

Bibliothek der Leibesübungen Heft 13.

1/3
1927

Ratgeber

für
sportliche

Kampf-
richter



Leichtathletik

Arbeiter-Turn-Verlag A. G. Leipzig S. 3, Fichtestraße 36

Original im Val. Lezius

Heinrich Bostelmeis

Sportwart Großmann

Bibliothek der Leibesübungen, Heft 13

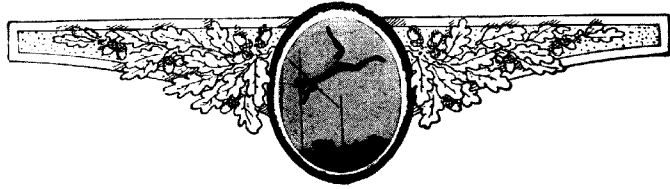
Ratgeber für Kampfrichter in der Leichtathletik

Zweite
unveränderte Auflage

1927



Arbeiter-Turnverlag A.-G., Leipzig S 3, Fichtestr. 36

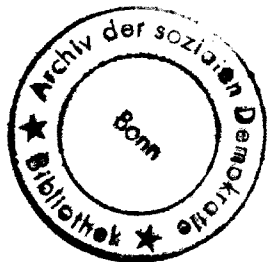


Zur Einführung.

Die Entwicklung der Leichtathletik innerhalb unseres Bundes hat in den letzten Jahren erfreulicherweise große Fortschritte gemacht. Als Ergänzungssport dient sie allen Sparten zur körperlichen Entwicklung und gestaltet den Übungsbetrieb vielseitig. Die körperliche Erziehung erfordert Bewegung in frischer Luft, Licht und Sonne sollen den Körper zur Kraft und Schönheit entwickeln.

Sportliche Wettkämpfe sind geeignet, für den Gedanken der Leibesübungen zu werben. Sie sind das Mittel, die Öffentlichkeit von der Schönheit und Notwendigkeit der Körpererziehung zu überzeugen. Wir wollen mit unseren Veranstaltungen den kulturellen Wert unserer Arbeit der Öffentlichkeit zeigen und sie für die Bestrebungen der Arbeiter-Sportbewegung gewinnen.

Unsere Feste sollen Verbesserte sein und bedürfen sorgfältiger Vorbereitung. Eine tatkräftige Leitung, ein Stamm guter Kämpfrichter, die durch Kurse und praktische Erfahrungen sich das notwendige Wissen angeeignet haben, sind zur Leitung von Festen notwendig. Unser „Ratgeber“ soll als Ergänzung der Wett-



A80-10305

kampfordnung dazu beitragen, den Vereinsleitungen und Kampfrichtern das notwendige Rüstzeug für die Abwicklung leichtathletischer Wettkämpfe zu geben.

Der Bundesgenosse A. Hurtig, Kampfrichterobmann des 1. Kreises, gibt aus seinen praktischen Erfahrungen heraus wertvolle Anregungen über die Vorbereitung und Abwicklung leichtathletischer Feste.

Die Berechnungstabellen für alle leichtathletischen Mehrkampfübungen sind ebenfalls in diesem Buch enthalten. Die leichtathletischen Übungen der turnerischen Mehrkämpfe werden auch nach diesen Tabellen berechnet, so daß dieses Buch ein wertvoller Ratgeber für Kampfrichter und Funktionäre aller Sparten ist.

Mai 1926.

K. Bühnen.



Die zweite Auflage.

Die erste Auflage war schnell vergriffen, die zweite Auflage geht unverändert an unsere Funktionäre.

Januar 1927.

K. Bühnen.



Der Kampfrichter bei leichtathletischen Wettkämpfen.

Ab und zu habe ich die wenig erfreuliche aber lehrreiche Angewohnheit, nach einem Sportfest verschiedene Zuschauer zu fragen, wie ihnen die Organisation und die Abwicklung der Kämpfe gefallen hat. Das ist eine Gewissensfrage, die Antwort aber fast immer die Bestätigung gemachter Fehler, von denen man als Techniker und Veranstalter im Innenraum sehr wenig merkt. Gerade aber die Vermeidung von Fehlern, eine abwechslungsreiche und reibungslose Abwicklung unserer Sportfeste müßte im Interesse der vorwärts- und aufwärtsstrebenden noch jungen Leichtathletik im Bunde liegen. Unsere Zuschauer haben ein Recht darauf, auf ihre Kosten zu kommen, und je besser die Organisation klappt, umso befriedigter verlassen nicht nur die Gäste, sondern auch unsere teilnehmenden Genossen und Genossinnen die Kampfstätte mit der schwarzen Schlackebahn.

Siehst du dort die Genossen und Genossinnen mit der schlichten Binde am Arm ihres Amtes wanken? Das sind unsere Kampfrichter, die Hauptträger eines Festes. In ihrem Geschick liegt es, ob ein Sportfest flott hintereinander oder langsam, stockend abgewickelt wird. Ja, Kampfrichter sein heißt mehr als sich zu bücken, zu drehen und Namen aufzurufen. Das Prahlern mit dem Handwerkszeug, Meßlatte, Bandmaß und Stoppuhr allein tut's freilich auch nicht. Kampfrichter sein, heißt Menschenkenntnis und psychologische Begabung besitzen. Es ist nicht alles Gold, was glänzt und es ist nicht der der beste Kampfrichter, der als Notnagel in die Bresche springt, sondern diese Eigenschaft will erworben werden. Ein Kampfrichter muß energisch sein können,

weil es leider noch immer Teilnehmer gibt, die es beim „Messen“ besser wissen, wie es gemacht wird und die durch ihre Manieren alles andere, nur nicht den Eindruck eines klassenbewußten Arbeitersportlers erwecken. Daß der Kampfrichter für Leichtathletik so nebenbei noch die gesamte leichtathletische Wettkampfordnung beherrschen muß, ist Selbstverständlichkeit. Also ist es gar nicht so einfach, sich mit der Binde am Arm im Innenraum zu betätigen. Darum betrachtet mir den Kampfrichter nicht als bloßen Müßiggänger, als Auskunftsei für alle möglichen dummen Anfragen, als Programmauswendigwiser oder als Menschen, der nur für die Teilnehmer und Gäste als Arbeitsstier fungiert. Nein, der Kampfrichter für Leichtathletik ist mit der Hauptträger eines Festes und will als solcher bewertet werden. In allen Kreisen, wo auch nur die Spur einer Leichtathletikbewegung vorhanden ist, sichere man sich Kampfrichtervereinigungen mit gewissenhaftester Ausbildung.

Ein ganzer Kerl sein!

Jawohl, das ist die Voraussetzung zu deinem verantwortungsvollen Posten. Die Paragraphen der Wettkampfordnung hast du gar bald auswendig gelernt; aber damit allein bist du noch lange kein Kampfrichter. Es kommt nun schon darauf an, daß und wie die Paragraphen mit ihren Bestimmungen angewandt werden. Hier entscheidet deine Person und dein Charakter. Nicht wie ein Schilf im Winde hin- und herschwanken, sondern zielbewußte und klare Entscheidungen treffen, das ist die große Kunst eines Kampfrichters. Ein ganzer Kerl sein in jeder Beziehung sichert nicht nur Vertrauen bei den Teilnehmern, es wird zur Sympathie für deine verantwortungsvolle Funktion führen.

Pünktlichkeit ist eine Tier

Kampfrichter sein bedeutet auch, daß man auf dich in jeder Beziehung rechnen kann. Nicht nur, daß du den Namen und die Binde eines wichtigen Funktionärpostens trägst, mußt du neben

der Uhr das pünktlichste Inventar eines Sportfestes sein. Das klingt kraß, vielleicht auch ein wenig herabsetzend, nehme es nicht so hin, sondern denke daran: wenn ich nicht pünktlich zur angelegten Zeit erscheine, kann der Kampfrichterbmann alle seine schönen Pläne in punkto Aufstellung und Verteilung seines Mitarbeiterstabes über den Haufen werfen. Das wäre vielleicht noch gar nicht einmal das Schlimmste. Unangenehm aber ist dann die Tatsache, daß kein Ersatz zur Stelle ist. Bis du schnaufend und schwitzend mit den bekannten Ausreden zur Stelle bist, ist der Zeiger der Uhr nicht nur bei den Teilnehmern, sondern auch bei den Zuschauern ein gewaltiges Stück vorwärtsgerückt. Die Folge davon ist zu später Beginn der Veranstaltung, Verzögerungen im Programm, Beendigung des Festes bei anbrechender Dunkelheit oder, wenn die Einrichtung dazu vorhanden, bei „Bogenlampenbeleuchtung“. Daß dies nicht gerade zur Förderung und zur Propaganda unserer Arbeiterportbewegung dient, dürfte manchem klar sein. Pünktlichkeit ist eine Zierde des Kampfrichters und zugleich oberstes Gebot für seine Tätigkeit. Ein Kampfrichter hat zu der im Programm oder anderweitig bekanntgegebenen Zeit unbedingt zur Stelle zu sein. Welch ein schlechtes Bild, wenn man manchmal die Teilnehmer nach dem Kampfrichter rufen hört; noch schlechter aber, wenn die „liebliche“ Stimme des Sprachrohres in den Sommerjonnenschein hineinzwitschert, daß doch ja der Genosse Schulze 2 oder Lehmann 4 so freundlich sein möchte und ohne besondere Einladungskarte seinen Posten einnehmen soll. Ja, der Kampfrichter soll nicht nur genau zur festgesetzten Minute seines Amtes walten, er muß schon vorher angetreten sein. Der Sportplatz ist kein Schlaraffenland. Die gebratenen Tauben fliegen keinem ins Maul. Man muß schon selbst dafür sorgen, daß das Handwerkszeug zur Stelle ist. Bahnen müssen abgesteckt, Wurfbalken und -ringe befestigt, Meßplatten, Bandmaße und Sprungständer zur Stelle sein. Nur den Kampfrichter will ich loben und sein Lied in alle Winde singen, der neben der Pünktlichkeit Pflichttreue und Selbständigkeit besitzt. Mit dem Betreten des Innenraumes eines Sportplatzes beginnt die Selbständigkeit und praktische Arbeit. Fünf Minuten vor Beginn einer Veranstaltung

weiß ich, wenn ich nur die Kampfrichter beobachte, ob die Geschichte heute klappen wird oder nicht.

Sei ehelich und gerecht.

Also lieber Genosse oder liebe Genossin Kampfrichter, weißt du was ich meine? Sei gerecht! Sieh einmal, Raum für alle hat die Erde, also nicht nur für deinen Verein, dem du angehörst. Freunde und Freundinnen, denen man einen besonderen Gefallen tun soll, kennt der Kampfrichter bei der Ausübung seiner Tätigkeit nicht. Das sind lästige Ausländer, die ihm nachher am meisten etwas am Zeuge zu flicken haben und die ihn nachher mit dem wenig erfreulichen Ausdruck „Kampfrichter“ belegen, was soviel heißt wie „krampfen“, etwas „begünstigen“. Von hier aus ist der Weg zu dem Wort „Schieber“ dann nicht mehr weit. Also so etwas machen wir grundsätzlich nicht mit. Eine traurige Figur ist so ein Kampfrichter, der mit unlauterer Mitteln arbeitet. Hat der Arbeitersport das nötig? Nie und nimmermehr! Der Gedanke der „Gerechtigkeit“ und Objektivität muß uns viel zu heilig sein, um Schindluder damit zu treiben. Man kann auch vermeintliche Feinde haben. So etwas gibt es auch bei uns im Bunde. Das heißt, man bildet sich ein, der Genosse oder die Genossin aus dem Bruderverein, die durch systematische Arbeit, durch eifriges Üben und Durchbilden des Körpers nicht auf einer Stufe stehengeblieben sind, sondern mutig mit einem Satz die nächsten Stufen übersprungen haben und nun gegen den eigenen Verein ein Plus haben, müsse man als Feinde betrachten. Zu leicht ist man dabei vom blinden Wahn des Vereinspatriotismus besfallen und „nimmt“ so einige kleine Zentimeterchen, den Bruchteil einer Sekunde zum Anlaß, dem anderen schon zu zeigen „was eine Harke ist“. Seid Menschen. Räumt mit dem Vereinsfanatiker in euch auf; es geht, wenn man will. Auch Willensmensch muß der Kampfrichter sein. Mit einem tiefen Atemzug kann man ganz gut den „Vereinspatriotismusbazillus“ wieder aus dem Körper vertreiben und der Sportplatzgerechtigkeit einen guten Dienst erweisen. Aber auch nicht beirren lassen darf sich ein Kampfrichter. Das

Dazwischenrufen der Besserwisser darf überhaupt nicht imponieren. Hauptsächlich der Mann am Ziel, ob mit oder ohne Stoppuhr, wird gern als Zielscheibe für mancherlei Liebenswürdigkeiten benutzt. Deine Entscheidung, vorurteilsfrei, unparteiisch getroffen, ist allein maßgebend. Dein Obmann für die betreffende Disziplin und der Kampfrichterobmann überhaupt werden dich am besten kennen und dich gegen alle Angriffe decken. Auch Zuschauer haben manchmal eine schreckliche Angewohnheit, sich in Erregung zu befinden. Da ist es besonders wichtig, daß du ruhig und sachlich bleibst. Deine Ruhe muß unerschütterlich sein. Denke an das dicke Fell eines gewissen Tieres vom Nil.

Der Kampfrichter als Erzieher.

Nicht lachen. Es gibt so etwas. Man kann sogar dabei Erfolge haben. Wie man das macht? Indem man alles das nicht tut, was man bei Teilnehmer und Zuschauer auch nicht gern sehen möchte. Der Kampfrichter trägt ganz bestimmt dazu bei, Publikum und Sportler so zu erziehen, daß ein Sportfest von Arbeitersportlern veranstaltet, zur Ehre des Arbeiter-Turn- und -Sportbundes gereicht. Nicht umsonst haben unsere Feste einen guten Klang. Selbst die „Bürgerlichen“ müssen in ihren Kritiken zugeben, daß es mit einem Arbeitersportfest doch eine andere Bewandnis hat. Das es so ist und bleibt, muß das Ergebnis eines gut funktionierenden Kampfrichterapparates sein.

Der gute Kampfrichter tritt nach außen hin sehr wenig in Erscheinung. Er wird sich nicht mit seiner Binde in den Vordergrund schieben und daraufhin das Recht für sich in Anspruch nehmen, überall herumzureden. Im Innerraum hat er für Ordnung zu sorgen. Der ist seine Betriebsstätte. Jeden Teilnehmer, ohne Ansehen der Person, der sich unnützerweise in dieser Betriebsstätte aufhält, wird er nicht gleich anbrüllen, aber doch ebenso entschieden wie höflich darauf aufmerksam machen, daß die Kampfstätte kein Tummelplatz für bummelnde Sportler, kein Zirkus für allerlei Kunststücke ist. Sollten Zuschauer einmal das Bedürfnis haben, über die Barrieren hinweg, um besser sehen zu können,

den Innenraum zu betreten, so wird der Kampfrichter besonders höflich darauf aufmerksam machen, daß sich die Zuschauer geirrt hätten, die Plätze zum Zusehen befinden sich dort hinter den Barrieren. Wird das gleich vom Beginn der Wettkämpfe an gemacht, bleibt der Erfolg nicht aus. Gegen Sportler in Zivil aber ist der höfliche Ton nach alter Erfahrung nicht angebracht. Hier hilft nur ganz energisches Einschreiten. Man benachrichtige den Verein. Einen rauchstinkenden Kampfrichter im Innenraum oder überhaupt bei der Ausübung seiner Tätigkeit kann ich mir nicht gut vorstellen. Ich kann mir aber vorstellen, wie die Zuschauer über so einen qualmenden Schornstein mit dem Abzeichen eines Kampfrichters urteilen. Weiter stelle ich mir die hohe Meinung des ausübenden Sportlers ganz gut vor, wenn er in die Dunstwolke einer Zigarette, einer Zigarre oder gar einer Pfeife von recht umfangreicher Güte hineinpringen oder -laufen muß. Daß Kampfrichter bei ihrer Tätigkeit Alkohol genießen, habe ich noch nie zu beobachten Gelegenheit gehabt und will zur Ehre aller dem Arbeiter-Turn- und Sportbund angehörenden Kampfrichter dieses Lob wegen der Erziehung hier gern verkünden.

Wollen wir, daß die Teilnehmer Disziplin zeigen sollen, dann werden wir, wenn eine Riege am Gerät angetreten ist, vorher noch einmal auf alle zu vermeidenden Fehler aufmerksam machen. Alle sogenannten Probersuche sind Unsinn. Wer zu einem Sportfest meldet, muß vorher geübt haben und in der Regel gehören ja außer beim Lauf jedesmal drei Versuche zum Gerät, von denen der beste gewertet wird. Es liegt keine Veranlassung vor, das Programm durch unnötige „Versuche“ in die Länge zu ziehen. Ein Sportfest ist kein Vereinsbetrieb. Brülle aber auch keinen Teilnehmer an, um vielleicht dadurch deine Autorität zu beweisen; es könnte leicht das Gegenteil erreicht werden. Beim Weitsprung gibt es Genossen und auch Genossinnen, die meinen, wenn sie sich da ganz weit vorn im lockeren Boden einen Blumenstrauß, Grasbüschel oder einen Berg Papier hinpflanzen, daß sie dann unbedingt weit über die 6-Meter-Marke hinauspringen. Einbildung und ein Zeichen von Nichtgeübthaben, denn sonst müssen sie wissen, was sie leisten können. Dieser Unfug

muß überall energisch bekämpft werden. Daß sich die Teilnehmer einer Riege nicht lange sonnen sollen und recht langsam ihr Gerät bewältigen, dafür sorgt mit dem genügenden Druck der Kampfrichter. Nach beendigter Übung wird er wiederum dafür sorgen, daß die Riege auf dem schnellsten Wege den Innenraum verläßt. Nichts wirkt unschöner auf die Zuschauer, als wenn recht viele Teilnehmergruppen, die nichts zu tun haben, im Innenraum eifrig herumbekiffen. Hier treten sofort die Kampfrichter in Erscheinung und überzeugen die Unentwegten davon, daß sie keine durchsichtige Masse bilden und daß der Zuschauer dazu da ist, auch etwas sehen zu wollen. Auf dem Olympia in Frankfurt konnte jeder, der sehen wollte, beobachten, wie die Finnen nicht eher den Innenraum betraten, als wie ihre Konkurrenz unbedingt an die Reihe war. Nach Absolvierung dieser Konkurrenz gab es weiter nichts, als auf dem schnellsten Wege sofort wieder den Innenraum zu verlassen. Es brauchte kein Kampfrichter einzuschreiten. Und wir — müssen zum großen Teile noch nachhelfen.

