

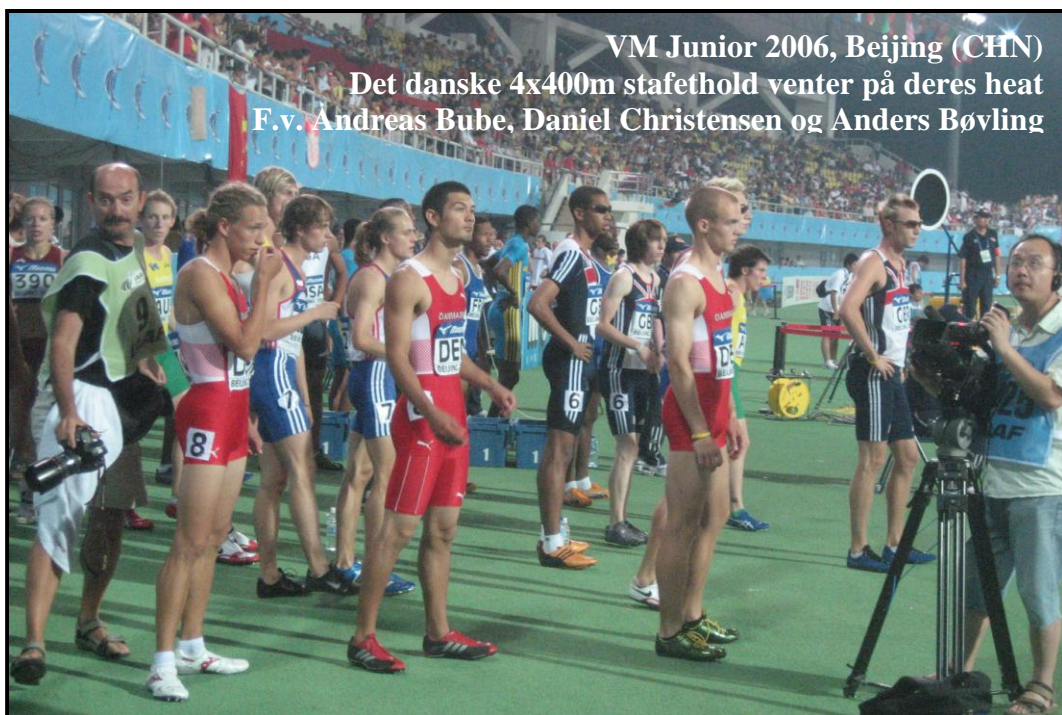
DAF's Årgangs- og Elitegruppekrav

Krav til DAF's Talentudvikling og DAF's Elitegrupper

Pr. 1. januar 2005 er kravene for at komme ind i DAF's Talentudvikling og i DAF's Elitegruppe blevet revideret (og igen 1. januar 2006). Det skyldes et ønske om at følge den internationale udvikling, og samtidig søge at skabe nogle krav der er ens på tværs af atletikkens meget forskellige discipliner.

Hvis man har nogle spørgsmål om kravene til DAF's Talentudvikling, så kan man kontakte DAF's Talentlandstræner, Michael Bruun Jepsen, og tilsvarende kan DAF's Sportschef, Lars Nielsen, kontaktes for spørgsmål om elitekravene. Kravene følger nedenstående generelle retningslinier:

