

Svensk Friidrotts resultatutvecklingsnivå 1 (internationell elit)

Män						
	U18	U20	20-21 år	U23	23-24 år	Senior (25+)
100m	10.90	10.65	10.57	10.50	10.42	10.34
200m	22.05	21.60	21.45	21.30	21.11	20.82
400m	49.60	48.00	47.50	47.00	46.66	46.32
800m	1:55.00	1:50.25	1:49.13	1:48.00	1:47.40	1:46.80
1500m	3:58.00	3:48.20	3:45.35	3:42.50	3:40.60	3:38.71
3000m	8:30.00	-	-	-	-	-
5000m	-	14:35.00	13:16.50	13:58.00	13:43.79	13:29.58
10000m	-	-	-	29:45.00	29:19.42	28:13.83
Halvmaraton	-	-	-	-	-	1:04:19
Maraton	-	-	-	-	-	2:18:12
2000m hinder	6:00.00	-	-	-	-	-
3000m hinder	-	9:13.00	9:06.50	9:00.00	8:49.09	8:38.18
110mh	14.20	14.20	14.50	14.40	14.10	13.80
400mh	55.50	53.60	53.05	52.50	51.06	50.62
Höjd	2.02	2.10	2.13	2.15	2.19	2.23
Stav	4.65	5.00	5.10	5.20	5.42	5.64
Längd	7.05	7.40	7.50	7.60	7.78	7.95
Tresteg	14.35	15.05	15.30	15.55	15.93	16.20
Kula	17.40	17.75	17.40	17.80	19.11	20.41
Diskus	55.00	54.00	52.00	54.50	59.15	62.79
Slägga	68.00	67.00	64.00	65.50	69.78	74.05
Spjut	66.00	66.00	68.00	72.00	74.51	77.02
Tiokamp	6750	7150	7200	7400	7683	7966
Kort bana						
60m						6.69
60mh						7.85
Sjukamp						5934

Kvinnor						
	U18	U20	20-21 år	U23	23-24 år	Senior (25+)
100m	11.95	11.80	11.75	11.70	11.61	11.51
200m	24.60	24.30	24.15	24.00	23.71	23.42
400m	56.50	55.50	55.25	55.00	54.06	53.12
800m	2:10.00	2:07.80	2:07.15	2:06.50	2:04.76	2:02.97
1500m	4:30.00	4:24.00	4:24.00	4:24.00	4:16.87	4:10.25
3000m	9:46.00	-	-	-	-	-
5000m	-	17:10.00	16:52.50	16:35.00	16:13.99	15:52.98
10000m	-	-	-	35:40.00	34:28.34	33:16.76
Halvmaraton	-	-	-	-	-	1:16:38
Maraton	-	-	-	-	-	2:44:43
2000m hinder	7:00.00	-	-	-	-	-
3000m hinder	-	10:45.00	10:35.00	10:25.00	10:11.24	9:57.47
100mh	14.05	13.95	13.92	13.90	13.58	13.27
400mh	62.00	60.80	60:65	60.50	58.77	57.04
Höjd	1.75	1.80	1.81	1.81	1.86	1.90
Stav	3.70	4.00	4.03	4.05	4.24	4.42
Längd	5.90	6.15	6.20	6.25	6.37	6.49
Tresteg	12.40	12.70	12.83	12.95	13.28	13.61
Kula	14.95	14.00	14.25	14.50	15.90	17.29
Diskus	42.50	47.50	48.50	49.50	54.34	59.18
Slägga	60.00	57.00	59.00	61.00	65.22	69.44
Spjut	49.00	48.00	49.50	51.00	54.00	57.00
Sjukamp	5075	5350	5475	5600	5769	5938
Kort bana						
60m						7.40
60mh						8.18
Femkamp						4345

- Resultaten ska var uppnådda i åldersklassens betingelser
- Seniorsnivåerna för 25 år eller äldre är baserade på kval till EM 2022 samt IEM 2023 för kortbana
- Halvmaraton är beräknad på rankingpoäng av kval EM 2022 maraton
- Mångkamperna kortbana är beräknade på rankingpoäng av mångkamperna utomhus

- U23 nivåerna är baserade på kval till U23 EM 2023
- U20 nivåerna är baserade på kval till U20 EM 2023
- U18 nivåerna är baserade på kval till U18 EM 2024
- Vi har lagt in nivåer för 20-21 år och 23-24 år för att få en smidig progression

Svensk Friidrotts resultatutvecklingsnivå 2 (nationell elit)