Wenn schon ein Kampfrichter sich ehrlich über diese oder jene Leistung eines Teilnehmers freut, dann soll er das für sich tun. Er soll aber seiner Freude nicht dadurch Ausdruck verleihen, daß er wie ein plötzlich irrsinnig gewordener Bräthering Gliederverrenkungen vollführt und in unartikulierten Lauten seine Herkunft verrät. Jeder Ermunterung und Beeinflussung enthält man sich. Wenn der Kampfrichter weiter den Drang im Innern verspürt, einen Wettkämpfer zu seinem Siege unbedingt gratulieren zu müssen, so mag er das einmal mit sich abmachen und zweifels aber außerhalb des Innenraumes, am besten dort, wo er nicht beobachtet wird. Dadurch wird er gleichzeitig aber auch erzieherisch auf die übrigen Teilnehmer und guten Vereinsfreunde einwirken. Am Ziel soll nicht nur eine gute Zielfrichter- und Zeitnehmerdisziplin herrschen, sondern man muß noch etwas erfinden, um die Teilnehmer hermetisch von der übrigen Welt abzuschließen. Jeder Teilnehmer glaubt nach beendetem Lauf, der Kampfrichter mit der Stoppuhr sei nur dazu da, jedem, der danach fragt, die Zeit anzugeben. Die lieben Teilnehmer bedenken

dabei aber nicht, daß sie nur den Betrieb stören — und Volksansammlungen am Ziele hervorrufen. Kampfrichter, der du Zeitnehmer oder Zielrichter bist, sei auch hier ein ganzer Kerl, wirke erzieherisch und gib deine Zeit nur dem Listenföhrer. Laß dich aber nicht verleiten, deinen lieben Freunden besonders entgegenzukommen, denn dann ist es mit deiner Erziehungsarbeit nichts. Der Teilnehmer erfährt einige Minuten später ja doch seine Resultate durch den Laufsprecher, warum also die Jagd nach der Zeit. Ist sie augenblicklich für einen Arbeitersportler das Wichtigste? Was man von den Teilnehmern nicht wünscht, mache man selbst nicht mit. Alle unnötigen Ansammlungen von Kampfrichtern auf einen Punkt vermeiden. Wer im Augenblick nichts zu tun hat, verschwinde.

Schon an diesen Beispielen ist gezeigt, wie sehr der Kampfrichter an der Erziehungsarbeit und Kultivierung unserer Sportfeste mitarbeiten kann. Trage jeder dazu bei und wir haben unseren Segnern vieles voraus.

Die Bibel der Kampfrichter.

Nicht die, welche die Kirche auslegt nach ihrem Geschmack, davon sollte sich jeder bewußte Arbeitersportler freigemacht haben und als Quittung dafür die Kirchenaustrittserklärung in Händen haben. Des Kampfrichters Bibel ist die Wettkampfordnung. Sie ist das, was bei einem Schulkind die Bibel bedeutet und aber auch zugleich des Gesellen Meisterbuch. So schnell wird man das nicht verstehen; aber wenn man sie zur Hand nimmt und aufmerksam Paragraphen für Paragraphen durchliest, dann erst dämmert es und man ruft mit Hamlet aus: „Es gibt Dinge zwischen Himmel und Erde, davon der Mensch sich nichts träumen läßt.“ Daß es solche Dinge zwischen Himmel und Erde gibt, davon kann sich jeder Kampfrichter überzeugen, der einmal über die Grenzen seines Wirkungskreises hinausgewandert ist und nun bei einem Bruderverein zu Gast weilt. Gar viele Veranstalter meinen, sie können eine eigene Wettkampfordnung je nach Guldünken für sich in Anspruch nehmen. O nein, auch wir müssen als zentrale

Organisation feste Richtlinien haben, um in allen Kreisen des Arbeiter-Turn- und -Sportbundes nach diesen zu verfahren. Nur wenn die Wettkämpfe nach bestimmten Richtlinien mit den gleichen Geräten, mit den gleichen Maßen und auf gleicher Grundlage durchgeführt werden, ist es möglich, Vergleiche anzustellen und Höchstleistungen anzuerkennen. Nun haben wir uns so eine neue, verbesserte Wettkampfordnung für Leichtathletik im Bunde geschaffen. Sie hat nicht nur nationale, sondern auch internationale Bedeutung, weil in ihr auch die Richtlinien für internationale Wettkämpfe enthalten sind. Gerade jetzt zusammen mit diesem Büchlein erscheinen sie. Die Wettkampfordnung ist also gewissermaßen die Arbeitsordnung eines Kampfrichters. Und je mehr er sich in seiner Arbeitsordnung vertieft, umso mehr wird es sein Nutzen sein. Überall hin sollen ihn die Bestimmungen für sportliche Wettkämpfe begleiten. Mit den Pflichten des Veranstalters (Genehmigung, Anmeldung, Ausschreibung usw. beginnen die Bestimmungen und umfassen weiter das ganze Gebiet der sportlichen Kämpfe. Jeder Kampfrichter ist demnach in der Lage, dort wo Ratlosigkeit herrscht, sofort durch die Wettkampfordnung Aufklärung und Abhilfe zu schaffen. Nun soll das nicht heißen, daß er bei jeder Gelegenheit seine Bibel aus der Tasche zieht und so umständlich wie nur irgend möglich darin herumblättert, sondern die Bestimmungen müssen im Kopfe sitzen. Aber auch der Kampfrichter hat die Pflicht, aus praktischer Erfahrung heraus auf Fehler in der Wettkampfordnung aufmerksam zu machen und Verbesserungsvorschläge jederzeit einzureichen. Am lieblichsten wird er diese Vorschläge zuerst seinem Obmann übermitteln, der sie dann an die zuständige Stelle weiterleitet. Wenn man also Kampfrichter ist, dann gehört dazu als ständiger Begleiter die Wettkampfordnung.

Die Schule des Kampfrichters

ist die Kampfrichter-Vereinigung. Sie ist eine sehr wichtige Einrichtung und müßte überall ins Leben gerufen werden. Die Ausbildung der schon vorhandenen Kampfrichter und die der Neulinge

sollten sich alle Kreise des Arbeiter-Turn- und Sportbundes vielmehr angelegen sein lassen. Eine gut organisierte Kampfrichter-Vereinigung erspart Arbeit, unnütze Fragen und ist für die Abwicklung eines Sportfestes von ausschlaggebender Bedeutung.

Wer Kampfrichter werden kann, daß habe ich in vorhergeschriebenen Abschnitten erläutert. Was aber für eine Kampfrichter-Vereinigung zu allererst notwendig ist, ist ein Obmann, der nicht nur den Namen nach als solcher fungiert, sondern der auch ein wenig die Arbeiter-Sportbewegung kennt und eine Portion Geschick mitbringt. Er muß es verstehen, seine Kampfrichter bei der Stange zu halten. Ständig muß er danach trachten, seinen Mitarbeiterstab zu vergrößern und zeitig genug für Nachwuchs sorgen. Die Wettkampfordnung gibt von Paragraph 24 bis Paragraph 34 diesen Mitarbeiterstab an. Danach muß er sich richten.

Wie arbeitet nun eine solche Vereinigung. Nachdem geprüfte Kampfrichter genügend vorhanden sind, werden sie vorerst einmal in den einzelnen Disziplinen nach ihrer besonderen Eignung eingeteilt: Schiedsgericht, Berechnungsausschuß, Presse, Ansager, Lauf, Wurf, Stoß und Sprung. Wenn hier die Einreihung, Presse und Ansager erfolgt ist, so deshalb, weil das zwei wichtige Posten sind, die ja nicht als nebensächlich betrachtet werden dürfen.

In gemeinsamen Sitzungen wird die Wettkampfordnung absatzweise durchgenommen und alle sich ergebenden Komplikationen in Betracht gezogen. Immer wieder sind beliebte Fehler zu erläutern und für Richtigstellung ist Sorge zu tragen. Die praktische Ausbildung muß auf dem Sportplatz erfolgen und kann wiederum zur Prüfung ausgenutzt werden. Besteht die Kampfrittervereinigung schon eine geraume Zeit, dann werden die Obleute der einzelnen Disziplinen die ihr zugeteilten Kräfte selbstständig weiterbilden. Die Erfahrung ist der beste Lehrmeister. Das ist besonders bei Neubinzukommenden zu beachten. Diese werden dem Obmann zugeteilt, bei dem ihre Verwendung in Frage kommt. Im Verein mit den schon geprüften Kampfrichtern, bei denen sie erst als Listensführer oder zu weniger verantwortungsvollen Funktionen, wie das Einstecken der Tafeln

beim Wurf oder Stoß usw. herangezogen werden, sehen sie und lernen.

Die Ausbildung soll aber auch so geschehen, daß es nicht nur spezialisierte Kampfrichter gibt. Es müssen alle Kampfrichter, die der Vereinigung angehören, zu jeder Konkurrenz hinzugezogen werden können, wenn auch dabei das Amt eines Zeitnehmers und Starters eine Ausnahme macht. Es muß auch dort möglich sein, ein Fest abzuwickeln, wo nur wenige Kampfrichter zur Verfügung stehen, wenn dabei nur die Reihenfolge der Wettkämpfe dementsprechend gelegt wird. Durch allseitige Ausbildung muß es möglich sein, ein größeres Hallenfest mit nur einem „Bäckerdutzend“ Kampfrichter reibungslos abzuwickeln, ohne daß überhaupt die Zuschauer von einer Stockung oder von einer Lücke im Programm etwas gemerkt haben.

Der Kampfritterausweis und dieser möglichst mit Bild versehen gehört zu jedem Kampfrichter. Wo soll nun die Vereinigung mitwirken. Bei allen zentralen Veranstaltungen. Darüber hinaus aber auch auf besondere Anforderung bei Festen von Vereinen. Im 1. Kreis werden zu jedem Sportfest, daß nicht nur örtliche Bedeutung hat, mindestens zwei Kampfrichter der Vereinigung delegiert, die die Aufgabe haben, nicht nur das Sportfest zu überwachen, sondern auch für die Durchführung der Wettkampfbestimmungen Sorge zu tragen. Der Ausweis des Kampfrichters ist gleichzeitig seine freie Eintrittskarte, wenn er diese Funktion als solche ausübt. Sind Sportfeste ausgeschrieben, bei denen der Einsatz der gesamten Vereinigung erfolgen soll, dann findet kurz vorher eine Sitzung statt, in der das Programm und die Abwicklung besprochen wird. Die Obleute fertigen ihre Listen aus. Der Zeugwart hat die Geräte zu prüfen und neues Material anzuschaffen. Es darf zum Feste selbst keine unnütze Anfrage mehr gestellt werden. Lediglich eine Änderung im Programm aus irgendwelchen Ursachen heraus wird durch die Obleute, dem Kampfritterobmann und der Leitung des Festes schnell geregelt und der Betrieb geht ohne Unterbrechung weiter. Differenzen sind dem Obmann zu melden, der für Abhilfe sorgt. Eine Kampfritter-Vereinigung, die so arbeitet,

wird nicht nur einen geschulten Mitarbeiterstab besitzen, sie wird sich auch schnell die Sympathien der Teilnehmer und der Zuschauer erringen. Und darum sollte man in allen Kreisen unseres Bundes mehr Wert wie bisher darauf legen, eine Kampfrichter-Vereinigung ins Leben zu rufen. Nicht ganz leicht ist der Anfang, aber die Mühe wird reichlich gelohnt.

Von der Arbeit und vom Handwerkszeug.

Betrachten wir uns den Kampfrichter auf seiner Arbeitsstätte, so stört uns meistens die mehr oder weniger zivile Kleidung. Zwischen den leichtbekleideten Teilnehmern eines Sportfestes wirkt das für die Zuschauer nicht immer sportlich. Die lange weiße Hose und ein weißes Schillerkragenhemd schaffen Abhilfe. Gewiß werden die finanziellen Hindernisse hier immer wieder ausschlaggebend sein, aber man sollte doch versuchen, im Laufe der Zeit einheitlich gekleidet auch als Kampfrichter zu wirken. Ein Programm gehört weiter zur Ausrüstung eines jeden tätigen Kampfrichters.

Wenn auch die Wettkampfordnung über die Tätigkeit der Kampfrichter nähere Anweisungen enthält, so sei mir vergönnt, hier noch einiges dazu zu sagen. Hierbei möchte ich das Schiedsgericht, das im § 25 und den Berechnungsausschuß, der im § 33 ausführliche Beachtung findet, nicht antasten.

Die Pressestelle soll dem Berechnungsausschuß angegliedert werden. Sie ist äußerst wichtig. Im allgemeinen haben wir die Erfahrung gemacht, daß sich die Arbeiterpresse nach intensiver Bearbeitung nun endlich mehr und mehr um den Arbeitersport kümmert.

Unsere Pressestelle hat die Aufgabe, lange vor dem Fest kürzere Notizen, und je näher dem Fest, solche mit steigender Wirkung in die zuständige Presse zu bringen. Sie muß den Berichtserfattern die notwendigen Auskünfte erteilen. Wenn dann diese aus irgendeinem Grunde nicht erscheinen, muß die Pressestelle die Berichte selbst in die Zeitungen lanziieren. Es ist selbstverständlich, daß die Resultate sofort nach Beendigung des Sport-

festes den Berichtserfattern oder den Zeitungen übermittelt werden. Bei größeren Festen wird sich die Verwendung von Schreibmaschinen undervielfältigungsapparaten sicher lohnen.

Die Nummernausgabe wird in den Händen eines ebenfalls erfahrenen Genossen liegen. Hier können auch Genossinnen sehr wertvolle Dienste leisten. Neben einer Teilnehmerliste muß eine Liste für „Pfänder“ angefertigt werden. Die Startnummern aus Stoff sind nicht billig und ihre Rückgabe gerät immer irrümlich in Vergessenheit. Hier muß man sich durch ein „Pfand“, dessen Höhe von Fall zu Fall bestimmt werden kann, sichern. Neben der ordnungsmäßigen Nummernausgabe, die niemals kurz vor Beginn des Festes erfolgen soll, vergesse man nicht, sich mit genügende „Gros“ Sicherheitsnadeln zu bewaffnen.

Am Sprachrohr sorge man für zweifache Besetzung. Die Resultatbekanntgabe ist für Zuschauer und Teilnehmer wichtig. Der Mann am Sprachrohr soll aber die Schallwirkung beachten. Langsam und deutlich sprechen. Resultate gleich nach der Feststellung bekanntgeben. Die Schreibstelle schreibt auf Blocks dreimal durch. Das Original geht zum Berechnungsausschuß, die nächste Durchschrift erhält der Mann am Sprachrohr und die letzte verbleibt bei evtl. Nachfragen bei der Schreibstelle. So ist allen geholfen. Ob das Ausrufen zum Antreten zu diesem oder jenem Wettkampf notwendig ist, wenn gedruckte Programme mit genauer Zeitangabe zur Stelle sind, möchte ich bezweifeln. Notwendig aber ist es, wenn Programmänderungen eintreten. Das Sprachrohr soll aber nicht zu allen möglichen Anfragen und Herbeirufen Säumiger und Gesuchter dienen.

Der Starter ist der bemitleidenswerteste Funktionär. Er hat den ganzen Tag über immer dasselbe zu rufen: „Auf die Plätze! — Fertig!“ — und dann schießt er. Das ist der Mann, der die Ruhe haben muß. Seine Handwerkszeuge sind Signalflöte, mehrere Startpistolen und die dazu gehörige Munition. Er wird Wert darauf legen, sich mit dem Mechanismus einer Startpistole besonders zu beschäftigen. Denn so eine „Kanone“ hat

ihre Mucken. Daß er die Pistolen nach Gebrauch, oder besser nach Beendigung eines Sportfestes wieder reinigen muß, daran sei nur so beiläufig erinnert. Ein pünktlicher Mann ist außerdem der Starter. Er wartet nämlich nicht, bis es den Teilnehmern gefällig ist. Wo sollten wir auch hinkommen, wenn der Starter auf jeden Bummelanten warten wollte. Aber auch zu früh läßt der Starter keinen fort, den Ausreißer holt er durch Doppelschuß wieder zurück. Die weiteren sehr wichtigen Bestimmungen enthält der § 39 der Wettkampfordnung.

Die Startordner sind die getreuen Gehilfen des Starters. Sie rufen die Wettkämpfer auf, kontrollieren die Startnummern, sorgen für die richtige Reihenfolge der Läufe und streichen alle Bummelanten. Sie lassen weiter die Bahnen auslösen. Als praktisch hat sich erwiesen ein Leinwandbeutel, in dem sich Blechmarken mit eingestanzten Nummern in Anzahl der zur Verfügung stehenden Laufbahnen befinden. Aber auch starker Karton mit aufgedruckten oder aufgeklebten Nummern leistet dieselben Dienste.

Die Startordner bei den anderen Konkurrenzen können ganz gut die Obleute der betreffenden Disziplin machen.

Zeitnehmer wollen sein ist nicht schwer, aber zu sein umso mehr. Ruhe, scharfe Beobachtungsgabe. Nervöse Menschen schaden nur. Die Kenntnis und Behandlung einer Stoppuhr ist Voraussetzung. Nicht mit dem Zeigefinger, sondern mit dem Daumen stoppen. Die Uhr nicht lose in der Hand halten. Vor Beginn der Kämpfe Uhren vergleichen. Nicht dadurch, daß man die Kronen zweier Uhren scharf gegeneinanderdrückt. Die Federn dieser Kontakte sind bei allen Uhren nicht gleich. Die eine ist schwächer, die andere stärker und deshalb springt die Uhr schneller oder langsamer an. Besser ist, soviel Uhren wie vorhanden auf Zeitnehmer verteilen und auf Schuß stoppen lassen. Eine andere Art ist die: einer zählt, ohne eine Uhr in der Hand zu haben, bis drei. Auf drei wird gestoppt. Man kann dann das gleichmäßige oder auch ungleichmäßige „Knacken“ hören. Der

Zeitnehmer gibt seine Zeit niemals dem Teilnehmer, sondern sofort an die Schreibstelle.

Die Schreibstelle ist eine Einrichtung, welche dem Berechnungsausschuß viel Arbeit erspart. Sie befindet sich am besten gleich neben dem Ziel. Sie besteht aus einem Obmann und schreibgewandten Hilfskräften. Hier bietet sich ein Betätigungsfeld für unsere Genossinnen. Die Zeiten werden hier angefangt



Zieltreppe.

und ebenso die Resultate von den übrigen Konkurrenzen. Sie werden sofort in dreifacher Ausfertigung hergestellt. Das Original wandert durch einen Verbindungsmann zum Berechnungsausschuß, der ja immer in möglichst geschlossenen Räumen seines Amtes walten soll. Ein Exemplar verbleibt der Schreibstelle und ein Exemplar wird sofort dem Mann am Sprachrohr übermittelt.

Zielrichter sind in genügender Zahl bereitzustellen. Sie haben die Aufgabe, den ersten, zweiten, dritten usw. sofort festzustellen und das der Schreibstelle zu melden. Block und Bleistift gehören zum Handwerkszeug. Der Teilnehmer ist nun weiter nicht mehr zu bebelligen und hat bei der Schreibstelle ebenfalls nichts mehr zu suchen. Die Arbeit der Zeitnehmer und Zielrichter wird durch eine Zieltreppe sehr erleichtert. (Siehe Zeichnung.)

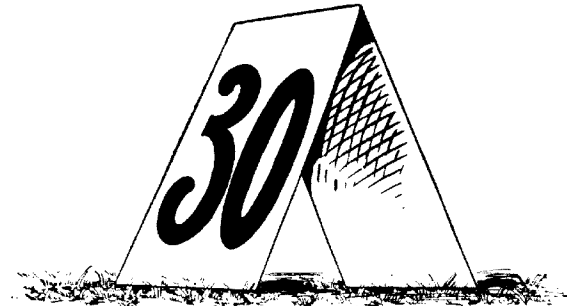
Als Bahnrichter muß man bei allen Stafetten, Mittel- und Langtrecken ebenfalls Kampfrichter stellen. Sie beobachten die Wechselmarken. Am besten immer zwei an jeder Wechselstelle. Ihre Wahrnehmungen bei unvorschriftsmäßigem Wechsel teilen sie sofort dem Zielgericht mit. Die Kurven müssen ebenfalls besetzt werden. Hier ist besonders auf einwandfreies Verhalten unserer Läufer zu achten.

Der Rundenzähler tritt bei der Abolvierung mehrerer Bahnrouden in Erscheinung. Seine Aufgabe ist es, die Runden zu zählen insofern, als er sich jede Runde notiert und auch den Läufern zuruft. Er wird praktisch von hinten anfangen. Wenn also 10 Runden zu laufen sind beginnt er mit 10, 9, 8, 7, 6 usw. Große Tafeln mit gemalten Ziffern jedesmal hochgehalten oder sichtbar befestigt, erfüllen diesen Zweck auch. Die letzte Runde ist durch einen Pistolenschuß anzuzeigen.