- ❁ I alle 6 hovedgrupper er der opført de objektive krav, som vi pt. har i vores elitesystem, og som løbende bliver revideret. Når man klarer de objektive krav, så er man sikret en individuel sportslig vurdering, hvor der ud over det rent sportslige niveau også bliver vurderet ens udviklingspotentiale og ikke mindst indstilling til eliteidræt. Falder denne vurdering positivt ud, så er man medlem af DAF's Talentudvikling eller Elitegruppe. Den individuelle sportslige vurdering gælder hele vejen gennem vores elitesystem.
- ❁ Man kan kvalificere sig til DAF's Talentudvikling fra det år man fylder 15 år, til og med det år man fylder 21 år. Sidste sæson i Talentudviklingen er derfor som 22 årig, og herefter overgår man til Elitegruppen, såfremt man har opfyldt sit specifikke disciplinkrav (22 års kravet, også kaldet B4).
- ❁ Når man er 22 år eller ældre, så kvalificerer man sig første gang til Elitegruppen ved at klare B4-kravet. Lige som i Talentgruppen, så vil man hvert år stige ét krav i niveau, så 2.år i Elitegruppen er man B3-aktiv, og det 7.år er man A1-aktiv – selvfølgelig under forudsætning af, at man klarer sine respektive krav. Hvis man på et tidspunkt ryger ud, så skal man på et senere tidspunkt (normalt) klare det krav man i sin tid ikke formåede at opfylde for genindtræde.
- ❁ Kravene er opsat med udgangspunkt i en elitær udvikling, der peger hen mod kvalifikation til internationale mesterskaber. Hvis man kigger på udviklingen for en typisk ungdomsaktiv, så vil det være naturligt, at der er større fremgang i de unge år, og fremgangen herefter vil aftage med alderen. I kravene er der taget højde for dette, så der vil være krav om en stedse mindre relativ fremgang pr. år.
- ❁ For hver sæson man klarer sit krav er man fritaget for at klare krav den følgende sæson og det uanset om man er i Talent- eller Elitegruppen. Hver eneste sæson man klarer sit krav skubber man altså et "friår" foran sig.
- ❁ I tilfælde af skader skal dette meddeles til den pågældende Landstræner, Elitecentertræner eller DAF's Sportschef, så det kan indgå i en vurdering af en evt. tildeling af et ekstra år i gruppen.
- ❁ Når man har nået A1-niveau, så kræver det ikke nødvendigvis, at man klarer A1-krav hvert andet år, det kan også ske efter individuelle kvalitative vurderinger.



Sprint (60 - 400 meter)

Sprint	60m inde		100 meter		200 meter		400m inde		400 meter	
	Piger	Dr.	Piger	Dr.	Piger	Dr.	Piger	Dr.	Piger	Dr.
15 år	8,01	7,51	12,72	11,71	26,50	24,02	60,59	53,82	<u>300m:</u> 41,84 60,00	<u>300m:</u> 37,56 53,03
16 år	7,88	7,34	12,56	11,44	26,08	23,32	59,47	52,63	58,81	51,84
17 år	7,77	7,20	12,41	11,23	25,68	22,77	58,51	51,65	57,78	50,82
18 år	7,68	7,08	12,28	11,06	25,33	22,34	57,67	50,84	56,90	49,95
19 år	7,61	6,98	12,15	10,92	25,02	22,02	56,93	50,16	56,14	49,21
20 år	7,55	6,90	12,05	10,80	24,75	21,78	56,28	49,59	55,48	48,61
21 år	7,50	6,85	11,95	10,70	24,50	21,60	55,70	49,10	54,90	48,10
22 år - B4	7,46	6,81	11,86	10,62	24,27	21,45	55,17	48,68	54,38	47,67
B3	7,43	6,78	11,78	10,55	24,07	21,32	54,70	48,32	53,92	47,29
B2	7,40	6,75	11,70	10,49	23,88	21,20	54,29	48,00	53,51	46,95
B1	7,37	6,72	11,62	10,44	23,71	21,10	53,93	47,74	53,16	46,67
A3	7,35	6,69	11,55	10,39	23,55	21,00	53,60	47,50	52,86	46,43
A2	7,32	6,67	11,47	10,34	23,39	20,90	53,31	47,29	52,59	46,21
A1	7,30	6,65	11,40	10,30	23,25	20,80	53,05	47,10	52,35	46,00

Man kan kun kvalificere sig ved hjælp af el-tider. Håndstoppede tider er **IKKE** godt nok!

