.		6.600	6.200	5.200	4.500	
5-bój	młodzicy			3.000	2.650	2.350	2.100
Chód 5000m	młodzicy			25:50	27:30	29:45	32:30
Chód 10000m/10km	juniorzy		45:00.00	48:00.00	51:30.00	57:00.00	
Chód 20km	1:24:30	1:28:00	1:35:00	1:40:00	1:50:00	2:00:00	
Chód 50km	4:07:00	4:15:00	4:33:00	4:47:00	5:10:00		

- nie będą uznawane klasy I lub wyższe uzyskane we wspólnych biegach kobiet i mężczyzn (nie dotyczy biegów ulicznych)
- warunkiem uznania klas sportowych w konkurencjach technicznych, rozegranych wspólnie dla kobiet i mężczyzn, jest udział w konkursie minimum 2 kobiet i 2 mężczyzn.