Gehen: Hier müssen Kampfrichter eingesetzt werden, die sich mit der Technik des Gehens besonders vertraut gemacht haben. Die Beobachtung ist schwierig und der Unterschied zwischen Gehen und Laufen nur sehr schwer festzustellen. Objektives Arbeiten wird beim Gehen besonders zu empfehlen sein.

Wurf und Stoß: Haben die Kreise den richtigen Umfang? Sind Stoßkugeln, Speere, Disken und Hammer in gutem Zustand? Wie verhält es sich mit der Abwurfslinie? Ist die Wurf- richtung freigehalten; findet keine Behinderung statt? Sind die Wandmaße aus Stahl oder sind an einem starren Maßstab ausgemessene Zeugbandmaße zur Stelle? Sind überhaupt genügend Geräte vorhanden? Anzeigetafeln nicht vergessen. (Siehe Zeichnung.) Alles dies sind Fragen, die sich der Kampfrichter vorher zurechtlegen muß. Darüber hinaus soll er etwas von der Behandlung seines Handwerkszeuges verstehen. Stahlbandmaße sind mit einem Sclappen abzuwischen. Zeugbandmaße nicht feucht werden lassen, sie ziehen sich nachher. Kugeln nach Gebrauch ebenfalls mit einem Sclappen bearbeiten. Über das Messen gibt die Wettkampfordnung die nötigen Anweisungen.

Beim Sprung ist darauf zu achten, daß die Anlaufbahnen in Ordnung sind. Die Absprungstellen oder Absprungbalken müssen den Vorschriften der Wettkampfordnung entsprechen. Es darf nicht mehr vorkommen, daß zum Hochsprung immer noch die Leine benutzt wird. Reservelatten bereit halten. Die Niedersprungstelle immer wieder umgraben und wieder harken. Beim Stabhochsprung wird ein Kampfrichter den zurückfallenden Stab auffangen.



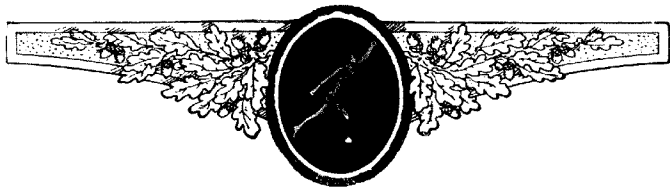
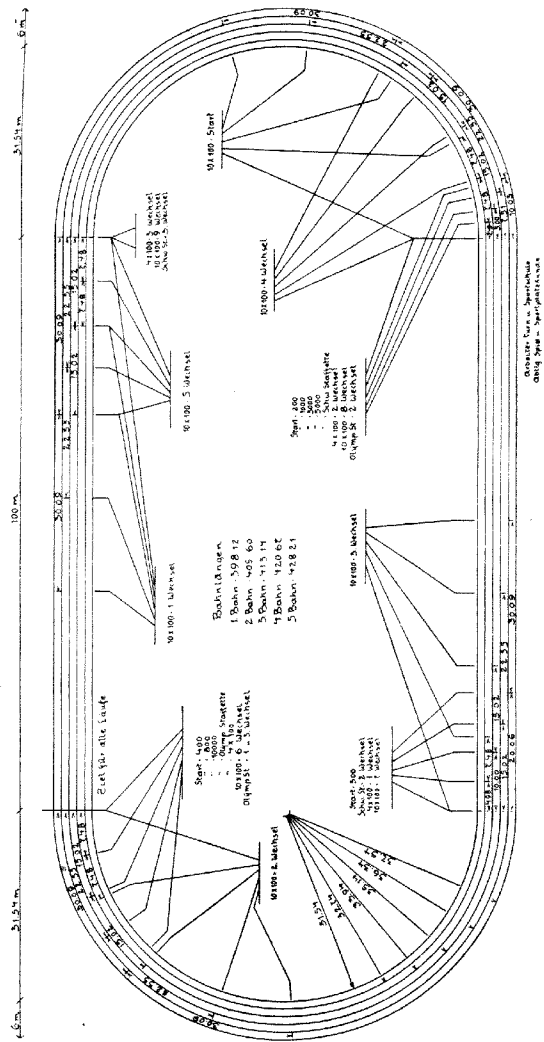
Anzeigetafel für Wurfübungen.

Die Stäbe leiden sonst beim Niederfallen. Auch hier die Wettkampfordnung strikte beachten.

Das sind alles Hinweise, die selbstverständlich wären, wenn schon immer danach gehandelt worden wäre. Möge der kurze Umriß in diesem Büchlehen dazu dienen, unseren Kampfrichtern im Bunde mehr Geltung zu verschaffen und mögen recht viele Kampfrichter-Vereinigungen den Schritt ins Leben wagen zum Turn- und -Sportbundes.



Laufbahn 400 m: Einteilung der Laufstrecken



Die Wertungslisten.

Die 100-Punktwertung will möglichst restlos alle errungenen Vorteile zur Geltung bringen. Die ältere 20-Punktwertung hat bei 20 Punkten die mittlere Höchstgrenze durchschnittlicher Leistungsfähigkeit erreicht. Die ganze Leistung wird von der Pflichtgrenze an bis dahin in 20 Punktabschnitte geteilt. Was darüber ist, das sind Überpunkte und — wenn die Pflichtmaße richtig bemessen wurden, dann kommen nur besonders tüchtige Sportler über 20 Punkte hinaus. Aber, es passiert häufig, daß der Sportler bei der 20-Punktwertung zu viele Zentimeter von seiner wirklichen Leistung verschenken muß, weil die Differenz von Punkt zu Punkt zu groß ist. Daher wollen viele auch Viertel oder halbe Punkte angerechnet haben. Das würde weiter nichts als eine Verschiebung der Pflichtmaße bedeuten.

Die 100-Punktwertung beruht nun auf dem Grundsatz, daß die Grenze, die bei der 20-Punktwertung bei 20 Punkten erreicht wurde, hier in 100 Punktabschnitte geteilt wird. Sind dort beispielsweise 5 Punkte errungen, dann gilt dieselbe Leistung hier schon 25 Punkte. Und die Hauptsache, der Sportler hat fast nichts verschenkt.

Soweit ist die 100-Punktwertung ein Vorteil. Nicht vorteilhaft ist dagegen diese Berechnungsart für den Kampfrichter. Die Feststellung der Resultatsumme ist umständlicher, weil die Wertungsliste nicht in 100-Punktberechnung liniert werden kann. Das würden zu unformige Bogen sein. Man muß also eine Leistungstabelle zu Hilfe nehmen, welche nicht wie bisher auf der Rück-

seite jeder Wertungsliste angebracht war, sondern in diesem Buch vereinigt sind. Alle sportlichen Mehrkämpfe müssen nach den vorgeschriebenen Pflichtmaßen ausgetragen werden. Sportliche Übungen, die zu den turnerischen Mehrkämpfen gehören, werden ebenfalls nach der 100-Punktwertung gewertet, das Resultat wird dann durch fünf geteilt.

Die angegebenen Pflichten gelten z. B. für Männer für alle Klassen. Die A-Klasse hat genau dieselben Pflichten wie die B und C-Klasse, die niederen Klassen erreichen nur weniger Punkte wie die höheren.

Es gibt deshalb keine Wertungstabellen für die einzelnen Klassen, sondern nur: 1. Für Männer, 2. Für Frauen und jugendliche Sportlerinnen, 3. Jugend 14—18 Jahre, 4. Knaben und Mädchen.

Die Listen sind einheitlich und müssen für diese Klassen ausgefüllt werden.



Wertungsliste für den leichtathletischen Mehrkampf.

Verwendbar für Drei-, Vier- und Fünfkampf. Beim Zehnkampf sind zwei Listen zu verwenden.
 Jahrgang: männl. — weibl. (Unzutreffendes durchstreichen.)

Name od. Ort-Ort.	Alter	Klasse	Verein	1. Gerät			2. Gerät			3. Gerät			4. Gerät			5. Gerät			Diese Rubrik muß vom Berechnungsausschuß ausgefüllt werden.												
				Mr.	Besten	Verfuch	Mr.	Besten	Verfuch	Mr.	Besten	Verfuch	Mr.	Besten	Verfuch	Mr.	Besten	Verfuch	Besten	Verfuch	Mr.	Besten	Verfuch	Punktz.d.Geräte			Gesamtergebnis				
				1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.		3.	1.	2.	3.

usw. (10 Rubriken)

Der Kampfrichter

Der Berechnungsausschuß

Wertungsliste für leichtathletische Einzelwettkämpfe

Berechnet für eine Lauf-, Sprung-, Wurf- oder Stoßkonkurrenz

Jahrgang: männlich — weiblich — unzutreffendes durchstreichen)

Name oder Start-Nummer	Alter	Klasse	Verein	Gerät (Lauf)		
				Nr.	Verfuch	Beiter
				1.		
				2.		
				3.		
				1.		
				2.		
				3.		
				1.		
				2.		
				3.		

ins. (10 Rubriken)

Kampfrichter

Berechnungsauspruch

Bei Laufkonkurrenzen wird nur ein Verfuch eingeschrieben

Seitenzahlangebe der Wertungs-Tabellen.

Männer für alle Klassen.

- 60-Meter-Lauf. Seite 35
Pflicht 11 Sek., je $\frac{1}{10}$ Sek. weniger = 2 Pkt., 6 Sek. = 100 Pkt.
- 100-Meter-Lauf. Seite 36
Pflicht 17 Sek., je $\frac{1}{10}$ Sek. weniger = 2 Pkt., 12 Sek. = 100 Punkte.
- 200-Meter-Lauf. Seite 37
Pflicht 29 Sek., je $\frac{1}{10}$ Sek. weniger = 2 Pkt., 24 Sek. = 100 Punkte.
- 400-Meter-Lauf. Seite 38, 39
Pflicht 1:14 Min., je $\frac{1}{10}$ Sek. weniger = $\frac{1}{2}$ Pkt., 54 Sek. = 100 Pkt.
- 500-Meter-Lauf. Seite 40, 41
Pflicht 1:32 Min., je $\frac{1}{10}$ Sek. weniger = $\frac{1}{2}$ Pkt., 1:12 Min. = 100 Pkt.
- 800-Meter-Lauf. Seite 42, 43
Pflicht 2:48 Min., je $\frac{2}{10}$ Sek. weniger = $\frac{1}{2}$ Pkt., 2:08 Min. = 100 Pkt.
- 1000-Meter-Lauf. Seite 44, 45
Pflicht 3:30 Min., je $\frac{2}{10}$ Sek. weniger = $\frac{1}{2}$ Pkt., 2:50 Min. = 100 Pkt.
- 1500-Meter-Lauf. Seite 46
Pflicht 6:10 Min., je 1 Sek. weniger = 1 Pkt., 4:30 Min. = 100 Pkt.
- 3000-Meter-Lauf. Seite 47
Pflicht 11:10 Min., je 1 Sek. weniger = 1 Pkt., 9:30 Min. = 100 Pkt.

- 5000 Meter-Lauf. Seite 48
Pflicht 21 Min., je 3 Sek. weniger = 1 Pft., 16 Min. = 100 Pft.
- 7500-Meter-Lauf. Seite 49
Pflicht 32:40 Min., je 4 Sek. weniger = 1 Pft., 26 Min. = 100 Pft.
- 10000-Meter-Lauf. Seite 50
Pflicht 44 Min., je 6 Sek. weniger = 1 Pft., 34 Min. = 100 Pft.
- 60-Meter-Hürdenlauf. Seite 51
Pflicht 15 Sek., je $\frac{1}{10}$ Sek. weniger = 2 Pft., 10 Sek. = 100 Pft.
- 110-Meter-Hürdenlauf. Seite 52
Pflicht 22 Sek., je $\frac{1}{10}$ Sek. weniger = 2 Pft., 17 Sek. = 100 Pft.
- 400-Meter-Hürdenlauf. Seite 53
Pflicht 1:12 Min., je $\frac{1}{10}$ Sek. weniger = 1 Pft., 1:02 Min. = 100 Pft.
- Hochsprung aus dem Stand. Seite 54
Pflicht 90 cm, je 1 cm höher = 2 Pft., 1,40 m = 100 Punkte.
- Hochsprung mit Anlauf. Seite 55
Pflicht 1,10 m, je 1 cm höher = 2 Pft., 1,60 m = 100 Punkte.
- Weitsprung aus dem Stand. Seite 56
Pflicht 1,80 m, je 1 cm weiter = 1 Pft., 2,80 m = 100 Punkte.
- Weitsprung mit Anlauf. Seite 57
Pflicht 4,00 m, je 2 cm weiter = 1 Pft., 6,00 m = 100 Punkte.
- Dreisprung mit Anlauf. Seite 58
Pflicht 9,50 m, je 3 cm weiter = 1 Pft., 12,50 m = 100 Punkte.
- Stabhochsprung. Seite 59
Pflicht 2,00 m, je 1 cm höher = 1 Pft., 3,00 m = 100 Pft.
- Ballweitwerfen. Seite 60
Pflicht 60 m, je 20 cm weiter = 1 Pft., 80 m = 100 Punkte.
- Schleuderballweitwerfen. Seite 61
Pflicht 28 m, je 20 cm weiter = 1 Pft., 48 m = 100 Punkte.

- Distuswerfen. Seite 62
Pflicht 20 m, je 15 cm weiter = 1 Pft., 35 m = 100 Punkte.
- Speerwerfen. Seite 63
Pflicht 25 m, je 20 cm weiter = 1 Pft., 45 m = 100 Punkte.
- Kugelwerfen, 5 Kilo. Seite 64
Pflicht 10 m, je 6 cm weiter = 1 Pft., 16 m = 100 Punkte.
- Hammerwerfen, $7\frac{1}{4}$ Kilo. Seite 65
Pflicht 20 m, je 12 cm weiter = 1 Pft., 32 m = 100 Punkte.
- Hammerwerfen, 5 Kilo. Seite 66
Pflicht 20 m, je 15 cm weiter = 1 Pft., 35 m = 100 Punkte.
- Steinstoßen, 15 Kilo. Seite 67
Pflicht 4 m, je 4 cm weiter = 1 Pft., 8 m = 100 Punkte.
- Kugelstoßen, $7\frac{1}{4}$ Kilo. Seite 68
Pflicht 6 m, je 5 cm weiter = 1 Pft., 11 m = 100 Punkte.

Frauen und jugendliche Sportlerinnen

für alle Klassen.

- 50-Meter-Lauf. Seite 69
Pflicht 12 Sek., je $\frac{1}{10}$ Sek. weniger = 2 Pft., 7 Sek. = 100 Punkte.
- 75-Meter-Lauf. Seite 70
Pflicht 15 Sek., je $\frac{1}{10}$ Sek. weniger = 2 Pft., 10 Sek. = 100 Punkte.
- 100-Meter-Lauf. Seite 71
Pflicht 19 Sek., je $\frac{1}{10}$ Sek. weniger = 2 Pft., 14 Sek. = 100 Punkte.
- Hochsprung mit Anlauf. Seite 72
Pflicht 80 cm, je 1 cm höher = 2 Pft., 1,30 = 100 Punkte.
- Weitsprung mit Anlauf. Seite 73
Pflicht 2,70 m, je 2 cm weiter = 1 Pft., 4,70 m = 100 Punkte.
- Ballweitwerfen. Seite 74
Pflicht 25 m, je 20 cm weiter = 1 Pft., 45 m = 100 Punkte.

Schleuderballwerfen. Seite 75

Pflicht 15 m, je 15 cm weiter = 1 Pft., 30 m = 100 Punkte.

Distuswerfen. Seite 76

Pflicht 12 m, je 10 cm weiter = 1 Pft., 22 m = 100 Punkte.

Speerwerfen. Seite 77

Pflicht 10 m, je 20 cm weiter = 1 Pft., 30 m = 100 Punkte.

Kugelwerfen, 2¹/₂ Kilo. Seite 78

Pflicht 6 m, je 10 cm weiter = 1 Pft., 16 m = 100 Punkte.

Kugelstoßen, 5 Kilo. Seite 79

Pflicht 4 m, je 4 cm weiter = 1 Pft., 8 m = 100 Punkte.

Jugend (14—18 Jahre)

für alle Klassen.

50-Meter-Lauf. Seite 80

Pflicht 11,6 Sek., je ¹/₁₀ Sek. weniger = 2 Pft., 6,6 Sek. = 100 Pft.

100-Meter-Lauf. Seite 81

Pflicht 17,6 Sek., je ¹/₁₀ Sek. weniger = 2 Pft., 12,6 Sek. = 100 Pft.

200-Meter-Lauf. Seite 82

Pflicht 30,6 Sek., je ¹/₁₀ Sek. weniger = 2 Pft., 25,6 Sek. = 100 Pft.

400-Meter-Lauf. Seite 83, 84

Pflicht 1:20 Min., je ¹/₁₀ Sek. weniger = ¹/₂ Pft., 1 Min. = 100 Pft.

1000-Meter-Lauf. Seite 85, 86

Pflicht 3:40 Min., je ²/₁₀ Sek. weniger = ¹/₂ Pft., 3 Min. = 100 Pft.

60-Meter-Hürdenlauf. Seite 87

Pflicht 16 Sek., je ¹/₁₀ Sek. weniger = 2 Pft., 11 Sek. = 100 Punkte.

Hochsprung aus dem Stand. Seite 88

Pflicht 70 cm, je 1 cm höher = 2 Pft., 1,20 m = 100 Punkte.

Hochsprung mit Anlauf. Seite 89

Pflicht 1 m, je 1 cm höher = 2 Pft., 1,50 m = 100 Punkte.

Weitsprung aus dem Stand. Seite 90

Pflicht 1,60 m, je 1 cm weiter = 1 Pft., 2,60 m = 100 Punkte.

Weitsprung mit Anlauf. Seite 91

Pflicht 3,50 m, je 2 cm weiter = 1 Pft., 5,50 m = 100 Punkte.

Distuswerfen. Seite 92

Pflicht 17 m, je 15 cm weiter = 1 Punkt, 32 m = 100 Punkte.

Speerwerfen, 500 Gramm. Seite 93

Pflicht 20 m, je 20 cm weiter = 1 Punkt, 40 m = 100 Punkte.

Kugelwerfen, 2¹/₂ Kilo. Seite 94

Pflicht 15 m, je 5 cm weiter = 1 Punkt, 20 m = 100 Punkte.

Kugelstoßen, 5 Kilo. Seite 95

Pflicht 5 m, je 6 cm weiter = 1 Punkt, 11 m = 100 Punkte.

Hammerwerfen, 5 Kilo. Seite 96

Pflicht 10 m, je 15 cm weiter = 1 Punkt, 25 m = 100 Punkte.

Schleuderballwerfen, 1¹/₂ Kilogramm. Seite 97

Pflicht 20 m, je 20 cm weiter = 1 Punkt, 40 m = 100 Punkte.

Ballweitwerfen. Seite 98

Pflicht 40 m, je 25 cm weiter = 1 Punkt, 65 m = 100 Punkte.

Knaben und Mädchen (12—14 Jahre).

50-Meter-Lauf. Seite 99

Pflicht 13 Sek., je ¹/₁₀ Sek. weniger = 2 Pft., 8 Sek. = 100 Punkte.

75-Meter-Lauf. Seite 100

Pflicht 16 Sek., je ¹/₁₀ Sek. weniger = 2 Pft., 11 Sek. = 100 Punkte.

Hochsprung mit Anlauf. Seite 101

Pflicht 70 cm, je 1 cm höher = 2 Punkte, 1,20 m = 100 Punkte.