Kun el-tider opnået i godkendt vind (max. 2,00 m/sek) kan bruges som kvalifikation på 100 og 200 meter

Resultater markeret med lyseblåt og understreget er resultater man skal opnå på ungdomsdistancer

Mellemdistance (800 – 3.000 meter)

M/L - 1	800 meter		1.500 meter		3.000 meter		3.000m FH	
	Piger	Drenge	Piger	Drenge	Piger	Drenge	Piger	Drenge
15 år	2.19,96	2.01,88	4.48,90	4.15,77	10.34,48	9.08,80	----	----
16 år	2.17,38	1.59,19	4.44,08	4.09,63	10.22,65	8.58,65	----	----
17 år	2.15,05	1.56,93	4.39,60	4.04,26	10.11,64	8.49,49	----	----
18 år	2.12,96	1.55,00	4.35,47	3.59,62	10.01,41	8.41,15	----	----
19 år	2.11,09	1.53,39	4.31,67	3.55,55	9.51,94	8.33,59	<u>2K: 7.15,00</u> 11.10,40	9.23,09
20 år	2.09,44	1.52,06	4.28,18	3.52,01	---	---	10.56,61	9.15,86
21 år	2.08,00	1.51,00	4.25,00	3.49,00	---	---	10.45,00	9.09,00
22 år - B4	2.06,72	1.50,03	4.22,09	3.46,48	---	---	10.35,00	9.02,41
B3	2.05,58	1.49,20	4.19,40	3.44,44	---	---	10.26,43	8.56,17
B2	2.04,57	1.48,49	4.16,93	3.42,76	---	---	10.19,23	8.50,28
B1	2.03,67	1.47,90	4.14,69	3.41,42	---	---	10.13,03	8.44,58
A3	2.02,87	1.47,41	4.12,65	3.40,31	---	---	10.07,82	8.39,07
A2	2.02,13	1.47,01	4.10,75	3.39,38	---	---	10.03,57	8.33,75
A1	2.01,40	1.46,65	4.09,00	3.38,50	---	---	10.00,00	8.28,50

Resultater markeret med lyseblåt og understreget er resultater man skal opnå på ungdomsdistancer

Langdistance (5.000 meter – Maraton)

M/L - 2	5.000 meter		10.000m / 10K		Halvmaraton		Maraton	
	Piger	Dr.	Piger	Dr.	Piger	Dr.	Piger	Dr.
15 år	18.37,89	15.58,81	---	---	---	---	---	---
16 år	18.13,29	15.40,00	---	---	---	---	---	---
17 år	17.50,80	15.23,38	---	---	---	---	---	---
18 år	17.30,32	15.08,40	---	---	---	---	---	---
19 år	17.11,75	14.54,53	35.53,75	32.21,76	---	---	---	---
20 år	16.55,00	14.41,75	35.18,79	31.32,55	---	---	---	---
21 år	16.40,00	14.30,00	34.48,51	30.50,00	---	---	---	---
22 år - B4	16.26,00	14.19,13	34.21,71	30.13,00	1.17.30	1.07.13	2.45.00	2.22.44
B3	16.13,18	14.09,25	33.58,27	29.42,18	1.16.12	1.06.06	2.41.30	2.20.41
B2	16.01,26	14.00,33	33.38,09	29.17,23	1.15.09	1.05.11	2.39.17	2.18.53
B1	15.50,21	13.52,34	33.21,08	28.57,02	1.14.17	1.04.27	2.37.15	2.17.14
A3	15.39,75	13.45,06	33.06,67	28.41,39	1.13.35	1.03.52	2.35.57	2.15.44
A2	15.29,65	13.38,26	32.54,82	28.28,48	1.13.00	1.03.24	2.34.13	2.14.20
A1	15.20,00	13.32,00	32.45,00	28.20,00	1.12.30	1.03.00	2.33.00	2.13.00

Kravet på 10.000 meter kan også klares ved at opnå den opstillede tid på en 10 km landevej.
Hvis kravene opnås på landevej, så er det dog en betingelse for godkendelse, at ruten er opmålt og godkendt af en certificeret opmåler (DAF, nationalt forbund, EAA, IAAF)

Kapgang (3.000 meter – 50 km)