Män						
	U18	U20	20-21 år	U23	23-24 år	Senior (25+)
100m	11.21	10.98	10.89	10.83	10.67	10.51
200m	22.74	22.32	22.21	22:03	21.60	21.17
400m	51.11	49.60	49.12	48.64	48.29	47.94
800m	1:58.47	1:53.94	1:52.87	1:51.79	1:50.97	1:50.15
1500m	4:05.61	3:56.30	3:53.58	3:50.86	3:47.38	3:43.89
3000m	8:47.08	-	-	-	-	-
5000m	-	15:04.37	14:46.30	14:29.23	14:12.69	13:56.16
10000m	-	-	-	30:55.56	30:08.87	29:22.18
Halvmaraton	-	-	-	-	-	1:04:27
Maraton	-	-	-	-	-	2:19:12
2000m hinder	6:15.50	-	-	-	-	-
3000m hinder	-	9:37.00	9:30.81	9:24.62	9:11.62	8:58.62
110mh	14.80	14.80	15.05	14.99	14.69	14.39
400mh	57.55	55.76	55.23	54.71	53.54	52.37
Höjd	1.91	1.99	2.01	2.03	2.07	2.10
Stav	4.31	4.63	4.72	4.81	5.01	5.21
Längd	6.59	6.92	7.02	7.11	7.27	7.42
Tresteg	13.50	14.13	14.36	14.58	14.58	15.17
Kula	15.76	16.08	15.50	16.12	17.27	18.49
Diskus	49.65	48.77	48.00	49.21	52.98	56.75
Slägga	61.36	60.51	58.00	59.14	62.99	66.84
Spjut	59.57	59.57	61.00	64.59	67.06	69.53
Tiokamp	6134	6497	6500	6727	6983	7238
Kort bana						
60m						6.80
60mh						8.08
Sjukamp						5653

Kvinnor						
	U18	U20	20-21 år	U23	23-24 år	Senior (25+)
100m	12.47	12.33	12.28	12.23	11.97	11.71
200m	25.68	25.39	25.25	25.11	24.67	24.23
400m	59.27	58.31	58.06	57.82	56.40	54.98
800m	2:16.19	2:14.11	2:13.48	2:12.86	2:10.57	2:08.29
1500m	4:44.02	4:38.26	4:38.26	4:38.26	4:29.06	4:19.86
3000m	10:17.66	-	-	-	-	-
5000m	-	18:04.64	17:48.44	17:32.25	16:57.91	16:23.58
10000m	-	-	-	37:43.93	36:28.99	35:14.06
Halvmaraton	-	-	-	-	-	1:15:59
Maraton	-	-	-	-	-	2:41:56
2000m hinder	7:23.34	-	-	-	-	-
3000m hinder	-	11:29.80	11:20.23	11:10.67	10:57.59	10:44.52
100mh	14.87	14.78	14.62	14.47	14.22	13.97
400mh	65.48	64.38	64.23	64.09	62.39	60.69
Höjd	1.65	1.69	1.70	1.70	1.75	1.79
Stav	3.41	3.68	3.71	3.73	3.90	4.07
Längd	5.44	5.67	5.72	5.77	6.01	6.24
Tresteg	11.43	11.72	11.89	11.95	12.36	12.77
Kula	13.41	12.65	12.88	13.10	14.36	15.61
Diskus	38.36	42.91	43.78	44.65	49.02	53.38
Slägga	54.20	51.46	53.27	55.07	58.90	62.72
Spjut	44.28	43.30	44.66	46.01	48.73	51.44
Sjukamp	4611	4856	4970	5084	5239	5394
Kort bana						
60m						7.74
60mh						8.70
Femkamp						3947

- Resultaten ska var uppnådda i åldersklassens betingelser
- Seniornivåerna för 26 år och äldre är baserade på snitten av topp 8 på sverigestatistiken 2019, 2022, 2023 alternativt motsvarande 90% av ranking poäng för nivå 1
- Seniornivåerna på kort bana är baserade på snitten av topp 8 på sverigestatistiken 2022, 2023 alternativt motsvarande 90% av ranking poäng för nivå 1
- Halvmaraton är beräknad på rankingpoäng av kval EM 2022 maraton

- Mångkamperna kortbana är beräknade på rankingpoäng av mångkamperna utomhus
- U23 nivåerna är baserade på 90% av ranking poäng för nivå 1
- U20 nivåerna är baserade på 90% av ranking poäng för nivå 1
- U18 nivåerna är baserade på 90% av ranking poäng för nivå 1
- Vi har lagt in nivåer för 20-21 år och 23-24 år för att få en smidig progression