Weitsprung mit Anlauf. Seite 102

Pflicht 2 m, je 2 cm weiter = 1 Punkt, 4 m = 100 Punkte.

Ballweitwerfen für Knaben. Seite 103

Pflicht 30m, je 20 cm weiter = 1 Punkt, 50 m = 100 Punkte.

Ballweitwerfen für Mädchen. Seite 104

Pflicht 15 m, je 25 cm weiter = 1 Punkt, 40 m = 100 Punkte.

Schleuderballweitwerfen für Knaben. Seite 105

Pflicht 15 m, je 20 cm weiter = 1 Punkt, 35 m = 100 Punkte.

Gerwerfen. Seite 106

Pflicht 10 m, je 15 cm weiter = 1 Punkt, 25 m = 100 Punkte.

Kugelstoßen, 2¹/₂ Kilo. Seite 107

Pflicht 5 m, je 5 cm weiter = 1 Punkt, 10 m = 100 Punkte.



Berechnungstabellen



Fuss oder Handball

über 18 J^{hr} Weitstoss Jugend 14-18
 25 mtr 0 Punkte 15 mtr 0 Punkte
 55 " 100 " 40 " 100 "
³⁰
 20 cm 1 Punkt 35 cm 1 Punkt

Ball-Einwurf

über 18. Jugend
 10 mtr 0 Punkte 5 mtr 0 P.
 30 " 100 " 25 " 100 "
 20 cm 1 Punkt 20 cm 1 P.

Medizinball-Weitstoss

6 mtr 0 Punkte
 16 " 100 "
 40 cm 1 Punkt

60-Meter-Lauf

Männer

Von 11 Sekunden ab zählt jede 1/10-Sekunde weniger 2 Punkte
 6 Sekunden = 100 Punkte

Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte
11	0	9,7	26	8,4	52	7,1	78	5,8	104
10,9	2	9,6	28	8,3	54	7	80	5,7	106
10,8	4	9,5	30	8,2	56	6,9	82	5,6	108
10,7	6	9,4	32	8,1	58	6,8	84	5,5	110
10,6	8	9,3	34	8	60	6,7	86	5,4	112
10,5	10	9,2	36	7,9	62	6,6	88	5,3	114
10,4	12	9,1	38	7,8	64	6,5	90	5,2	116
10,3	14	9	40	7,7	66	6,4	92	5,1	118
10,2	16	8,9	42	7,6	68	6,3	94	5	120
10,1	18	8,8	44	7,5	70	6,2	96		
10	20	8,7	46	7,4	72	6,1	98		
9,9	22	8,6	48	7,3	74	6	100		
9,8	24	8,5	50	7,2	76	5,9	102		

Fussball oder Handball

50 mtr Ball hinlaufen mit $\frac{1}{2}$ / $\frac{1}{3}$
 9 Sek. 0 Punkte
 4 " 100 "
 $\frac{1}{10}$ mtr. 2. Punkte³

100-Meter-Lauf

Männer

Von 17 Sekunden ab zählt jede $\frac{1}{10}$ -Sekunde weniger 2 Punkte
12 Sekunden = 100 Punkte

Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte
17	0	15,7	26	14,4	52	13,1	78	11,8	104
16,9	2	15,6	28	14,3	54	13	80	11,7	106
16,8	4	15,5	30	14,2	56	12,9	82	11,6	108
16,7	6	15,4	32	14,1	58	12,8	84	11,5	110
16,6	8	15,3	34	14	60	12,7	86	11,4	112
16,5	10	15,2	36	13,9	62	12,6	88	11,3	114
16,4	12	15,1	38	13,8	64	12,5	90	11,2	116
16,3	14	15	40	13,7	66	12,4	92	11,1	118
16,2	16	14,9	42	13,6	68	12,3	94	11	120
16,1	18	14,8	44	13,5	70	12,2	96		
16	20	14,7	46	13,4	72	12,1	98		
15,9	22	14,6	48	13,3	74	12	100		
15,8	24	14,5	50	13,2	76	11,9	102		

200-Meter-Lauf

Männer

Von 29 Sekunden ab zählt jede $\frac{1}{10}$ -Sekunde weniger 2 Punkte
24 Sekunden = 100 Punkte

Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte
29	0	27,7	26	26,4	52	25,1	78	23,8	104
28,9	2	27,6	28	26,3	54	25	80	23,7	106
28,8	4	27,5	30	26,2	56	24,9	82	23,6	108
28,7	6	27,4	32	26,1	58	24,8	84	23,5	110
28,6	8	27,3	34	26	60	24,7	86	23,4	112
28,5	10	27,2	36	25,9	62	24,6	88	23,3	114
28,4	12	27,1	38	25,8	64	24,5	90	23,2	116
28,3	14	27	40	25,7	66	24,4	92	23,1	118
28,2	16	26,9	42	25,6	68	24,3	94	23	120
28,1	18	26,8	44	25,5	70	24,2	96		
28	20	26,7	46	25,4	72	24,1	98		
27,9	22	26,6	48	25,3	74	24	100		
27,8	24	26,5	50	25,2	76	23,9	102		

400-Meter-Lauf

Männer

Von 1:14 Minuten ab zählt jede $\frac{1}{10}$ Sekunde weniger $\frac{1}{2}$ Punkt
54 Sekunden = 100 Punkte

Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte
1:14	0	1:10,7	16 $\frac{1}{2}$	1:07,4	33	1:04,1	49 $\frac{1}{2}$	1:00,8	66
1:13,9	$\frac{1}{2}$	1:10,6	17	1:07,3	33 $\frac{1}{2}$	1:04	50	1:00,7	66 $\frac{1}{2}$
1:13,8	1	1:10,5	17 $\frac{1}{2}$	1:07,2	34	1:03,9	50 $\frac{1}{2}$	1:00,6	67
1:13,7	1 $\frac{1}{2}$	1:10,4	18	1:07,1	34 $\frac{1}{2}$	1:03,8	51	1:00,5	67 $\frac{1}{2}$
1:13,6	2	1:10,3	18 $\frac{1}{2}$	1:07	35	1:03,7	51 $\frac{1}{2}$	1:00,4	68
1:13,5	2 $\frac{1}{2}$	1:10,2	19	1:06,9	35 $\frac{1}{2}$	1:03,6	52	1:00,3	68 $\frac{1}{2}$
1:13,4	3	1:10,1	19 $\frac{1}{2}$	1:06,8	36	1:03,5	52 $\frac{1}{2}$	1:00,2	69
1:13,3	3 $\frac{1}{2}$	1:10	20	1:06,7	36 $\frac{1}{2}$	1:03,4	53	1:00,1	69 $\frac{1}{2}$
1:13,2	4	1:09,9	20 $\frac{1}{2}$	1:06,6	37	1:03,3	53 $\frac{1}{2}$	1:00	70
1:13,1	4 $\frac{1}{2}$	1:09,8	21	1:06,5	37 $\frac{1}{2}$	1:03,2	54	59,9	70 $\frac{1}{2}$
1:13	5	1:09,7	21 $\frac{1}{2}$	1:06,4	38	1:03,1	54 $\frac{1}{2}$	59,8	71
1:12,9	5 $\frac{1}{2}$	1:09,6	22	1:06,3	38 $\frac{1}{2}$	1:03	55	59,7	71 $\frac{1}{2}$
1:12,8	6	1:09,5	22 $\frac{1}{2}$	1:06,2	39	1:02,9	55 $\frac{1}{2}$	59,6	72
1:12,7	6 $\frac{1}{2}$	1:09,4	23	1:06,1	39 $\frac{1}{2}$	1:02,8	56	59,5	72 $\frac{1}{2}$
1:12,6	7	1:09,3	23 $\frac{1}{2}$	1:06	40	1:02,7	56 $\frac{1}{2}$	59,4	73
1:12,5	7 $\frac{1}{2}$	1:09,2	24	1:05,9	40 $\frac{1}{2}$	1:02,6	57	59,3	73 $\frac{1}{2}$
1:12,4	8	1:09,1	24 $\frac{1}{2}$	1:05,8	41	1:02,5	57 $\frac{1}{2}$	59,2	74
1:12,3	8 $\frac{1}{2}$	1:09	25	1:05,7	41 $\frac{1}{2}$	1:02,4	58	59,1	74 $\frac{1}{2}$
1:12,2	9	1:08,9	25 $\frac{1}{2}$	1:05,6	42	1:02,3	58 $\frac{1}{2}$	59	75
1:12,1	9 $\frac{1}{2}$	1:08,8	26	1:05,5	42 $\frac{1}{2}$	1:02,2	59	58,9	75 $\frac{1}{2}$
1:12	10	1:08,7	26 $\frac{1}{2}$	1:05,4	43	1:02,1	59 $\frac{1}{2}$	58,8	76
1:11,9	10 $\frac{1}{2}$	1:08,6	27	1:05,3	43 $\frac{1}{2}$	1:02	60	58,7	76 $\frac{1}{2}$
1:11,8	11	1:08,5	27 $\frac{1}{2}$	1:05,2	44	1:01,9	60 $\frac{1}{2}$	58,6	77
1:11,7	11 $\frac{1}{2}$	1:08,4	28	1:05,1	44 $\frac{1}{2}$	1:01,8	61	58,5	77 $\frac{1}{2}$
1:11,6	12	1:08,3	28 $\frac{1}{2}$	1:05	45	1:01,7	61 $\frac{1}{2}$	58,4	78
1:11,5	12 $\frac{1}{2}$	1:08,2	29	1:04,9	45 $\frac{1}{2}$	1:01,6	62	58,3	78 $\frac{1}{2}$
1:11,4	13	1:08,1	29 $\frac{1}{2}$	1:04,8	46	1:01,5	62 $\frac{1}{2}$	58,2	79
1:11,3	13 $\frac{1}{2}$	1:08	30	1:04,7	46 $\frac{1}{2}$	1:01,4	63	58,1	79 $\frac{1}{2}$
1:11,2	14	1:07,9	30 $\frac{1}{2}$	1:04,6	47	1:01,3	63 $\frac{1}{2}$	58	80
1:11,1	14 $\frac{1}{2}$	1:07,8	31	1:04,5	47 $\frac{1}{2}$	1:01,2	64	57,9	80 $\frac{1}{2}$
1:11	15	1:07,7	31 $\frac{1}{2}$	1:04,4	48	1:01,1	64 $\frac{1}{2}$	57,8	81
1:10,9	15 $\frac{1}{2}$	1:07,6	32	1:04,3	48 $\frac{1}{2}$	1:01	65	57,7	81 $\frac{1}{2}$
1:10,8	16	1:07,5	32 $\frac{1}{2}$	1:04,2	49	1:00,9	65 $\frac{1}{2}$	57,6	82

Fortsetzung siehe nächste Seite.

Fortsetzung

400-Meter-Lauf

Sekund.	Punkte	Sekund.	Punkte	Sekund.	Punkte	Sekund.	Punkte	Sekund.	Punkte
57,5	82 $\frac{1}{2}$	56,5	87 $\frac{1}{2}$	55,5	92 $\frac{1}{2}$	54,5	97 $\frac{1}{2}$	53,5	102 $\frac{1}{2}$
57,4	83	56,4	88	55,4	93	54,4	98	53,4	103
57,3	83 $\frac{1}{2}$	56,3	88 $\frac{1}{2}$	55,3	93 $\frac{1}{2}$	54,3	98 $\frac{1}{2}$	53,3	103 $\frac{1}{2}$
57,2	84	56,2	89	55,2	94	54,2	99	53,2	104
57,1	84 $\frac{1}{2}$	56,1	89 $\frac{1}{2}$	55,1	94 $\frac{1}{2}$	54,1	99 $\frac{1}{2}$	53,1	104 $\frac{1}{2}$
57	85	56	90	55	95	54	100	53	105
56,9	85 $\frac{1}{2}$	55,9	90 $\frac{1}{2}$	54,9	95 $\frac{1}{2}$	53,9	100 $\frac{1}{2}$		
56,8	86	55,8	91	54,8	96	53,8	101		
56,7	86 $\frac{1}{2}$	55,7	91 $\frac{1}{2}$	54,7	96 $\frac{1}{2}$	53,7	101 $\frac{1}{2}$		
56,6	87	55,6	92	54,6	97	53,6	102		

500-Meter-Lauf

Männer

Von 1:32 Minuten ab zählt jede $\frac{1}{10}$ -Sekunde weniger $\frac{1}{2}$ Punkt
1:12 Minuten = 100 Punkte

Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte
1:32	0	1:28,7	16½	1:25,4	33	1:22,1	49½	1:18,8	66
1:31,9	½	1:28,6	17	1:25,3	33½	1:22	50	1:18,7	66½
1:31,8	1	1:28,5	17½	1:25,2	34	1:21,9	50½	1:18,6	67
1:31,7	1½	1:28,4	18	1:25,1	34½	1:21,8	51	1:18,5	67½
1:31,6	2	1:28,3	18½	1:25	35	1:21,7	51½	1:18,4	68
1:31,5	2½	1:28,2	19	1:24,9	35½	1:21,6	52	1:18,3	68½
1:31,4	3	1:28,1	19½	1:24,8	36	1:21,5	52½	1:18,2	69
1:31,3	3½	1:28	20	1:24,7	36½	1:21,4	53	1:18,1	69½
1:31,2	4	1:27,9	20½	1:24,6	37	1:21,3	53½	1:18	70
1:31,1	4½	1:27,8	21	1:24,5	37½	1:21,2	54	1:17,9	70½
1:31	5	1:27,7	21½	1:24,4	38	1:21,1	54½	1:17,8	71
1:30,9	5½	1:27,6	22	1:24,3	38½	1:21	55	1:17,7	71½
1:30,8	6	1:27,5	22½	1:24,2	39	1:20,9	55½	1:17,6	72
1:30,7	6½	1:27,4	23	1:24,1	39½	1:20,8	56	1:17,5	72½
1:30,6	7	1:27,3	23½	1:24	40	1:20,7	56½	1:17,4	73
1:30,5	7½	1:27,2	24	1:23,9	40½	1:20,6	57	1:17,3	73½
1:30,4	8	1:27,1	24½	1:23,8	41	1:20,5	57½	1:17,2	74
1:30,3	8½	1:27	25	1:23,7	41½	1:20,4	58	1:17,1	74½
1:30,2	9	1:26,9	25½	1:23,6	42	1:20,3	58½	1:17	75
1:30,1	9½	1:26,8	26	1:23,5	42½	1:20,2	59	1:16,9	75½
1:30	10	1:26,7	26½	1:23,4	43	1:20,1	59½	1:16,8	76
1:29,9	10½	1:26,6	27	1:23,3	43½	1:20	60	1:16,7	76½
1:29,8	11	1:26,5	27½	1:23,2	44	1:19,9	60½	1:16,6	77
1:29,7	11½	1:26,4	28	1:23,1	44½	1:19,8	61	1:16,5	77½
1:29,6	12	1:26,3	28½	1:23	45	1:19,7	61½	1:16,4	78
1:29,5	12½	1:26,2	29	1:22,9	45½	1:19,6	62	1:16,3	78½
1:29,4	13	1:26,1	29½	1:22,8	46	1:19,5	62½	1:16,2	79
1:29,3	13½	1:26	30	1:22,7	46½	1:19,4	63	1:16,1	79½
1:29,2	14	1:25,9	30½	1:22,6	47	1:19,3	63½	1:16	80
1:29,1	14½	1:25,8	31	1:22,5	47½	1:19,2	64	1:15,9	80½
1:29	15	1:25,7	31½	1:22,4	48	1:19,1	64½	1:15,8	81
1:28,9	15½	1:25,6	32	1:22,3	48½	1:19	65	1:15,7	81½
1:28,8	16	1:25,5	32½	1:22,2	49	1:18,9	65½	1:15,6	82

Fortsetzung siehe nächste Seite.

Fortsetzung

500-Meter-Lauf

Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte
1:15,5	82½	1:14,3	88½	1:13,1	94½	1:11,9	100½	1:10,7	106½
1:15,4	83	1:14,2	89	1:13	95	1:11,8	101	1:10,6	107
1:15,3	83½	1:14,1	89½	1:12,9	95½	1:11,7	101½	1:10,5	107½
1:15,2	84	1:14	90	1:12,8	96	1:11,6	102	1:10,4	108
1:15,1	84½	1:13,9	90½	1:12,7	96½	1:11,5	102½	1:10,3	108½
1:15	85	1:13,8	91	1:12,6	97	1:11,4	103	1:10,2	109
1:14,9	85½	1:13,7	91½	1:12,5	97½	1:11,3	103½	1:10,1	109½
1:14,8	86	1:13,6	92	1:12,4	98	1:11,2	104	1:10	110
1:14,7	86½	1:13,5	92½	1:12,3	98½	1:11,1	104½		
1:14,6	87	1:13,4	93	1:12,2	99	1:11	105		
1:14,5	87½	1:13,3	93½	1:12,1	99½	1:10,9	105½		
1:14,4	88	1:13,2	94	1:12	100	1:10,8	106		

800-Meter-Lauf

Männer

Von 2:48 Minuten ab zählt jede $\frac{2}{10}$ -Sekunde weniger $\frac{1}{2}$ Punkt
 2:08 Minuten = 100 Punkte

Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte
2:48	0	2:41,4	16 $\frac{1}{2}$	2:34,8	33	2:28,2	49 $\frac{1}{2}$	2:21,6	66
2:47,8	$\frac{1}{2}$	2:41,2	17	2:34,6	33 $\frac{1}{2}$	2:28	50	2:21,4	66 $\frac{1}{2}$
2:47,6	1	2:41	17 $\frac{1}{2}$	2:34,4	34	2:27,8	50 $\frac{1}{2}$	2:21,2	67
2:47,4	1 $\frac{1}{2}$	2:40,8	18	2:34,2	34 $\frac{1}{2}$	2:27,6	51	2:21	67 $\frac{1}{2}$
2:47,2	2	2:40,6	18 $\frac{1}{2}$	2:34	35	2:27,4	51 $\frac{1}{2}$	2:20,8	68
2:47	2 $\frac{1}{2}$	2:40,4	19	2:33,8	35 $\frac{1}{2}$	2:27,2	52	2:20,6	68 $\frac{1}{2}$
2:46,8	3	2:40,2	19 $\frac{1}{2}$	2:33,6	36	2:27	52 $\frac{1}{2}$	2:20,4	69
2:46,6	3 $\frac{1}{2}$	2:40	20	2:33,4	36 $\frac{1}{2}$	2:26,8	53	2:20,2	69 $\frac{1}{2}$
2:46,4	4	2:39,8	20 $\frac{1}{2}$	2:33,2	37	2:26,6	53 $\frac{1}{2}$	2:20	70
2:46,2	4 $\frac{1}{2}$	2:39,6	21	2:33	37 $\frac{1}{2}$	2:26,4	54	2:19,8	70 $\frac{1}{2}$
2:46	5	2:39,4	21 $\frac{1}{2}$	2:32,8	38	2:26,2	54 $\frac{1}{2}$	2:19,6	71
2:45,8	5 $\frac{1}{2}$	2:39,2	22	2:32,6	38 $\frac{1}{2}$	2:26	55	2:19,4	71 $\frac{1}{2}$
2:45,6	6	2:39	22 $\frac{1}{2}$	2:32,4	39	2:25,8	55 $\frac{1}{2}$	2:19,2	72
2:45,4	6 $\frac{1}{2}$	2:38,8	23	2:32,2	39 $\frac{1}{2}$	2:25,6	56	2:19	72 $\frac{1}{2}$
2:45,2	7	2:38,6	23 $\frac{1}{2}$	2:32	40	2:25,4	56 $\frac{1}{2}$	2:18,8	73
2:45	7 $\frac{1}{2}$	2:38,4	24	2:31,8	40 $\frac{1}{2}$	2:25,2	57	2:18,6	73 $\frac{1}{2}$
2:44,8	8	2:38,2	24 $\frac{1}{2}$	2:31,6	41	2:25	57 $\frac{1}{2}$	2:18,4	74
2:44,6	8 $\frac{1}{2}$	2:38	25	2:31,4	41 $\frac{1}{2}$	2:24,8	58	2:18,2	74 $\frac{1}{2}$
2:44,4	9	2:37,8	25 $\frac{1}{2}$	2:31,2	42	2:24,6	58 $\frac{1}{2}$	2:18	75
2:44,2	9 $\frac{1}{2}$	2:37,6	26	2:31	42 $\frac{1}{2}$	2:24,4	59	2:17,8	75 $\frac{1}{2}$
2:44	10	2:37,4	26 $\frac{1}{2}$	2:30,8	43	2:24,2	59 $\frac{1}{2}$	2:17,6	76
2:43,8	10 $\frac{1}{2}$	2:37,2	27	2:30,6	43 $\frac{1}{2}$	2:24	60	2:17,4	76 $\frac{1}{2}$
2:43,6	11	2:37	27 $\frac{1}{2}$	2:30,4	44	2:23,8	60 $\frac{1}{2}$	2:17,2	77
2:43,4	11 $\frac{1}{2}$	2:36,8	28	2:30,2	44 $\frac{1}{2}$	2:23,6	61	2:17	77 $\frac{1}{2}$
2:43,2	12	2:36,6	28 $\frac{1}{2}$	2:30	45	2:23,4	61 $\frac{1}{2}$	2:16,8	78
2:43	12 $\frac{1}{2}$	2:36,4	29	2:29,8	45 $\frac{1}{2}$	2:23,2	62	2:16,6	78 $\frac{1}{2}$
2:42,8	13	2:36,2	29 $\frac{1}{2}$	2:29,6	46	2:23	62 $\frac{1}{2}$	2:16,4	79
2:42,6	13 $\frac{1}{2}$	2:36	30	2:29,4	46 $\frac{1}{2}$	2:22,8	63	2:16,2	79 $\frac{1}{2}$
2:42,4	14	2:35,8	30 $\frac{1}{2}$	2:29,2	47	2:22,6	63 $\frac{1}{2}$	2:16	80
2:42,2	14 $\frac{1}{2}$	2:35,6	31	2:29	47 $\frac{1}{2}$	2:22,4	64	2:15,8	80 $\frac{1}{2}$
2:42	15	2:35,4	31 $\frac{1}{2}$	2:28,8	48	2:22,2	64 $\frac{1}{2}$	2:15,6	81
2:41,8	15 $\frac{1}{2}$	2:35,2	32	2:28,6	48 $\frac{1}{2}$	2:22	65	2:15,4	81 $\frac{1}{2}$
2:41,6	16	2:35	32 $\frac{1}{2}$	2:28,4	49	2:21,8	65 $\frac{1}{2}$	2:15,2	82

Fortsetzung siehe nächste Seite.