Kapgang	3.000 meter		5.000 meter		10.000m / 10K		20.000m / 20K		50 km	
	Piger	Dr.	Piger	Dr.	Piger	Dr.	Piger	Dr.	Piger	Dr.
15 år	16.11,90	15.14,85	27.59,90	26.33,60	1.02.00,00	58.20,00	---	---	---	---
16 år	15.39,03	14.43,75	27.10,18	25.36,23	59.49,00	54.43,77	---	---	---	---
17 år	15.10,80	14.15,91	26.28,87	24.47,07	57.53,00	51.49,63	---	---	---	---
18 år	---	---	25.53,14	24.05,43	56.10,00	49.28,62	1.58,00	1.44,00	---	---
19 år	---	---	25.21,20	23.29,30	54.38,00	47.33,07	1.54,28	1.39.58	---	---
20 år	---	---	---	---	53.15,00	45.56,59	1.51.30	1.36.41	---	4.37.01
21 år	---	---	---	---	52.00,00	44.35,00	1.49.00	1.34.00	---	4.30.00
22 år - B4	---	---	---	---	50.51,00	43.33,48	1.46.49	1.31.45	---	4.24.04
B3	---	---	---	---	---	---	1.44.51	1.29.55	---	4.19.03
B2	---	---	---	---	---	---	1.43.01	1.28.26	---	4.14.54
B1	---	---	---	---	---	---	1.41.19	1.27.11	---	4.11.20
A3	---	---	---	---	---	---	1.39.44	1.26.08	---	4.08.19
A2	---	---	---	---	---	---	1.38.15	1.25.16	---	4.05.35
A1	---	---	---	---	---	---	1.36.50	1.24.30	---	4.03.00

Alle krav kan klares både på bane og landevej. Hvis kravene opnås på landevej, så er det dog en betingelse for godkendelse, at ruten er opmålt og godkendt af en certificeret opmåler (DAF, nationalt forbund, EAA, IAAF)
Som den eneste disciplin af alle, vil der på 50 km også være tale om en subjektiv vurdering, hvis en aktiv ikke klarer det forventede krav

Hækkeløb (60 – 400 meter)

Hæk	60m hæk indendørs		Kort hæk		Lang hæk	
	Piger	Drenge	Piger	Drenge	Piger	Drenge
15 år	<u>76,2cm: 9,57</u> 9,85	<u>84,0cm: 9,08</u> 9,56	<u>80m/76,2: 12,06</u> 16,27	<u>100m/84,0: 14,33</u> 17,46	<u>300m/76,2: 47,73</u> 66,13	<u>300m/76,2: 41,79</u> 58,66
16 år	<u>76,2cm: 9,29</u> 9,55	<u>91,4cm: 8,80</u> 9,20	<u>100m/76,2: 14,80</u> 15,71	<u>110/91,4m: 15,70</u> 16,75	64,96	57,48
17 år	<u>76,2cm: 9,05</u> 9,29	<u>91,4cm: 8,52</u> 8,91	<u>100m/76,2: 14,44</u> 15,26	<u>110m/91,4: 15,14</u> 16,15	63,87	56,44
18 år	9,07	<u>99,1cm: 8,55</u> 8,69	14,90	<u>110m/99,1: 14,70</u> 15,65	62,87	55,49
19 år	8,89	<u>99,1cm: 8,31</u> 8,51	14,60	<u>110m/99,1: 14,31</u> 15,24	61,94	54,65
20 år	8,73	8,37	14,36	14,91	61,08	53,89
21 år	8,60	8,25	14,15	14,65	60,30	53,20
22 år - B4	8,50	8,15	13,97	14,43	59,58	52,56
B3	8,42	8,07	13,81	14,24	58,92	51,98
B2	8,35	7,99	13,67	14,09	58,33	51,46
B1	8,30	7,93	13,54	13,96	57,81	51,00
A3	8,26	7,88	13,42	13,86	57,34	50,58
A2	8,23	7,84	13,30	13,79	56,94	50,20
A1	8,20	7,80	13,20	13,72	56,60	49,85

Man kan kun kvalificere sig ved hjælp af el-tider. Håndstoppede tider er **IKKE** godt nok!

