

Limity ZPM 2023 – Mužská kategória

Limity ZPM 2023 „A“ výber chlapci	22	21	20	19	18	17	16
100m	10,50	10,60	10,65	10,70	10,85	10,95	11,05
200m	21,40	21,50	21,60	21,70	22,00	22,30	22,50
400m	47,50	47,70	48,00	48,15	48,90	49,60	50,60
800m	1:49,00	1:49,50	1:50,00	1:50,50	1:53,00	1:55,00	1:57,00
1500m	03:45,5	03:47,5	03:49,0	3:50,0	03:56,0	04:01,0	04:07,0
3000m						8:35,0	8:57,0
5000m	14:15	14:22	14:30	14:30	15:00		
10000m	30:15	30:40	31:00	31:20	32:10		
Polmaratón	1:06:45	1:07:30	1:08:15				
110m pr. /cm/	14,35 /106,7/	14,40 /106,7/	14,50 /106,7/	14,25 /100/	14,60 /100/	14,40 /91,4/	14,65 /91,4/
400m pr. /cm/	52,35 /91,4/	52,55 /91,4/	53,05 /91,4/	53,65 /91,4/	54,40 /91,4/	55,50 /84/	56,10 /84/
2000m pr. /cm/						6:10,0 /91,4/	6:20,0 /91,4/
3000m pr. /cm/	9:00,0 /91,4/	9:05,0 /91,4/	9:10,0 /91,4/	9:15,0 /91,4/	9:25,0 /91,4/		
Diaľka	760	755	750	740	725	720	690
Výška	215	215	214	212	208	203	198
3-skok	15,70	15,60	15,50	15,20	14,90	14,60	14,00
Žrd'	520	515	510	510	475	455	420
guľa /kg/	17,50 /7,26/	17,10 /7,26/	16,90 /7,26/	17,75 /6/	16,90 /6/	17,70 /5/	16,90 /5/
disk /kg/	54,00 /2/	52,50 /2/	51,50 /2/	54,00 /1,75/	51,00 /1,75/	53,50 /1,5/	49,50 /1,5/
oštep /g/	72,00 /800/	70,00 /800/	69,00 /800/	67,50 /800/	63,50 /800/	64,00 /700/	60,50 /700/
kladivo /kg/	65,00 /7,26/	62,50 /7,26/	61,50 /7,26/	66,00 /6/	63,50 /6/	63,00 /5/	60,00 /5/
chôdza 5km						22:30	23:30
chôdza 10km				44:00	45:00	46:00	47:30
chôdza 20km	1:28	1:30	1:32				
chôdza 35km	2:45	2:46	2:49				
viacboj /disc./	7300 /10/	7200 /10/	7150 /10/	7100 /10/	6800 /10/	6400 /10/	6000 /10/

Limity ZPM 2023 „B“ výber chlapci	18	17	16	15
60m				7,35
100m	10,95	11,05	11,15	
150m				17,40
200m	22,30	22,60	22,80	
300m				37,50
400m	49,50	50,30	51,10	
800m	1:55,00	1:57,50	1:59,00	2:02,50
1500m	4:01,0	4:07,0	4:11,0	4:17,0
3000m		9:00,0	9:12,0	9:20,0
5000m	15:25			
10 000m	30:15			
110m pr. /cm/	14,95 /100/	14,75 /91,4/	14,90 /91,4/	14,40 /84/
300m pr. /cm/				41,50 /76,2/
400m pr. /cm/	55,20 /91,4/	56,20 /84/	57,00 /84/	
1500m pr. /cm/				4:43,0 /76,2/
2000m pr. /cm/		6:18,0 /91,4/	6:30,0 /91,4/	
3000m pr. /cm/	9:35,0 /91,4/			
Dĺžka	690	670	650	630
Výška	202	198	192	187
3-skok	14,40	14,00	13,75	
Žrd'	450	420	390	370
guľa /kg/	16,00 /6/	16,70 /5/	15,90 /5/	15,70 /4/
disk /kg/	48,00 /1,75/	51,00 /1,5/	47,50 /1,5/	46,00 /1/
oštep /g/	60,50 /800/	59,50 /700/	56,00 /700/	53,00 /600/
kladivo /kg/	61,00 /6/	60,50 /5/	57,50 /5/	54,50 /4/
chôdza 3km				15:00
chôdza 5km		23:30	24:30	
chôdza 10km	46:00	47:30	49:00	
viacboj /disc./	6450 /10/	6000 /10/	5650 /10/	4400 /9/