Fortsetzung

800-Meter-Lauf

Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte
2:15	82 $\frac{1}{2}$	2:12,6	88 $\frac{1}{2}$	2:10,2	94 $\frac{1}{2}$	2:07,8	100 $\frac{1}{2}$	2:05,4	106 $\frac{1}{2}$
2:14,8	83	2:12,4	89	2:10	95	2:07,6	101	2:05,2	107
2:14,6	83 $\frac{1}{2}$	2:12,2	89 $\frac{1}{2}$	2:09,8	95 $\frac{1}{2}$	2:07,4	101 $\frac{1}{2}$	2:05	107 $\frac{1}{2}$
2:14,4	84	2:12	90	2:09,6	96	2:07,2	102	2:04,8	108
2:14,2	84 $\frac{1}{2}$	2:11,8	90 $\frac{1}{2}$	2:09,4	96 $\frac{1}{2}$	2:07	102 $\frac{1}{2}$	2:04,6	108 $\frac{1}{2}$
2:14	85	2:11,6	91	2:09,2	97	2:06,8	103	2:04,4	109
2:13,8	85 $\frac{1}{2}$	2:11,4	91 $\frac{1}{2}$	2:09	97 $\frac{1}{2}$	2:06,6	103 $\frac{1}{2}$	2:04,2	109 $\frac{1}{2}$
2:13,6	86	2:11,2	92	2:08,8	98	2:06,4	104	2:04	110
2:13,4	86 $\frac{1}{2}$	2:11	92 $\frac{1}{2}$	2:08,6	98 $\frac{1}{2}$	2:06,2	104 $\frac{1}{2}$		
2:13,2	87	2:10,8	93	2:08,4	99	2:06	105		
2:13	87 $\frac{1}{2}$	2:10,6	93 $\frac{1}{2}$	2:08,2	99 $\frac{1}{2}$	2:05,8	105 $\frac{1}{2}$		
2:12,8	88	2:10,4	94	2:08	100	2:05,6	106		

1000-Meter-Lauf

Männer

Von 3:30 Minuten ab zählt jede $\frac{2}{10}$ -Sekunde weniger $\frac{1}{2}$ Punkt
2:50 Minuten = 100 Punkte

Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte
3:30	0	3:23,4	16 $\frac{1}{2}$	3:16,8	33	3:10,2	49 $\frac{1}{2}$	3:03,6	66
3:29,8	$\frac{1}{2}$	3:23,2	17	3:16,6	33 $\frac{1}{2}$	3:10	50	3:03,4	66 $\frac{1}{2}$
3:29,6	1	3:23	17 $\frac{1}{2}$	3:16,4	34	3:09,8	50 $\frac{1}{2}$	3:03,2	67
3:29,4	1 $\frac{1}{2}$	3:22,8	18	3:16,2	34 $\frac{1}{2}$	3:09,6	51	3:03	67 $\frac{1}{2}$
3:29,2	2	3:22,6	18 $\frac{1}{2}$	3:16	35	3:09,4	51 $\frac{1}{2}$	3:02,8	68
3:29	2 $\frac{1}{2}$	3:22,4	19	3:15,8	35 $\frac{1}{2}$	3:09,2	52	3:02,6	68 $\frac{1}{2}$
3:28,8	3	3:22,2	19 $\frac{1}{2}$	3:15,6	36	3:09	52 $\frac{1}{2}$	3:02,4	69
3:28,6	3 $\frac{1}{2}$	3:22	20	3:15,4	36 $\frac{1}{2}$	3:08,8	53	3:02,2	69 $\frac{1}{2}$
3:28,4	4	3:21,8	20 $\frac{1}{2}$	3:15,2	37	3:08,6	53 $\frac{1}{2}$	3:02	70
3:28,2	4 $\frac{1}{2}$	3:21,6	21	3:15	37 $\frac{1}{2}$	3:08,4	54	3:01,8	70 $\frac{1}{2}$
3:28	5	3:21,4	21 $\frac{1}{2}$	3:14,8	38	3:08,2	54 $\frac{1}{2}$	3:01,6	71
3:27,8	5 $\frac{1}{2}$	3:21,2	22	3:14,6	38 $\frac{1}{2}$	3:08	55	3:01,4	71 $\frac{1}{2}$
3:27,6	6	3:21	22 $\frac{1}{2}$	3:14,4	39	3:07,8	55 $\frac{1}{2}$	3:01,2	72
3:27,4	6 $\frac{1}{2}$	3:20,8	23	3:14,2	39 $\frac{1}{2}$	3:07,6	56	3:01	72 $\frac{1}{2}$
3:27,2	7	3:20,6	23 $\frac{1}{2}$	3:14	40	3:07,4	56 $\frac{1}{2}$	3:00,8	73
3:27	7 $\frac{1}{2}$	3:20,4	24	3:13,8	40 $\frac{1}{2}$	3:07,2	57	3:00,6	73 $\frac{1}{2}$
3:26,8	8	3:20,2	24 $\frac{1}{2}$	3:13,6	41	3:07	57 $\frac{1}{2}$	3:00,4	74
3:26,6	8 $\frac{1}{2}$	3:20	25	3:13,4	41 $\frac{1}{2}$	3:06,8	58	3:00,2	74 $\frac{1}{2}$
3:26,4	9	3:19,8	25 $\frac{1}{2}$	3:13,2	42	3:06,6	58 $\frac{1}{2}$	3:00	75
3:26,2	9 $\frac{1}{2}$	3:19,6	26	3:13	42 $\frac{1}{2}$	3:06,4	59	2:59,8	75 $\frac{1}{2}$
3:26	10	3:19,4	26 $\frac{1}{2}$	3:12,8	43	3:06,2	59 $\frac{1}{2}$	2:59,6	76
3:25,8	10 $\frac{1}{2}$	3:19,2	27	3:12,6	43 $\frac{1}{2}$	3:06	60	2:59,4	76 $\frac{1}{2}$
3:25,6	11	3:19	27 $\frac{1}{2}$	3:12,4	44	3:05,8	60 $\frac{1}{2}$	2:59,2	77
3:25,4	11 $\frac{1}{2}$	3:18,8	28	3:12,2	44 $\frac{1}{2}$	3:05,6	61	2:59	77 $\frac{1}{2}$
3:25,2	12	3:18,6	28 $\frac{1}{2}$	3:12	45	3:05,4	61 $\frac{1}{2}$	2:58,8	78
3:25	12 $\frac{1}{2}$	3:18,4	29	3:11,8	45 $\frac{1}{2}$	3:05,2	62	2:58,6	78 $\frac{1}{2}$
3:24,8	13	3:18,2	29 $\frac{1}{2}$	3:11,6	46	3:05	62 $\frac{1}{2}$	2:58,4	79
3:24,6	13 $\frac{1}{2}$	3:18	30	3:11,4	46 $\frac{1}{2}$	3:04,8	63	2:58,2	79 $\frac{1}{2}$
3:24,4	14	3:17,8	30 $\frac{1}{2}$	3:11,2	47	3:04,6	63 $\frac{1}{2}$	2:58	80
3:24,2	14 $\frac{1}{2}$	3:17,6	31	3:11	47 $\frac{1}{2}$	3:04,4	64	2:57,8	80 $\frac{1}{2}$
3:24	15	3:17,4	31 $\frac{1}{2}$	3:10,8	48	3:04,2	64 $\frac{1}{2}$	2:57,6	81
3:23,8	15 $\frac{1}{2}$	3:17,2	32	3:10,6	48 $\frac{1}{2}$	3:04	65	2:57,4	81 $\frac{1}{2}$
3:23,6	16	3:17	32 $\frac{1}{2}$	3:10,4	49	3:03,8	65 $\frac{1}{2}$	2:57,2	82

Fortsetzung siehe nächste Seite.

Fortsetzung

1000-Meter-Lauf

Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte
2:57	82 $\frac{1}{2}$	2:54,6	88 $\frac{1}{2}$	2:52,2	94 $\frac{1}{2}$	2:49,8	100 $\frac{1}{2}$	2:47,4	106 $\frac{1}{2}$
2:56,8	83	2:54,4	89	2:52	95	2:49,6	101	2:47,2	107
2:56,6	83 $\frac{1}{2}$	2:54,2	89 $\frac{1}{2}$	2:51,8	95 $\frac{1}{2}$	2:49,4	101 $\frac{1}{2}$	2:47	107 $\frac{1}{2}$
2:56,4	84	2:54	90	2:51,6	96	2:49,2	102	2:46,8	108
2:56,2	84 $\frac{1}{2}$	2:53,8	90 $\frac{1}{2}$	2:51,4	96 $\frac{1}{2}$	2:49	102 $\frac{1}{2}$	2:46,6	108 $\frac{1}{2}$
2:56	85	2:53,6	91	2:51,2	97	2:48,8	103	2:46,4	109
2:55,8	85 $\frac{1}{2}$	2:53,4	91 $\frac{1}{2}$	2:51	97 $\frac{1}{2}$	2:48,6	103 $\frac{1}{2}$	2:46,2	109 $\frac{1}{2}$
2:55,6	86	2:53,2	92	2:50,8	98	2:48,4	104	2:46	110
2:55,4	86 $\frac{1}{2}$	2:53	92 $\frac{1}{2}$	2:50,6	98 $\frac{1}{2}$	2:48,2	104 $\frac{1}{2}$		
2:55,2	87	2:52,8	93	2:50,4	99	2:48	105		
2:55	87 $\frac{1}{2}$	2:52,6	93 $\frac{1}{2}$	2:50,2	99 $\frac{1}{2}$	2:47,8	105 $\frac{1}{2}$		
2:54,8	88	2:52,4	94	2:50	100	2:47,6	106		

1500-Meter-Lauf

Männer

Von 6:10 Minuten ab zählt jede Sekunde weniger 1 Punkt
4:30 Minuten = 100 Punkte

Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte
6:10	0	5:47	23	5:24	46	5:01	69	4:38	92
6:09	1	5:46	24	5:23	47	5	70	4:37	93
6:08	2	5:45	25	5:22	48	4:59	71	4:36	94
6:07	3	5:44	26	5:21	49	4:58	72	4:35	95
6:06	4	5:43	27	5:20	50	4:57	73	4:34	96
6:05	5	5:42	28	5:19	51	4:56	74	4:33	97
6:04	6	5:41	29	5:18	52	4:55	75	4:32	98
6:03	7	5:40	30	5:17	53	4:54	76	4:31	99
6:02	8	5:39	31	5:16	54	4:53	77	4:30	100
6:01	9	5:38	32	5:15	55	4:52	78	4:29	101
6	10	5:37	33	5:14	56	4:51	79	4:28	102
5:59	11	5:36	34	5:13	57	4:50	80	4:27	103
5:58	12	5:35	35	5:12	58	4:49	81	4:26	104
5:57	13	5:34	36	5:11	59	4:48	82	4:25	105
5:56	14	5:33	37	5:10	60	4:47	83	4:24	106
5:55	15	5:32	38	5:09	61	4:46	84	4:23	107
5:54	16	5:31	39	5:08	62	4:45	85	4:22	108
5:53	17	5:30	40	5:07	63	4:44	86	4:21	109
5:52	18	5:29	41	5:06	64	4:43	87	4:20	110
5:51	19	5:28	42	5:05	65	4:42	88		
5:50	20	5:27	43	5:04	66	4:41	89		
5:49	21	5:26	44	5:03	67	4:40	90		
5:48	22	5:25	45	5:02	68	4:39	91		

3000-Meter-Lauf

Männer

Von 11:10 Minuten ab zählt jede Sekunde weniger 1 Punkt
9:30 Minuten = 100 Punkte

Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte
11:10	0	10:47	23	10:24	46	10:01	69	9:38	92
11:09	1	10:46	24	10:23	47	10	70	9:37	93
11:08	2	10:45	25	10:22	48	9:59	71	9:36	94
11:07	3	10:44	26	10:21	49	9:58	72	9:35	95
11:06	4	10:43	27	10:20	50	9:57	73	9:34	96
11:05	5	10:42	28	10:19	51	9:56	74	9:33	97
11:04	6	10:41	29	10:18	52	9:55	75	9:32	98
11:03	7	10:40	30	10:17	53	9:54	76	9:31	99
11:02	8	10:39	31	10:16	54	9:53	77	9:30	100
11:01	9	10:38	32	10:15	55	9:52	78	9:29	101
11	10	10:37	33	10:14	56	9:51	79	9:28	102
10:59	11	10:36	34	10:13	57	9:50	80	9:27	103
10:58	12	10:35	35	10:12	58	9:49	81	9:26	104
10:57	13	10:34	36	10:11	59	9:48	82	9:25	105
10:56	14	10:33	37	10:10	60	9:47	83	9:24	106
10:55	15	10:32	38	10:09	61	9:46	84	9:23	107
10:54	16	10:31	39	10:08	62	9:45	85	9:22	108
10:53	17	10:30	40	10:07	63	9:44	86	9:21	109
10:52	18	10:29	41	10:06	64	9:43	87	9:20	110
10:51	19	10:28	42	10:05	65	9:42	88		
10:50	20	10:27	43	10:04	66	9:41	89		
10:49	21	10:26	44	10:03	67	9:40	90		
10:48	22	10:25	45	10:02	68	9:39	91		

5000-Meter-Lauf

Männer

Von 21 Minuten ab zählen jede 3 Sekunden weniger 1 Punkt
16 Minuten = 100 Punkte

Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte
21:00	0	19:51	23	18:42	46	17:33	69	16:24	92
20:57	1	19:48	24	18:39	47	17:30	70	16:21	93
20:54	2	19:45	25	18:36	48	17:27	71	16:18	94
20:51	3	19:42	26	18:33	49	17:24	72	16:15	95
20:48	4	19:39	27	18:30	50	17:21	73	16:12	96
20:45	5	19:36	28	18:27	51	17:18	74	16:09	97
20:42	6	19:33	29	18:24	52	17:15	75	16:06	98
20:39	7	19:30	30	18:21	53	17:12	76	16:03	99
20:36	8	19:27	31	18:18	54	17:09	77	16:00	100
20:33	9	19:24	32	18:15	55	17:06	78	15:57	101
20:30	10	19:21	33	18:12	56	17:03	79	15:54	102
20:27	11	19:18	34	18:09	57	17:00	80	15:51	103
20:24	12	19:15	35	18:06	58	16:57	81	15:48	104
20:21	13	19:12	36	18:03	59	16:54	82	15:45	105
20:18	14	19:09	37	18:00	60	16:51	83	15:42	106
20:15	15	19:06	38	17:57	61	16:48	84	15:39	107
20:12	16	19:03	39	17:54	62	16:45	85	15:36	108
20:09	17	19:00	40	17:51	63	16:42	86	15:33	109
20:06	18	18:57	41	17:48	64	16:39	87	15:30	110
20:03	19	18:54	42	17:45	65	16:36	88		
20:00	20	18:51	43	17:42	66	16:33	89		
19:57	21	18:48	44	17:39	67	16:30	90		
19:54	22	18:45	45	17:36	68	16:27	91		

7500-Meter-Lauf

Männer

Von 32:40 Minuten ab zählen jede 4 Sekunden weniger 1 Punkt
26 Minuten = 100 Punkte

Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte
32:40	0	31:08	23	29:36	46	28:04	69	26:32	92
32:36	1	31:04	24	29:32	47	28:00	70	26:28	93
32:32	2	31:00	25	29:28	48	27:56	71	26:24	94
32:28	3	30:56	26	29:24	49	27:52	72	26:20	95
32:24	4	30:52	27	29:20	50	27:48	73	26:16	96
32:20	5	30:48	28	29:16	51	27:44	74	26:12	97
32:16	6	30:44	29	29:12	52	27:40	75	26:08	98
32:12	7	30:40	30	29:08	53	27:36	76	26:04	99
32:08	8	30:36	31	29:04	54	27:32	77	26:00	100
32:04	9	30:32	32	29:00	55	27:28	78	25:56	101
32:00	10	30:28	33	28:56	56	27:24	79	25:52	102
31:56	11	30:24	34	28:52	57	27:20	80	25:48	103
31:52	12	30:20	35	28:48	58	27:16	81	25:44	104
31:48	13	30:16	36	28:44	59	27:12	82	25:40	105
31:44	14	30:12	37	28:40	60	27:08	83	25:36	106
31:40	15	30:08	38	28:36	61	27:04	84	25:32	107
31:36	16	30:04	39	28:32	62	27:00	85	25:28	108
31:32	17	30:00	40	28:28	63	26:56	86	25:24	109
31:28	18	29:56	41	28:24	64	26:52	87	25:20	110
31:24	19	29:52	42	28:20	65	26:48	88		
31:20	20	29:48	43	28:16	66	26:44	89		
31:16	21	29:44	44	28:12	67	26:40	90		
31:12	22	29:40	45	28:08	68	26:36	91		