Kun el-tider opnået i godkendt vind (max. 2,00 m/sek) kan bruges som kvalifikation på den korte hæk
Resultater markeret med lyseblåt og understreget er resultater man skal opnå på ungdomsdistancer og –højder

Spring (Horisontale og vertikale)

Spring	Længdespring		Trespring		Højdespring		Stangspring	
	Piger	Drenge	Piger	Drenge	Piger	Drenge	Piger	Drenge
15 år	5,25	6,11	10,75	12,50	1,60	1,81	2,76	3,50
16 år	5,42	6,42	11,20	13,10	1,65	1,88	3,02	3,87
17 år	5,59	6,69	11,62	13,65	1,69	1,95	3,24	4,20
18 år	5,75	6,92	11,98	14,20	1,73	2,01	3,44	4,50
19 år	5,88	7,11	12,29	14,63	1,76	2,06	3,60	4,75
20 år	6,00	7,27	12,56	14,99	1,79	2,10	3,74	4,95
21 år	6,10	7,40	12,80	15,30	1,81	2,13	3,85	5,10
22 år - B4	6,19	7,51	13,02	15,56	1,83	2,16	3,94	5,21
B3	6,27	7,61	13,22	15,79	1,85	2,18	4,03	5,30
B2	6,33	7,69	13,40	16,00	1,86	2,20	4,09	5,38
B1	6,39	7,77	13,57	16,18	1,88	2,22	4,15	5,44
A3	6,44	7,83	13,72	16,35	1,89	2,24	4,20	5,50
A2	6,48	7,89	13,85	16,51	1,90	2,25	4,23	5,55
A1	6,50	7,95	13,95	16,65	1,91	2,26	4,25	5,60

Kun spring opnået med godkendt vind (max. 2,00 m/sek) kan bruges som kvalifikation i længde- og trespring
Hos 14-15 årige springes der med zoneafsæt i fladspringene, markeret med et "z" umiddelbart efter kravet

Kast (Lineær og rotation)

Kast	Kuglestød		Diskoskast		Hammerkast		Spydkast	
	Piger	Drenge	Piger	Drenge	Piger	Drenge	Piger	Drenge
15 år	<u>3kg 11,84</u> 10,40	<u>4kg 14,78</u> 11,95	<u>¾kg 36,13</u> 32,21	<u>1kg 44,38</u> 35,46	<u>3kg 45,18</u> 39,00	<u>4kg 53,22</u> 40,77	36,62	<u>600 51,41</u> 46,53
16 år	<u>3kg 12,64</u> 11,16	<u>5kg 15,10</u> 12,66	34,76	<u>1½kg 43,50</u> 38,23	42,67	<u>5kg 53,05</u> 45,15	38,87	<u>700 54,00</u> 50,57
17 år	<u>3kg 13,41</u> 11,89	<u>5kg 15,86</u> 13,36	37,32	<u>1½kg 46,26</u> 40,83	45,98	<u>5kg 57,42</u> 48,87	41,09	<u>700 57,68</u> 54,26
18 år	12,56	<u>6kg 15,38</u> 14,07	39,85	<u>1¾kg 46,56</u> 43,23	48,91	<u>6kg 56,86</u> 51,98	43,26	57,60
19 år	13,20	<u>6kg 16,10</u> 14,76	42,33	<u>1¾kg 48,81</u> 45,43	51,49	<u>6kg 59,76</u> 54,78	45,34	60,64
20 år	13,79	15,44	44,72	47,50	53,74	57,42	47,33	63,43
21 år	14,35	16,10	47,00	49,50	55,75	60,00	49,20	66,00
22 år - B4	14,87	16,71	49,04	51,41	57,53	62,40	50,87	68,31
B3	15,36	17,30	50,93	53,28	59,20	64,71	52,40	70,50
B2	15,83	17,85	52,69	55,12	60,74	66,97	53,81	72,54
B1	16,28	18,37	54,35	56,91	62,17	69,18	55,13	74,43
A3	16,71	18,85	55,93	58,65	63,47	71,40	56,35	76,14
A2	17,12	19,29	57,46	60,35	64,65	73,61	57,47	77,74
A1	17,50	19,70	59,00	62,00	65,75	75,80	58,50	79,25