Limity ZPM 2023 – Ženská kategória

Limity ZPM 2023 „A“ výber dievčatá	22	21	20	19	18	17	16
100m	11,85	11,87	11,88	11,90	12,00	12,10	12,20
200m	24,20	24,25	24,28	24,30	24,65	24,95	25,30
400m	54,60	54,80	55,00	55,25	55,90	56,80	57,50
800m	2:07,50	2:07,90	2:08,30	2:08,80	2:11,00	2:13,00	2:15,50
1500m	4:24,0	4:25,0	4:26,0	4:28,0	4:32,0	4:36,0	4:40,0
3000m				9:45	9:48	9:50	10:07
5000m	16:40	16:55	17:05	17:10	17:30		
10000m	36:15	36:45	37:00				
Polmaratón	1:20:43	1:21:12	1:21:49				
100m pr. /cm/	13,95 /84/	14,00 /84/	14,10 /84/	14,15 /84/	14,35 /84/	14,25 /76,2/	14,65 /76,2/
400m pr. /cm/	60,30 /76,2/	60,50 /76,2/	60,70 /76,2/	61,20 /76,2/	61,80 /76,2/	62,50 /76,2/	63,30 /76,2/
2000m pr. /cm/						7:14 /76,2/	7:30 /76,2/
3000m pr. /cm/	10:35 /76,2/	10:40 /76,2/	10:42 / 76,2/	10:45 /76,2/	11:15 /76,2/		
Diaľka	620	618	615	610	600	590	570
Výška	182	181	180	179	177	176	172
3-skok	13,15	13,10	13,05	12,90	12,70	12,35	12,00
Žrd'	405	400	395	400	370	370	345
guľa /kg/	14,80 /4/	14,60 /4/	14,40 /4/	14,00 /4/	13,50 /4/	14,85 /3/	13,80 /3/
disk /kg/	49,50 /1/	49,00 /1/	48,00 /1/	/1/ 47,50	45,00 /1/	42,00 /1/	39,50 /1/
oštep /g/	51,50 /600/	51,00 /600/	50,50 /600/	49,00 /600/	48,00 /600/	46,50 /500/	43,00 /500/
kladivo /kg/	/4/ 62,00	/4/ 60,00	58,00 /4/	57,50 /4/	55,00 /4/	59,50/3/	50,00 /3/
chôdza 5km						25:00	25:30
chôdza 10km				50:30	51:30		
chôdza 20km	1:42	1:44	1:46				
chôdza 35km	3:03	3:06	3:09				
viacboj /disc./	5300 /7/	50 /7/	5250 /7/	5250 /7/	4800 /7/	4700 /7/	4400 /7/

Limity ZPM 2023,,B“ výber dievčatá	18	17	16	15
60m				7,85
100m	12,20	12,30	12,40	
150m				19,00
200m	25,00	25,25	25,50	
300m				41,40
400m	56,80	57,50	58,00	
800m	2:14,00	2:15,50	2:18,00	2:20,00
1500m	4:38,0	4:43,0	4:46,0	4:52,0
2000m				7:00,0
3000m		10:15	10:30	
5000m	18:10			
10 000m	37:40			
100m pr. /cm/	14,75 /84/	14,85 /76,2/	14,95 /76,2/	15,05 /76,2/
300m pr. /cm/				46,50 /76,2/
400m pr. /cm/	63,00 /76,2/	63,90 /76,2/	64,40 /76,2/	
1500m pr. /cm/				5:38 /76,2/
2000m pr. /cm/		7:36 /76,2/	7:48 /76,2/	
3000m pr. /cm/	11:35 /76,2/			
Diaľka	580	570	550	540
Výška	173	171	168	165
3-skok	12,30	12,00	11,70	
Žrd'	350	340	325	315
guľa /kg/	12,75 /4/	13,85 /3/	12,90 /3/	12,20 /3/
disk /kg/	41,00 /1/	39,00 /1/	36,00 /1/	34,00 /1/
oštep /g/	43,00 /600/	41,00 /500/	39,00 /500/	37,00 /500/
kladivo /kg/	50,50 /4/	48,50 /3/	45,50 /3/	44,00 /3/
chôdza 3km				15:35
chôdza 5km		25:30	26:00	
chôdza 10km	52:45			
Viacboj	4450	4300	4200	3950