10 000-Meter-Lauf

Männer

Von 44 Minuten ab zählen jede 6 Sekunden weniger 1 Punkt
34 Minuten = 100 Punkte

Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte
44:00	0	41:42	23	39:24	46	37:06	69	34:48	92
43:54	1	41:36	24	39:18	47	37:00	70	34:42	93
43:48	2	41:30	25	39:12	48	36:54	71	34:36	94
43:42	3	41:24	26	39:06	49	36:48	72	34:30	95
43:36	4	41:18	27	39:00	50	36:42	73	34:24	96
43:30	5	41:12	28	38:54	51	36:36	74	34:18	97
43:24	6	41:06	29	38:48	52	36:30	75	34:12	98
43:18	7	41:00	30	38:42	53	36:24	76	34:06	99
43:12	8	40:54	31	38:36	54	36:18	77	34:00	100
43:06	9	40:48	32	38:30	55	36:12	78	33:54	101
43:00	10	40:42	33	38:24	56	36:06	79	33:48	102
42:54	11	40:36	34	38:18	57	36:00	80	33:42	103
42:48	12	40:30	35	38:12	58	35:54	81	33:36	104
42:42	13	40:24	36	38:06	59	35:48	82	33:30	105
42:36	14	40:18	37	38:00	60	35:42	83	33:24	106
42:30	15	40:12	38	37:54	61	35:36	84	33:18	107
42:24	16	40:06	39	37:48	62	35:30	85	33:12	108
42:18	17	40:00	40	37:42	63	35:24	86	33:06	109
42:12	18	39:54	41	37:36	64	35:18	87	33:00	110
42:06	19	39:48	42	37:30	65	35:12	88		
42:00	20	39:42	43	37:24	66	35:06	89		
41:54	21	39:36	44	37:18	67	35:00	90		
41:48	22	39:30	45	37:12	68	34:54	91		

60-Meter-Hürdenlauf

Männer

Von 15 Sekunden ab zählt jede $\frac{1}{10}$ Sekunde weniger 2 Punkte
10 Sekunden = 100 Punkte

Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte
15	0	13,7	26	12,4	52	11,1	78	9,8	104
14,9	2	13,6	28	12,3	54	11	80	9,7	106
14,8	4	13,5	30	12,2	56	10,9	82	9,6	108
14,7	6	13,4	32	12,1	58	10,8	84	9,5	110
14,6	8	13,3	34	12	60	10,7	86	9,4	112
14,5	10	13,2	36	11,9	62	10,6	88	9,3	114
14,4	12	13,1	38	11,8	64	10,5	90	9,2	116
14,3	14	13	40	11,7	66	10,4	92	9,1	118
14,2	16	12,9	42	11,6	68	10,3	94	9	120
14,1	18	12,8	44	11,5	70	10,2	96		
14	20	12,7	46	11,4	72	10,1	98		
13,9	22	12,6	48	11,3	74	10	100		
13,8	24	12,5	50	11,2	76	9,9	102		

110-Meter-Hürdenlauf Männer

Von 22 Sekunden ab zählt jede $\frac{1}{10}$ -Sekunde weniger 2 Punkte
17 Sekunden = 100 Punkte

Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte
22	0	20,7	26	19,4	52	18,1	78	16,8	104
21,9	2	20,6	28	19,3	54	18	80	16,7	106
21,8	4	20,5	30	19,2	56	17,9	82	16,6	108
21,7	6	20,4	32	19,1	58	17,8	84	16,5	110
21,6	8	20,3	34	19	60	17,7	86	16,4	112
21,5	10	20,2	36	18,9	62	17,6	88	16,3	114
21,4	12	20,1	38	18,8	64	17,5	90	16,2	116
21,3	14	20	40	18,7	66	17,4	92	16,1	118
21,2	16	19,9	42	18,6	68	17,3	94	16	120
21,1	18	19,8	44	18,5	70	17,2	96		
21	20	19,7	46	18,4	72	17,1	98		
20,9	22	19,6	48	18,3	74	17	100		
20,8	24	19,5	50	18,2	76	16,9	102		

400-Meter-Hürdenlauf Männer

Von 1:12 Minuten ab zählt jede $\frac{1}{10}$ Sekunde weniger 1 Punkt
1:02 Minuten = 100 Punkte

Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte
1:12	0	1:09,7	23	1:07,4	46	1:05,1	69	1:02,8	92
1:11,9	1	1:09,6	24	1:07,3	47	1:05	70	1:02,7	93
1:11,8	2	1:09,5	25	1:07,2	48	1:04,9	71	1:02,6	94
1:11,7	3	1:09,4	26	1:07,1	49	1:04,8	72	1:02,5	95
1:11,6	4	1:09,3	27	1:07	50	1:04,7	73	1:02,4	96
1:11,5	5	1:09,2	28	1:06,9	51	1:04,6	74	1:02,3	97
1:11,4	6	1:09,1	29	1:06,8	52	1:04,5	75	1:02,2	98
1:11,3	7	1:09	30	1:06,7	53	1:04,4	76	1:02,1	99
1:11,2	8	1:08,9	31	1:06,6	54	1:04,3	77	1:02	100
1:11,1	9	1:08,8	32	1:06,5	55	1:04,2	78	1:01,9	101
1:11	10	1:08,7	33	1:06,4	56	1:04,1	79	1:01,8	102
1:10,9	11	1:08,6	34	1:06,3	57	1:04	80	1:01,7	103
1:10,8	12	1:08,5	35	1:06,2	58	1:03,9	81	1:01,6	104
1:10,7	13	1:08,4	36	1:06,1	59	1:03,8	82	1:01,5	105
1:10,6	14	1:08,3	37	1:06	60	1:03,7	83	1:01,4	106
1:10,5	15	1:08,2	38	1:05,9	61	1:03,6	84	1:01,3	107
1:10,4	16	1:08,1	39	1:05,8	62	1:03,5	85	1:01,2	108
1:10,3	17	1:08	40	1:05,7	63	1:03,4	86	1:01,1	109
1:10,2	18	1:07,9	41	1:05,6	64	1:03,3	87	1:01	110
1:10,1	19	1:07,8	42	1:05,5	65	1:03,2	88		
1:10	20	1:07,7	43	1:05,4	66	1:03,1	89		
1:09,9	21	1:07,6	44	1:05,3	67	1:03	90		
1:09,8	22	1:07,5	45	1:05,2	68	1:02,9	91		

Hochsprung aus dem Stand Männer

Von 90 Zentimeter ab zählt jeder Zentimeter höher 2 Punkte
1,40 Meter = 100 Punkte

Zentimeter	Punkte	Zentimeter	Punkte	Zentimeter	Punkte	Zentimeter	Punkte	Zentimeter	Punkte
90	0	103	26	116	52	129	78	142	104
91	2	104	28	117	54	130	80	143	106
92	4	105	30	118	56	131	82	144	108
93	6	106	32	119	58	132	84	145	110
94	8	107	34	120	60	133	86	146	112
95	10	108	36	121	62	134	88	147	114
96	12	109	38	122	64	135	90	148	116
97	14	110	40	123	66	136	92	149	118
98	16	111	42	124	68	137	94	150	120
99	18	112	44	125	70	138	96		
100	20	113	46	126	72	139	98		
101	22	114	48	127	74	140	100		
102	24	115	50	128	76	141	102		

Hochsprung mit Anlauf Männer

Von 110 Zentimeter ab zählt jeder Zentimeter höher 2 Punkte
1,60 Meter = 100 Punkte

Zentimeter	Punkte	Zentimeter	Punkte	Zentimeter	Punkte	Zentimeter	Punkte	Zentimeter	Punkte
110	0	123	26	136	52	149	78	162	104
111	2	124	28	137	54	150	80	163	106
112	4	125	30	138	56	151	82	164	108
113	6	126	32	139	58	152	84	165	110
114	8	127	34	140	60	153	86	166	112
115	10	128	36	141	62	154	88	167	114
116	12	129	38	142	64	155	90	168	116
117	14	130	40	143	66	156	92	169	118
118	16	131	42	144	68	157	94	170	120
119	18	132	44	145	70	158	96		
120	20	133	46	146	72	159	98		
121	22	134	48	147	74	160	100		
122	24	135	50	148	76	161	102		

Weißsprung aus dem Stand Männer

Von 180 Zentimeter ab zählt jeder Zentimeter weiter 1 Punkt
2,80 Meter = 100 Punkte

Zenti- meter	Punkte	Zenti- meter	Punkte	Zenti- meter	Punkte	Zenti- meter	Punkte	Zenti- meter	Punkte
180	0	203	23	226	46	249	69	272	92
181	1	204	24	227	47	250	70	273	93
182	2	205	25	228	48	251	71	274	94
183	3	206	26	229	49	252	72	275	95
184	4	207	27	230	50	253	73	276	96
185	5	208	28	231	51	254	74	277	97
186	6	209	29	232	52	255	75	278	98
187	7	210	30	233	53	256	76	279	99
188	8	211	31	234	54	257	77	280	100
189	9	212	32	235	55	258	78	281	101
190	10	213	33	236	56	259	79	282	102
191	11	214	34	237	57	260	80	283	103
192	12	215	35	238	58	261	81	284	104
193	13	216	36	239	59	262	82	285	105
194	14	217	37	240	60	263	83	286	106
195	15	218	38	241	61	264	84	287	107
196	16	219	39	242	62	265	85	288	108
197	17	220	40	243	63	266	86	289	109
198	18	221	41	244	64	267	87	290	110
199	19	222	42	245	65	268	88		
200	20	223	43	246	66	269	89		
201	21	224	44	247	67	270	90		
202	22	225	45	248	68	271	91		

Weißsprung mit Anlauf Männer

Von 400 Zentimeter ab zählen jede 2 Zentimeter weiter 1 Punkt
6 Meter = 100 Punkte

Zenti- meter	Punkte	Zenti- meter	Punkte	Zenti- meter	Punkte	Zenti- meter	Punkte	Zenti- meter	Punkte
400	0	446	23	492	46	538	69	584	92
402	1	448	24	494	47	540	70	586	93
404	2	450	25	496	48	542	71	588	94
406	3	452	26	498	49	544	72	590	95
408	4	454	27	500	50	546	73	592	96
410	5	456	28	502	51	548	74	594	97
412	6	458	29	504	52	550	75	596	98
414	7	460	30	506	53	552	76	598	99
416	8	462	31	508	54	554	77	600	100
418	9	464	32	510	55	556	78	602	101
420	10	466	33	512	56	558	79	604	102
422	11	468	34	514	57	560	80	606	103
424	12	470	35	516	58	562	81	608	104
426	13	472	36	518	59	564	82	610	105
428	14	474	37	520	60	566	83	612	106
430	15	476	38	522	61	568	84	614	107
432	16	478	39	524	62	570	85	616	108
434	17	480	40	526	63	572	86	618	109
436	18	482	41	528	64	574	87	620	110
438	19	484	42	530	65	576	88		
440	20	486	43	532	66	578	89		
442	21	488	44	534	67	580	90		
444	22	490	45	536	68	582	91		

Dreisprung mit Anlauf Männer

Von 9,50 Meter ab zählen jede 3 Zentimeter 1 Punkt
12,50 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
9,50	0	10,19	23	10,88	46	11,57	69	12,26	92
9,53	1	10,22	24	10,91	47	11,60	70	12,29	93
9,56	2	10,26	25	10,94	48	11,63	71	12,32	94
9,59	3	10,28	26	10,97	49	11,66	72	12,35	95
9,62	4	10,31	27	11	50	11,69	73	12,38	96
9,65	5	10,34	28	11,03	51	11,72	74	12,41	97
9,68	6	10,37	29	11,06	52	11,75	75	12,44	98
9,71	7	10,40	30	11,09	53	11,78	76	12,47	99
9,74	8	10,43	31	11,12	54	11,81	77	12,50	100
9,77	9	10,46	32	11,15	55	11,84	78	12,53	101
9,80	10	10,49	33	11,18	56	11,87	79	12,56	102
9,83	11	10,52	34	11,21	57	11,90	80	12,59	103
9,86	12	10,55	35	11,24	58	11,93	81	12,62	104
9,89	13	10,58	36	11,27	59	11,96	82	12,65	105
9,92	14	10,61	37	11,30	60	11,99	83	12,68	106
9,95	15	10,64	38	11,33	61	12,02	84	12,71	107
9,98	16	10,67	39	11,36	62	12,05	85	12,74	108
10,01	17	10,70	40	11,39	63	12,08	86	12,77	109
10,04	18	10,73	41	11,42	64	12,11	87	12,80	110
10,07	19	10,76	42	11,45	65	12,14	88		
10,10	20	10,79	43	11,48	66	12,17	89		
10,13	21	10,82	44	11,51	67	12,20	90		
10,16	22	10,85	45	11,54	68	12,23	91		

Stabhochsprung Männer

Von 2 Meter ab zählt jeder Zentimeter höher 1 Punkt
3 Meter = 100 Punkte

Zentimeter	Punkte	Zentimeter	Punkte	Zentimeter	Punkte	Zentimeter	Punkte	Zentimeter	Punkte
200	0	223	23	246	46	269	69	292	92
201	1	224	24	247	47	270	70	293	93
202	2	225	25	248	48	271	71	294	94
203	3	226	26	249	49	272	72	295	95
204	4	227	27	250	50	273	73	296	96
205	5	228	28	251	51	274	74	297	97
206	6	229	29	252	52	275	75	298	98
207	7	230	30	253	53	276	76	299	99
208	8	231	31	254	54	277	77	300	100
209	9	232	32	255	55	278	78	301	101
210	10	233	33	256	56	279	79	302	102
211	11	234	34	257	57	280	80	303	103
212	12	235	35	258	58	281	81	304	104
213	13	236	36	259	59	282	82	305	105
214	14	237	37	260	60	283	83	306	106
215	15	238	38	261	61	284	84	307	107
216	16	239	39	262	62	285	85	308	108
217	17	240	40	263	63	286	86	309	109
218	18	241	41	264	64	287	87	310	110
219	19	242	42	265	65	288	88		
220	20	243	43	266	66	289	89		
221	21	244	44	267	67	290	90		
222	22	245	45	268	68	291	91		

Ballweitwerfen

Männer

Von 60 Meter ab zählen jede 20 Zentimeter weiter 1 Punkt
80 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
60	0	64,60	23	69,20	46	73,80	69	78,40	92
60,20	1	64,80	24	69,40	47	74	70	78,60	93
60,40	2	65	25	69,60	48	74,20	71	78,80	94
60,60	3	65,20	26	69,80	49	74,40	72	79	95
60,80	4	65,40	27	70	50	74,60	73	79,20	96
61	5	65,60	28	70,20	51	74,80	74	79,40	97
61,20	6	65,80	29	70,40	52	75	75	79,60	98
61,40	7	66	30	70,60	53	75,20	76	79,80	99
61,60	8	66,20	31	70,80	54	75,40	77	80	100
61,80	9	66,40	32	71	55	75,60	78	80,20	101
62	10	66,60	33	71,20	56	75,80	79	80,40	102
62,20	11	66,80	34	71,40	57	76	80	80,60	103
62,40	12	67	35	71,60	58	76,20	81	80,80	104
62,60	13	67,20	36	71,80	59	76,40	82	81	105
62,80	14	67,40	37	72	60	76,60	83	81,20	106
63	15	67,60	38	72,20	61	76,80	84	81,40	107
63,20	16	67,80	39	72,40	62	77	85	81,60	108
63,40	17	68	40	72,60	63	77,20	86	81,80	109
63,60	18	68,20	41	72,80	64	77,40	87	82	110
63,80	19	68,40	42	73	65	77,60	88		
64	20	68,60	43	73,20	66	77,80	89		
64,20	21	68,80	44	73,40	67	78	90		
64,40	22	69	45	73,60	68	78,20	91		

Schleuderballweitwerfen

Männer

Von 28 Meter ab zählen jede 20 Zentimeter weiter 1 Punkt
48 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
28	0	32,60	23	37,20	46	41,80	69	46,40	92
28,20	1	32,80	24	37,40	47	42	70	46,60	93
28,40	2	33	25	37,60	48	42,20	71	46,80	94
28,60	3	33,20	26	37,80	49	42,40	72	47	95
28,80	4	33,40	27	38	50	42,60	73	47,20	96
29	5	33,60	28	38,20	51	42,80	74	47,40	97
29,20	6	33,80	29	38,40	52	43	75	47,60	98
29,40	7	34	30	38,60	53	43,20	76	47,80	99
29,60	8	34,20	31	38,80	54	43,40	77	48	100
29,80	9	34,40	32	39	55	43,60	78	48,20	101
30	10	34,60	33	39,20	56	43,80	79	48,40	102
30,20	11	34,80	34	39,40	57	44	80	48,60	103
30,40	12	35	35	39,60	58	44,20	81	48,80	104
30,60	13	35,20	36	39,80	59	44,40	82	49	105
30,80	14	35,40	37	40	60	44,60	83	49,20	106
31	15	35,60	38	40,20	61	44,80	84	49,40	107
31,20	16	35,80	39	40,40	62	45	85	49,60	108
31,40	17	36	40	40,60	63	45,20	86	49,80	109
31,60	18	36,20	41	40,80	64	45,40	87	50	110
31,80	19	36,40	42	41	65	45,60	88		
32	20	36,60	43	41,20	66	45,80	89		
32,20	21	36,80	44	41,40	67	46	90		
32,40	22	37	45	41,60	68	46,20	91		

Disturwerfen**Männer**

Von 20 Meter ab zählen jede 15 Zentimeter weiter 1 Punkt
35 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
20	0	23,45	23	26,90	46	30,35	69	33,80	92
20,15	1	23,60	24	27,05	47	30,50	70	33,95	93
20,30	2	23,75	25	27,20	48	30,65	71	34,10	94
20,45	3	23,90	26	27,35	49	30,80	72	34,25	95
20,60	4	24,05	27	27,50	50	30,95	73	34,40	96
20,75	5	24,20	28	27,65	51	31,10	74	34,55	97
20,90	6	24,35	29	27,80	52	31,25	75	34,70	98
21,05	7	24,50	30	27,95	53	31,40	76	34,85	99
21,20	8	24,65	31	28,10	54	31,55	77	35	100
21,35	9	24,80	32	28,25	55	31,70	78	35,15	101
21,50	10	24,95	33	28,40	56	31,85	79	35,30	102
21,65	11	25,10	34	28,55	57	32	80	35,45	103
21,80	12	25,25	35	28,70	58	32,15	81	35,60	104
21,95	13	25,40	36	28,85	59	32,30	82	35,75	105
22,10	14	25,55	37	29	60	32,45	83	35,90	106
22,25	15	25,70	38	29,15	61	32,60	84	36,05	107
22,40	16	25,85	39	29,30	62	32,75	85	36,20	108
22,55	17	26	40	29,45	63	32,90	86	36,35	109
22,70	18	26,15	41	29,60	64	33,05	87	36,50	110
22,85	19	26,30	42	29,75	65	33,20	88		
23	20	26,45	43	29,90	66	33,35	89		
23,15	21	26,60	44	30,05	67	33,50	90		
23,30	22	26,75	45	30,20	68	33,65	91		