Resultater markeret med lyseblåt og understreget er resultater man skal opnå med ungdomsredskaber
Øvrige resultater er med seniorredskaber

Mangekamp (Inden- og udendørs)

MK	Mangekamp indendørs 5/7-kamp		Mangekamp 7/10-kamp	
	Piger	Drenge	Piger	Drenge
15 år	<u>4-kamp 2.515p (2.566)</u>	<u>5-kamp 2.855p (2.912)</u>	<u>7-kamp 4.845p (4.942)</u>	<u>9-kamp 5.540p (5.651)</u>
16 år	<u>4-kamp 2.585p (2.637)</u>	<u>5-kamp 2.920p (2.979)</u>	<u>7-kamp 4.260p (4.346)</u>	<u>9-kamp 5.250p (5.355)</u>
17 år	<u>4-kamp 2.660p (2.714)</u>	<u>5-kamp 3.065p (3.127)</u>	<u>7-kamp 4.460p (4.550)</u> 4.500p (4.590)	<u>9-kamp 5.545p (5.656)</u> 5.800p (5.916)
18 år	3.455p (3.524)	<u>7-kamp 4.680p (4.774)</u> 4.625p (4.718)	4.690p (4.784)	<u>10-kamp 6.340p (6.467)</u> 6.090p (6.212)
19 år	3.535p (3.606)	<u>7-kamp 4.840p (4.937)</u> 4.785p (4.881)	4.855p (4.953)	<u>10-kamp 6.615p (6.748)</u> 6.365p (6.493)
20 år	3.610p (3.683)	4.920p (5.019)	5.010p (5.111)	6.615p (6.748)
21 år	3.675p (3.749)	5.025p (5.126)	5.150p (5.253)	6.850p (6.987)
22 år - B4	---	---	5.280p (5.386)	7.055p (7.197)
B3	---	---	5.400p (5.508)	7.240p (7.385)
B2	---	---	5.515p (5.626)	7.400p (7.548)
B1	---	---	5.620p (5.733)	7.540p (7.691)
A3	---	---	5.715p (5.830)	7.665p (7.819)
A2	---	---	5.810p (5.927)	7.775p (7.931)
A1	---	---	5.900p (6.018)	7.875p (8.033)

Resultater markeret med lyseblåt og understreget er resultater man skal opnå med ungdomsdistancer, ungdomsafstande, ungdomshøjde og ungdomsredskaber. Øvrige resultater er med ditto senior

Alle mangekampe kan som udgangspunkt godkendes uanset vindforhold og tidtagningsmetode!

Pga. de få mangekampe pr. sæson, så kan man også kvalificere sig, hvis summen af ens personlige rekorder er 2% eller mere over årgangskravet. 2%-kravet er angivet i parentes efter årgangskravet.

Omregning i mangekamp:

Ved alle ungdomsmangekampe bruges der ungdomsredskaber, -højde og -afstande. Men før det kan bruges som kvalifikation til DAF's Talentudvikling, så skal de alle omregnes efter nedenstående retningslinier:

Omregning i mangekamp indendørs:

- **Piger:** Der bruges IAAF senior tabel kvinder, og aldersrelevante hækhøjder, afstande og redskaber
- **Drenge:** Der bruges IAAF senior tabel mænd, og aldersrelevante hækhøjder, afstande og redskaber

Omregning i mangekamp udendørs:

- Piger:
 - Der bruges IAAF senior tabel for kvinder til alle discipliner
 - 80 meter hæk slås op under 100m hæk
 - Der bruges aldersrelevante hækhøjder, afstande og redskaber
- Drenge:
 - Der bruges IAAF senior tabel for mænd til alle discipliner
 - 100 meter hæk slås op under 110 meter hæk (IAAF senior tabel)
 - 1.000 meter slås op under IAAF senior inde tabel
 - Der bruges aldersrelevante hækhøjder, afstande og redskaber

Ønsker man yderligere oplysninger om ovenstående, så kontaktes DAF's Talentlandstræner, Michael Bruun Jepsen (se under DAF's hjemmeside / eliten / talentudvikling)