Speerwerfen**Männer**

Von 25 Meter ab zählen jede 20 Zentimeter weiter 1 Punkt
45 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
25	0	29,60	23	34,20	46	38,80	69	43,40	92
25,20	1	29,80	24	34,40	47	39	70	43,60	93
25,40	2	30	25	34,60	48	39,20	71	43,80	94
25,60	3	30,20	26	34,80	49	39,40	72	44	95
25,80	4	30,40	27	35	50	39,60	73	44,20	96
26	5	30,60	28	35,20	51	39,80	74	44,40	97
26,20	6	30,80	29	35,40	52	40	75	44,60	98
26,40	7	31	30	35,60	53	40,20	76	44,80	99
26,60	8	31,20	31	35,80	54	40,40	77	45	100
26,80	9	31,40	32	36	55	40,60	78	45,20	101
27	10	31,60	33	36,20	56	40,80	79	45,40	102
27,20	11	31,80	34	36,40	57	41	80	45,60	103
27,40	12	32	35	36,60	58	41,20	81	45,80	104
27,60	13	32,20	36	36,80	59	41,40	82	46	105
27,80	14	32,40	37	37	60	41,60	83	46,20	106
28	15	32,60	38	37,20	61	41,80	84	46,40	107
28,20	16	32,80	39	37,40	62	42	85	46,60	108
28,40	17	33	40	37,60	63	42,20	86	46,80	109
28,60	18	33,20	41	37,80	64	42,40	87	47	110
28,80	19	33,40	42	38	65	42,60	88		
29	20	33,60	43	38,20	66	42,80	89		
29,20	21	33,80	44	38,40	67	43	90		
29,40	22	34	45	38,60	68	43,20	91		

Kugelwerfen (5 Kilogramm)

Männer

Von 10 Meter ab zählen jede 6 Zentimeter weiter 1 Punkt
16 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
10	0	11,38	23	12,76	46	14,14	69	15,52	92
10,06	1	11,44	24	12,82	47	14,20	70	15,58	93
10,12	2	11,50	25	12,88	48	14,26	71	15,64	94
10,18	3	11,56	26	12,94	49	14,32	72	15,70	95
10,24	4	11,62	27	13	50	14,38	73	15,76	96
10,30	5	11,68	28	13,06	51	14,44	74	15,82	97
10,36	6	11,74	29	13,12	52	14,50	75	15,88	98
10,42	7	11,80	30	13,18	53	14,56	76	15,94	99
10,48	8	11,86	31	13,24	54	14,62	77	16	100
10,54	9	11,92	32	13,30	55	14,68	78	16,06	101
10,60	10	11,98	33	13,36	56	14,74	79	16,12	102
10,66	11	12,04	34	13,42	57	14,80	80	16,18	103
10,72	12	12,10	35	13,48	58	14,86	81	16,24	104
10,78	13	12,16	36	13,54	59	14,92	82	16,30	105
10,84	14	12,22	37	13,60	60	14,98	83	16,36	106
10,90	15	12,28	38	13,66	61	15,04	84	16,42	107
10,96	16	12,34	39	13,72	62	15,10	85	16,48	108
11,02	17	12,40	40	13,78	63	15,16	86	16,54	109
11,08	18	12,46	41	13,84	64	15,22	87	16,60	110
11,14	19	12,52	42	13,90	65	15,28	88		
11,20	20	12,58	43	13,96	66	15,34	89		
11,26	21	12,64	44	14,02	67	15,40	90		
11,32	22	12,70	45	14,08	68	15,46	91		

Hammerwerfen (7¹/₄ Kilogramm)

Männer

Von 20 Meter ab zählen jede 12 Zentimeter weiter 1 Punkt
32 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
20	0	22,76	23	25,52	46	28,28	69	31,04	92
20,12	1	22,88	24	25,64	47	28,40	70	31,16	93
20,24	2	23	25	25,76	48	28,52	71	31,28	94
20,36	3	23,12	26	25,88	49	28,64	72	31,40	95
20,48	4	23,24	27	26	50	28,76	73	31,52	96
20,60	5	23,36	28	26,12	51	28,88	74	31,64	97
20,72	6	23,48	29	26,24	52	29	75	31,76	98
20,84	7	23,60	30	26,36	53	29,12	76	31,88	99
20,96	8	23,72	31	26,48	54	29,24	77	32	100
21,08	9	23,84	32	26,60	55	29,36	78	32,12	101
21,20	10	23,96	33	26,72	56	29,48	79	32,24	102
21,32	11	24,08	34	26,84	57	29,60	80	32,36	103
21,44	12	24,20	35	26,96	58	29,72	81	32,48	104
21,56	13	24,32	36	27,08	59	29,84	82	32,60	105
21,68	14	24,44	37	27,20	60	29,96	83	32,72	106
21,80	15	24,56	38	27,32	61	30,08	84	32,84	107
21,92	16	24,68	39	27,44	62	30,20	85	32,96	108
22,04	17	24,80	40	27,56	63	30,32	86	33,08	109
22,16	18	24,92	41	27,68	64	30,44	87	33,20	110
22,28	19	25,04	42	27,80	65	30,56	88		
22,40	20	25,16	43	27,92	66	30,68	89		
22,52	21	25,28	44	28,04	67	30,80	90		
22,64	22	25,40	45	28,16	68	30,92	91		

Hammerwerfen (5 Kilogramm)

Männer

Von 20 Meter ab zählen jede 15 Zentimeter weiter 1 Punkt
35 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
20	0	23,45	28	26,90	46	30,35	69	33,80	92
20,15	1	23,60	24	27,05	47	30,50	70	33,95	93
20,30	2	23,75	25	27,20	48	30,65	71	34,10	94
20,45	3	23,90	26	27,35	49	30,80	72	34,25	95
20,60	4	24,05	27	27,50	50	30,95	73	34,40	96
20,75	5	24,20	28	27,65	51	31,10	74	34,55	97
20,90	6	24,35	29	27,80	52	31,25	75	34,70	98
21,05	7	24,50	30	27,95	53	31,40	76	34,85	99
21,20	8	24,65	31	28,10	54	31,55	77	35	100
21,35	9	24,80	32	28,25	55	31,70	78	35,15	101
21,50	10	24,95	33	28,40	56	31,85	79	35,30	102
21,65	11	25,10	34	28,55	57	32	80	35,45	103
21,80	12	25,25	35	28,70	58	32,15	81	35,60	104
21,95	13	25,40	36	28,85	59	32,30	82	35,75	105
22,10	14	25,55	37	29	60	32,45	83	35,90	106
22,25	15	25,70	38	29,15	61	32,60	84	36,05	107
22,40	16	25,85	39	29,30	62	32,75	85	36,20	108
22,55	17	26	40	29,45	63	32,90	86	36,35	109
22,70	18	26,15	41	29,60	64	33,05	87	36,50	110
22,85	19	26,30	42	29,75	65	33,20	88		
23	20	26,45	43	29,90	66	33,35	89		
23,15	21	26,60	44	30,05	67	33,50	90		
23,30	22	26,75	45	30,20	68	33,65	91		

Steinstoßen, 15 Kilo

Männer

Von 4 Meter ab zählen jede 4 Zentimeter weiter 1 Punkt
8 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
4	0	4,92	23	5,84	46	6,76	69	7,68	92
4,04	1	4,96	24	5,88	47	6,80	70	7,72	93
4,08	2	5	25	5,92	48	6,84	71	7,76	94
4,12	3	5,04	26	5,96	49	6,88	72	7,80	95
4,16	4	5,08	27	6	50	6,92	73	7,84	96
4,20	5	5,12	28	6,04	51	6,96	74	7,88	97
4,24	6	5,16	29	6,08	52	7	75	7,92	98
4,28	7	5,20	30	6,12	53	7,04	76	7,96	99
4,32	8	5,24	31	6,16	54	7,08	77	8	100
4,36	9	5,28	32	6,20	55	7,12	78	8,04	101
4,40	10	5,32	33	6,24	56	7,16	79	8,08	102
4,44	11	5,36	34	6,28	57	7,20	80	8,12	103
4,48	12	5,40	35	6,32	58	7,24	81	8,16	104
4,52	13	5,44	36	6,36	59	7,28	82	8,20	105
4,56	14	5,48	37	6,40	60	7,32	83	8,24	106
4,60	15	5,52	38	6,44	61	7,36	84	8,28	107
4,64	16	5,56	39	6,48	62	7,40	85	8,32	108
4,68	17	5,60	40	6,52	63	7,44	86	8,36	109
4,72	18	5,64	41	6,56	64	7,48	87	8,40	110
4,76	19	5,68	42	6,60	65	7,52	88		
4,80	20	5,72	43	6,64	66	7,56	89		
4,84	21	5,76	44	6,68	67	7,60	90		
4,88	22	5,80	45	6,72	68	7,64	91		

Kugelfstoßen (7¹/₄ Kilogramm)

Männer

Von 6 Meter ab zählen jede 5 Zentimeter weiter 1 Punkt
11 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
6	0	7,15	23	8,30	46	9,45	69	10,60	92
6,05	1	7,20	24	8,35	47	9,50	70	10,65	93
6,10	2	7,25	25	8,40	48	9,55	71	10,70	94
6,15	3	7,30	26	8,45	49	9,60	72	10,75	95
6,20	4	7,35	27	8,50	50	9,65	73	10,80	96
6,25	5	7,40	28	8,55	51	9,70	74	10,85	97
6,30	6	7,45	29	8,60	52	9,75	75	10,90	98
6,35	7	7,50	30	8,65	53	9,80	76	10,95	99
6,40	8	7,55	31	8,70	54	9,85	77	11	100
6,45	9	7,60	32	8,75	55	9,90	78	11,05	101
6,50	10	7,65	33	8,80	56	9,95	79	11,10	102
6,55	11	7,70	34	8,85	57	10	80	11,15	103
6,60	12	7,75	35	8,90	58	10,05	81	11,20	104
6,65	13	7,80	36	8,95	59	10,10	82	11,25	105
6,70	14	7,85	37	9	60	10,15	83	11,30	106
6,75	15	7,90	38	9,05	61	10,20	84	11,35	107
6,80	16	7,95	39	9,10	62	10,25	85	11,40	108
6,85	17	8	40	9,15	63	10,30	86	11,45	109
6,90	18	8,05	41	9,20	64	10,35	87	11,50	110
6,95	19	8,10	42	9,25	65	10,40	88		
7	20	8,15	43	9,30	66	10,45	89		
7,05	21	8,20	44	9,35	67	10,50	90		
7,10	22	8,25	45	9,40	68	10,55	91		

50-Meter-Lauf

Frauen u. jugendliche Sportlerinnen

Von 12 Sekunden ab zählt jede 1/10-Sekunde weniger 2 Punkte
7 Sekunden = 100 Punkte

Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte
12	0	10,7	26	9,4	52	8,1	78	6,8	104
11,9	2	10,6	28	9,3	54	8	80	6,7	106
11,8	4	10,5	30	9,2	56	7,9	82	6,6	108
11,7	6	10,4	32	9,1	58	7,8	84	6,5	110
11,6	8	10,3	34	9	60	7,7	86	6,4	112
11,5	10	10,2	36	8,9	62	7,6	88	6,3	114
11,4	12	10,1	38	8,8	64	7,5	90	6,2	116
11,3	14	10	40	8,7	66	7,4	92	6,1	118
11,2	16	9,9	42	8,6	68	7,3	94	6	120
11,1	18	9,8	44	8,5	70	7,2	96		
11	20	9,7	46	8,4	72	7,1	98		
10,9	22	9,6	48	8,3	74	7	100		
10,8	24	9,5	50	8,2	76	6,9	102		

75-Meter-Lauf Frauen u. jugendliche Sportlerinnen

Von 15 Sekunden ab zählt jede $\frac{1}{10}$ -Sekunde weniger 2 Punkte
10 Sekunden = 100 Punkte

Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte
15	0	13,7	26	12,4	52	11,1	78	9,8	104
14,9	2	13,6	28	12,3	54	11	80	9,7	106
14,8	4	13,5	30	12,2	56	10,9	82	9,6	108
14,7	6	13,4	32	12,1	58	10,8	84	9,5	110
14,6	8	13,3	34	12	60	10,7	86	9,4	112
14,5	10	13,2	36	11,9	62	10,6	88	9,3	114
14,4	12	13,1	38	11,8	64	10,5	90	9,2	116
14,3	14	13	40	11,7	66	10,4	92	9,1	118
14,2	16	12,9	42	11,6	68	10,3	94	9	120
14,1	18	12,8	44	11,5	70	10,2	96		
14	20	12,7	46	11,4	72	10,1	98		
13,9	22	12,6	48	11,3	74	10	100		
13,8	24	12,5	50	11,2	76	9,9	102		

100-Meter-Lauf Frauen u. jugendliche Sportlerinnen

Von 19 Sekunden ab zählt jede $\frac{1}{10}$ -Sekunde weniger 2 Punkte
14 Sekunden = 100 Punkte

Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte
19	0	17,7	26	16,4	52	15,1	78	13,8	104
18,9	2	17,6	28	16,3	54	15	80	13,7	106
18,8	4	17,5	30	16,2	56	14,9	82	13,6	108
18,7	6	17,4	32	16,1	58	14,8	84	13,5	110
18,6	8	17,3	34	16	60	14,7	86	13,4	112
18,5	10	17,2	36	15,9	62	14,6	88	13,3	114
18,4	12	17,1	38	15,8	64	14,5	90	13,2	116
18,3	14	17	40	15,7	66	14,4	92	13,1	118
18,2	16	16,9	42	15,6	68	14,3	94	13	120
18,1	18	16,8	44	15,5	70	14,2	96		
18	20	16,7	46	15,4	72	14,1	98		
17,9	22	16,6	48	15,3	74	14	100		
17,8	24	16,5	50	15,2	76	13,9	102		

Hochsprung mit Anlauf Frauen u. jugendliche Sportlerinnen

Von 80 Zentimeter ab zählt jeder Zentimeter höher 2 Punkte
130 Zentimeter = 100 Punkte

Zentimeter	Punkte	Zentimeter	Punkte	Zentimeter	Punkte	Zentimeter	Punkte	Zentimeter	Punkte
80	0	93	26	106	52	119	78	132	104
81	2	94	28	107	54	120	80	133	106
82	4	95	30	108	56	121	82	134	108
83	6	96	32	109	58	122	84	135	110
84	8	97	34	110	60	123	86	136	112
85	10	98	36	111	62	124	88	137	114
86	12	99	38	112	64	125	90	138	116
87	14	100	40	113	66	126	92	139	118
88	16	101	42	114	68	127	94	140	120
89	18	102	44	115	70	128	96		
90	20	103	46	116	72	129	98		
91	22	104	48	117	74	130	100		
92	24	105	50	118	76	131	102		

Weitsprung mit Anlauf Frauen u. jugendliche Sportlerinnen

Von 2,70 Meter ab zählen jede 2 Zentimeter weiter 1 Punkt
4,70 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
2,70	0	3,16	23	3,62	46	4,08	69	4,54	92
2,72	1	3,18	24	3,64	47	4,10	70	4,56	93
2,74	2	3,20	25	3,66	48	4,12	71	4,58	94
2,76	3	3,22	26	3,68	49	4,14	72	4,60	95
2,78	4	3,24	27	3,70	50	4,16	73	4,62	96
2,80	5	3,26	28	3,72	51	4,18	74	4,64	97
2,82	6	3,28	29	3,74	52	4,20	75	4,66	98
2,84	7	3,30	30	3,76	53	4,22	76	4,68	99
2,86	8	3,32	31	3,78	54	4,24	77	4,70	100
2,88	9	3,34	32	3,80	55	4,26	78	4,72	101
2,90	10	3,36	33	3,82	56	4,28	79	4,74	102
2,92	11	3,38	34	3,84	57	4,30	80	4,76	103
2,94	12	3,40	35	3,86	58	4,32	81	4,78	104
2,96	13	3,42	36	3,88	59	4,34	82	4,80	105
2,98	14	3,44	37	3,90	60	4,36	83	4,82	106
3	15	3,46	38	3,92	61	4,38	84	4,84	107
3,02	16	3,48	39	3,94	62	4,40	85	4,86	108
3,04	17	3,50	40	3,96	63	4,42	86	4,88	109
3,06	18	3,52	41	3,98	64	4,44	87	4,90	110
3,08	19	3,54	42	4	65	4,46	88		
3,10	20	3,56	43	4,02	66	4,48	89		
3,12	21	3,58	44	4,04	67	4,50	90		
3,14	22	3,60	45	4,06	68	4,52	91		

Speerwerfen
(500 Gramm)
Frauen u. jugend-
liche Sportlerinnen

 Von 10 Meter ab zählen jede 20 Zentimeter weiter 1 Punkt
 30 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
10	0	14,60	23	19,20	46	23,80	69	28,40	92
10,20	1	14,80	24	19,40	47	24	70	28,60	93
10,40	2	15	25	19,60	48	24,20	71	28,80	94
10,60	3	15,20	26	19,80	49	24,40	72	29	95
10,80	4	15,40	27	20	50	24,60	73	29,20	96
11	5	15,60	28	20,20	51	24,80	74	29,40	97
11,20	6	15,80	29	20,40	52	25	75	29,60	98
11,40	7	16	30	20,60	53	25,20	76	29,80	99
11,60	8	16,20	31	20,80	54	25,40	77	30	100
11,80	9	16,40	32	21	55	25,60	78	30,20	101
12	10	16,60	33	21,20	56	25,80	79	30,40	102
12,20	11	16,80	34	21,40	57	26	80	30,60	103
12,40	12	17	35	21,60	58	26,20	81	30,80	104
12,60	13	17,20	36	21,80	59	26,40	82	31	105
12,80	14	17,40	37	22	60	26,60	83	31,20	106
13	15	17,60	38	22,20	61	26,80	84	31,40	107
13,20	16	17,80	39	22,40	62	27	85	31,60	108
13,40	17	18	40	22,60	63	27,20	86	31,80	109
13,60	18	18,20	41	22,80	64	27,40	87	32	110
13,80	19	18,40	42	23	65	27,60	88		
14	20	18,60	43	23,20	66	27,80	89		
14,20	21	18,80	44	23,40	67	28	90		
14,40	22	19	45	23,60	68	28,20	91		

Schleuderballwerfen Frauen u. jugend-
(1 1/2 Kilogramm) liche Sportlerinnen

 Von 15 Meter ab zählen jede 15 Zentimeter weiter 1 Punkt
 30 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
15	0	18,45	23	21,90	46	25,35	69	28,80	92
15,15	1	18,60	24	22,05	47	25,50	70	28,95	93
15,30	2	18,75	25	22,20	48	25,65	71	29,10	94
15,45	3	18,90	26	22,35	49	25,80	72	29,25	95
15,60	4	19,05	27	22,50	50	25,95	73	29,40	96
15,75	5	19,20	28	22,65	51	26,10	74	29,55	97
15,90	6	19,35	29	22,80	52	26,25	75	29,70	98
16,05	7	19,50	30	22,95	53	26,40	76	29,85	99
16,20	8	19,65	31	23,10	54	26,55	77	30	100
16,35	9	19,80	32	23,25	55	26,70	78	30,15	101
16,50	10	19,95	33	23,40	56	26,85	79	30,30	102
16,65	11	20,10	34	23,55	57	27	80	30,45	103
16,80	12	20,25	35	23,70	58	27,15	81	30,60	104
16,95	13	20,40	36	23,85	59	27,30	82	30,75	105
17,10	14	20,55	37	24	60	27,45	83	30,90	106
17,25	15	20,70	38	24,15	61	27,60	84	31,05	107
17,40	16	20,85	39	24,30	62	27,75	85	31,20	108
17,55	17	21	40	24,45	63	27,90	86	31,35	109
17,70	18	21,15	41	24,60	64	28,05	87	31,50	110
17,85	19	21,30	42	24,75	65	28,20	88		
18	20	21,45	43	24,90	66	28,35	89		
18,15	21	21,60	44	25,05	67	28,50	90		
18,30	22	21,75	45	25,20	68	28,65	91		

Disfuswerfen Frauen und jugendliche Sportlerinnen
(1½ Kilogramm)

Von 12 Meter ab zählen jede 10 Zentimeter weiter 1 Punkt
22 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
12	0	14,30	23	16,60	46	18,90	69	21,20	92
12,10	1	14,40	24	16,70	47	19	70	21,30	93
12,20	2	14,50	25	16,80	48	19,10	71	21,40	94
12,30	3	14,60	26	16,90	49	19,20	72	21,50	95
12,40	4	14,70	27	17	50	19,30	73	21,60	96
12,50	5	14,80	28	17,10	51	19,40	74	21,70	97
12,60	6	14,90	29	17,20	52	19,50	75	21,80	98
12,70	7	15	30	17,30	53	19,60	76	21,90	99
12,80	8	15,10	31	17,40	54	19,70	77	22	100
12,90	9	15,20	32	17,50	55	19,80	78	22,10	101
13	10	15,30	33	17,60	56	19,90	79	22,20	102
13,10	11	15,40	34	17,70	57	20	80	22,30	103
13,20	12	15,50	35	17,80	58	20,10	81	22,40	104
13,30	13	15,60	36	17,90	59	20,20	82	22,50	105
13,40	14	15,70	37	18	60	20,30	83	22,60	106
13,50	15	15,80	38	18,10	61	20,40	84	22,70	107
13,60	16	15,90	39	18,20	62	20,50	85	22,80	108
13,70	17	16	40	18,30	63	20,60	86	22,90	109
13,80	18	16,10	41	18,40	64	20,70	87	23	110
13,90	19	16,20	42	18,50	65	20,80	88		
14	20	16,30	43	18,60	66	20,90	89		
14,10	21	16,40	44	18,70	67	21	90		
14,20	22	16,50	45	18,80	68	21,10	91		

Ballweitwerfen Frauen u. jugendliche Sportlerinnen

Von 25 Meter ab zählen jede 20 Zentimeter weiter 1 Punkt
45 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
25	0	29,60	23	34,20	46	38,80	69	43,40	92
25,20	1	29,80	24	34,40	47	39	70	43,60	93
25,40	2	30	25	34,60	48	39,20	71	43,80	94
25,60	3	30,20	26	34,80	49	39,40	72	44	95
25,80	4	30,40	27	35	50	39,60	73	44,20	96
26	5	30,60	28	35,20	51	39,80	74	44,40	97
26,20	6	30,80	29	35,40	52	40	75	44,60	98
26,40	7	31	30	35,60	53	40,20	76	44,80	99
26,60	8	31,20	31	35,80	54	40,40	77	45	100
26,80	9	31,40	32	36	55	40,60	78	45,20	101
27	10	31,60	33	36,20	56	40,80	79	45,40	102
27,20	11	31,80	34	36,40	57	41	80	45,60	103
27,40	12	32	35	36,60	58	41,20	81	45,80	104
27,60	13	32,20	36	36,80	59	41,40	82	46	105
27,80	14	32,40	37	37	60	41,60	83	46,20	106
28	15	32,60	38	37,20	61	41,80	84	46,40	107
28,20	16	32,80	39	37,40	62	42	85	46,60	108
28,40	17	33	40	37,60	63	42,20	86	46,80	109
28,60	18	33,20	41	37,80	64	42,40	87	47	110
28,80	19	33,40	42	38	65	42,60	88		
29	20	33,60	43	38,20	66	42,80	89		
29,20	21	33,80	44	38,40	67	43	90		
29,40	22	34	45	38,60	68	43,20	91		

Kugelwerfen Frauen und jugendliche Sportlerinnen
(2¹/₂ Kilogramm)

Von 6 Meter ab zählen jede 10 Zentimeter weiter 1 Punkt
16 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
6	0	8,30	23	10,60	46	12,90	69	15,20	92
6,10	1	8,40	24	10,70	47	13	70	15,30	93
6,20	2	8,50	25	10,80	48	13,10	71	15,40	94
6,30	3	8,60	26	10,90	49	13,20	72	15,50	95
6,40	4	8,70	27	11	50	13,30	73	15,60	96
6,50	5	8,80	28	11,10	51	13,40	74	15,70	97
6,60	6	8,90	29	11,20	52	13,50	75	15,80	98
6,70	7	9	30	11,30	53	13,60	76	15,90	99
6,80	8	9,10	31	11,40	54	13,70	77	16	100
6,90	9	9,20	32	11,50	55	13,80	78	16,10	101
7	10	9,30	33	11,60	56	13,90	79	16,20	102
7,10	11	9,40	34	11,70	57	14	80	16,30	103
7,20	12	9,50	35	11,80	58	14,10	81	16,40	104
7,30	13	9,60	36	11,90	59	14,20	82	16,50	105
7,40	14	9,70	37	12	60	14,30	83	16,60	106
7,50	15	9,80	38	12,10	61	14,40	84	16,70	107
7,60	16	9,90	39	12,20	62	14,50	85	16,80	108
7,70	17	10	40	12,30	63	14,60	86	16,90	109
7,80	18	10,10	41	12,40	64	14,70	87	17	110
7,90	19	10,20	42	12,50	65	14,80	88		
8	20	10,30	43	12,60	66	14,90	89		
8,10	21	10,40	44	12,70	67	15	90		
8,20	22	10,50	45	12,80	68	15,10	91		

Kugelfloßen Frauen u. jugendliche Sportlerinnen
(5 Kilogramm)

Von 4 Meter ab zählen jede 4 Zentimeter weiter 1 Punkt
8 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
4	0	4,92	23	5,84	46	6,76	69	7,68	92
4,04	1	4,96	24	5,88	47	6,80	70	7,72	93
4,08	2	5	25	5,92	48	6,84	71	7,76	94
4,12	3	5,04	26	5,96	49	6,88	72	7,80	95
4,16	4	5,08	27	6	50	6,92	73	7,84	96
4,20	5	5,12	28	6,04	51	6,96	74	7,88	97
4,24	6	5,16	29	6,08	52	7	75	7,92	98
4,28	7	5,20	30	6,12	53	7,04	76	7,96	99
4,32	8	5,24	31	6,16	54	7,08	77	8	100
4,36	9	5,28	32	6,20	55	7,12	78	8,04	101
4,40	10	5,32	33	6,24	56	7,16	79	8,08	102
4,44	11	5,36	34	6,28	57	7,20	80	8,12	103
4,48	12	5,40	35	6,32	58	7,24	81	8,16	104
4,52	13	5,44	36	6,36	59	7,28	82	8,20	105
4,56	14	5,48	37	6,40	60	7,32	83	8,24	106
4,60	15	5,52	38	6,44	61	7,36	84	8,28	107
4,64	16	5,56	39	6,48	62	7,40	85	8,32	108
4,68	17	5,60	40	6,52	63	7,44	86	8,36	109
4,72	18	5,64	41	6,56	64	7,48	87	8,40	110
4,76	19	5,68	42	6,60	65	7,52	88		
4,80	20	5,72	43	6,64	66	7,56	89		
4,84	21	5,76	44	6,68	67	7,60	90		
4,88	22	5,80	45	6,72	68	7,64	91		

50-Meter-Lauf Jugendliche Sportler von 14—18 Jahren

Von 11,6 Sekunden ab zählt jede $\frac{1}{10}$ -Sekunde weniger 2 Punkte
6,6 Sekunden = 100 Punkte

Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte
11,6	0	10,3	26	9	52	7,7	78	6,4	104
11,5	2	10,2	28	8,9	54	7,6	80	6,3	106
11,4	4	10,1	30	8,8	56	7,5	82	6,2	108
11,3	6	10	32	8,7	58	7,4	84	6,1	110
11,2	8	9,9	34	8,6	60	7,3	86	6	112
11,1	10	9,8	36	8,5	62	7,2	88	5,9	114
11	12	9,7	38	8,4	64	7,1	90	5,8	116
10,9	14	9,6	40	8,3	66	7	92	5,7	118
10,8	16	9,5	42	8,2	68	6,9	94	5,6	120
10,7	18	9,4	44	8,1	70	6,8	96		
10,6	20	9,3	46	8	72	6,7	98		
10,5	22	9,2	48	7,9	74	6,6	100		
10,4	24	9,1	50	7,8	76	6,5	102		

100-Meter-Lauf Jugendliche Sportler von 14—18 Jahren

Von 17,6 Sekunden ab zählt jede $\frac{1}{10}$ Sekunde weniger 2 Punkte
12,6 Sekunden = 100 Punkte

Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte
17,6	0	16,3	26	15	52	13,7	78	12,4	104
17,5	2	16,2	28	14,9	54	13,6	80	12,3	106
17,4	4	16,1	30	14,8	56	13,5	82	12,2	108
17,3	6	16	32	14,7	58	13,4	84	12,1	110
17,2	8	15,9	34	14,6	60	13,3	86	12	112
17,1	10	15,8	36	14,5	62	13,2	88	11,9	114
17	12	15,7	38	14,4	64	13,1	90	11,8	116
16,9	14	15,6	40	14,3	66	13	92	11,7	118
16,8	16	15,5	42	14,2	68	12,9	94	11,6	120
16,7	18	15,4	44	14,1	70	12,8	96		
16,6	20	15,3	46	14	72	12,7	98		
16,5	22	15,2	48	13,9	74	12,6	100		
16,4	24	15,1	50	13,8	76	12,5	102		

200-Meter-Lauf Jugendliche Sportler von 14—18 Jahre

Von 30,6 Sekunden ab zählt jede $\frac{1}{10}$ -Sekunde weniger 2 Punkte
25,6 Sekunden = 100 Punkte

Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte
30,6	0	29,3	26	28	52	26,7	78	25,4	104
30,5	2	29,2	28	27,9	54	26,6	80	25,3	106
30,4	4	29,1	30	27,8	56	26,5	82	25,2	108
30,3	6	29	32	27,7	58	26,4	84	25,1	110
30,2	8	28,9	34	27,6	60	26,3	86	25	112
30,1	10	28,8	36	27,5	62	26,2	88	24,9	114
30	12	28,7	38	27,4	64	26,1	90	24,8	116
29,9	14	28,6	40	27,3	66	26	92	24,7	118
29,8	16	28,5	42	27,2	68	25,9	94	24,6	120
29,7	18	28,4	44	27,1	70	25,8	96		
29,6	20	28,3	46	27	72	25,7	98		
29,5	22	28,2	48	26,9	74	25,6	100		
29,4	24	28,1	50	26,8	76	25,5	102		

400-Meter-Lauf Jugendliche Sportler von 14—18 Jahre

Von 1:20 Minuten ab zählt jede $\frac{1}{10}$ -Sekunde weniger $\frac{1}{2}$ Punkt
1 Minute = 100 Punkte

Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte
1:20	0	1:16,7	16 $\frac{1}{2}$	1:13,4	33	1:10,1	49 $\frac{1}{2}$	1:06,8	66
1:19,9	$\frac{1}{2}$	1:16,6	17	1:13,3	33 $\frac{1}{2}$	1:10	50	1:06,7	66 $\frac{1}{2}$
1:19,8	1	1:16,5	17 $\frac{1}{2}$	1:13,2	34	1:09,9	50 $\frac{1}{2}$	1:06,6	67
1:19,7	1 $\frac{1}{2}$	1:16,4	18	1:13,1	34 $\frac{1}{2}$	1:09,8	51	1:06,5	67 $\frac{1}{2}$
1:19,6	2	1:16,3	18 $\frac{1}{2}$	1:13	35	1:09,7	51 $\frac{1}{2}$	1:06,4	68
1:19,5	2 $\frac{1}{2}$	1:16,2	19	1:12,9	35 $\frac{1}{2}$	1:09,6	52	1:06,3	68 $\frac{1}{2}$
1:19,4	3	1:16,1	19 $\frac{1}{2}$	1:12,8	36	1:09,5	52 $\frac{1}{2}$	1:06,2	69
1:19,3	3 $\frac{1}{2}$	1:16	20	1:12,7	36 $\frac{1}{2}$	1:09,4	53	1:06,1	69 $\frac{1}{2}$
1:19,2	4	1:15,9	20 $\frac{1}{2}$	1:12,6	37	1:09,3	53 $\frac{1}{2}$	1:06	70
1:19,1	4 $\frac{1}{2}$	1:15,8	21	1:12,5	37 $\frac{1}{2}$	1:09,2	54	1:05,9	70 $\frac{1}{2}$
1:19	5	1:15,7	21 $\frac{1}{2}$	1:12,4	38	1:09,1	54 $\frac{1}{2}$	1:05,8	71
1:18,9	5 $\frac{1}{2}$	1:15,6	22	1:12,3	38 $\frac{1}{2}$	1:09	55	1:05,7	71 $\frac{1}{2}$
1:18,8	6	1:15,5	22 $\frac{1}{2}$	1:12,2	39	1:08,9	55 $\frac{1}{2}$	1:05,6	72
1:18,7	6 $\frac{1}{2}$	1:15,4	23	1:12,1	39 $\frac{1}{2}$	1:08,8	56	1:05,5	72 $\frac{1}{2}$
1:18,6	7	1:15,3	23 $\frac{1}{2}$	1:12	40	1:08,7	56 $\frac{1}{2}$	1:05,4	73
1:18,5	7 $\frac{1}{2}$	1:15,2	24	1:11,9	40 $\frac{1}{2}$	1:08,6	57	1:05,3	73 $\frac{1}{2}$
1:18,4	8	1:15,1	24 $\frac{1}{2}$	1:11,8	41	1:08,5	57 $\frac{1}{2}$	1:05,2	74
1:18,3	8 $\frac{1}{2}$	1:15	25	1:11,7	41 $\frac{1}{2}$	1:08,4	58	1:05,1	74 $\frac{1}{2}$
1:18,2	9	1:14,9	25 $\frac{1}{2}$	1:11,6	42	1:08,3	58 $\frac{1}{2}$	1:05	75
1:18,1	9 $\frac{1}{2}$	1:14,8	26	1:11,5	42 $\frac{1}{2}$	1:08,2	59	1:04,9	75 $\frac{1}{2}$
1:18	10	1:14,7	26 $\frac{1}{2}$	1:11,4	43	1:08,1	59 $\frac{1}{2}$	1:04,8	76
1:17,9	10 $\frac{1}{2}$	1:14,6	27	1:11,3	43 $\frac{1}{2}$	1:08	60	1:04,7	76 $\frac{1}{2}$
1:17,8	11	1:14,5	27 $\frac{1}{2}$	1:11,2	44	1:07,9	60 $\frac{1}{2}$	1:04,6	77
1:17,7	11 $\frac{1}{2}$	1:14,4	28	1:11,1	44 $\frac{1}{2}$	1:07,8	61	1:04,5	77 $\frac{1}{2}$
1:17,6	12	1:14,3	28 $\frac{1}{2}$	1:11	45	1:07,7	61 $\frac{1}{2}$	1:04,4	78
1:17,5	12 $\frac{1}{2}$	1:14,2	29	1:10,9	45 $\frac{1}{2}$	1:07,6	62	1:04,3	78 $\frac{1}{2}$
1:17,4	13	1:14,1	29 $\frac{1}{2}$	1:10,8	46	1:07,5	62 $\frac{1}{2}$	1:04,2	79
1:17,3	13 $\frac{1}{2}$	1:14	30	1:10,7	46 $\frac{1}{2}$	1:07,4	63	1:04,1	79 $\frac{1}{2}$
1:17,2	14	1:13,9	30 $\frac{1}{2}$	1:10,6	47	1:07,3	63 $\frac{1}{2}$	1:04	80
1:17,1	14 $\frac{1}{2}$	1:13,8	31	1:10,5	47 $\frac{1}{2}$	1:07,2	64	1:03,9	80 $\frac{1}{2}$
1:17	15	1:13,7	31 $\frac{1}{2}$	1:10,4	48	1:07,1	64 $\frac{1}{2}$	1:03,8	81
1:16,9	15 $\frac{1}{2}$	1:13,6	32	1:10,3	48 $\frac{1}{2}$	1:07	65	1:03,7	81 $\frac{1}{2}$
1:16,8	16	1:13,5	32 $\frac{1}{2}$	1:10,2	49	1:06,9	65 $\frac{1}{2}$	1:03,6	82

Fortsetzung siehe nächste Seite.

Fortsetzung

400-Meter-Lauf

Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte
1:03,5	82 1/2	1:02,3	88 1/2	1:01,1	94 1/2	59,9	100 1/2	58,7	106 1/2
1:03,4	83	1:02,2	89	1:01	95	59,8	101	58,6	107
1:03,3	83 1/2	1:02,1	89 1/2	1:00,9	95 1/2	59,7	101 1/2	58,5	107 1/2
1:03,2	84	1:02	90	1:00,8	96	59,6	102	58,4	108
1:03,1	84 1/2	1:01,9	90 1/2	1:00,7	96 1/2	59,5	102 1/2	58,3	108 1/2
1:03	85	1:01,8	91	1:00,6	97	59,4	103	58,2	109
1:02,9	85 1/2	1:01,7	91 1/2	1:00,5	97 1/2	59,3	103 1/2	58,1	109 1/2
1:02,8	86	1:01,6	92	1:00,4	98	59,2	104	58	110
1:02,7	86 1/2	1:01,5	92 1/2	1:00,3	98 1/2	59,1	104 1/2		
1:02,6	87	1:01,4	93	1:00,2	99	59	105		
1:02,5	87 1/2	1:01,3	93 1/2	1:00,1	99 1/2	58,9	105 1/2		
1:02,4	88	1:01,2	94	1:00	100	58,8	106		

1000-Meter-Lauf Jugendl. Sportler
von 14—18 Jahren

Von 3:40 Minuten ab zählt jede $\frac{2}{10}$ -Sekunde weniger $\frac{1}{2}$ Punkt
3 Minuten = 100 Punkte

Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte
3:40	0	3:33,4	16 1/2	3:26,8	33	3:20,2	49 1/2	3:13,6	66
3:39,8	1/2	3:33,2	17	3:26,6	33 1/2	3:20	50	3:13,4	66 1/2
3:39,6	1	3:33	17 1/2	3:26,4	34	3:19,8	50 1/2	3:13,2	67
3:39,4	1 1/2	3:32,8	18	3:26,2	34 1/2	3:19,6	51	3:13	67 1/2
3:39,2	2	3:32,6	18 1/2	3:26	35	3:19,4	51 1/2	3:12,8	68
3:39	2 1/2	3:32,4	19	3:25,8	35 1/2	3:19,2	52	3:12,6	68 1/2
3:38,8	3	3:32,2	19 1/2	3:25,6	36	3:19	52 1/2	3:12,4	69
3:38,6	3 1/2	3:32	20	3:25,4	36 1/2	3:18,8	53	3:12,2	69 1/2
3:38,4	4	3:31,8	20 1/2	3:25,2	37	3:18,6	53 1/2	3:12	70
3:38,2	4 1/2	3:31,6	21	3:25	37 1/2	3:18,4	54	3:11,8	70 1/2
3:38	5	3:31,4	21 1/2	3:24,8	38	3:18,2	54 1/2	3:11,6	71
3:37,8	5 1/2	3:31,2	22	3:24,6	38 1/2	3:18	55	3:11,4	71 1/2
3:37,6	6	3:31	22 1/2	3:24,4	39	3:17,8	55 1/2	3:11,2	72
3:37,4	6 1/2	3:30,8	23	3:24,2	39 1/2	3:17,6	56	3:11	72 1/2
3:37,2	7	3:30,6	23 1/2	3:24	40	3:17,4	56 1/2	3:10,8	73
3:37	7 1/2	3:30,4	24	3:23,8	40 1/2	3:17,2	57	3:10,6	73 1/2
3:36,8	8	3:30,2	24 1/2	3:23,6	41	3:17	57 1/2	3:10,4	74
3:36,6	8 1/2	3:30	25	3:23,4	41 1/2	3:16,8	58	3:10,2	74 1/2
3:36,4	9	3:29,8	25 1/2	3:23,2	42	3:16,6	58 1/2	3:10	75
3:36,2	9 1/2	3:29,6	26	3:23	42 1/2	3:16,4	59	3:09,8	75 1/2
3:36	10	3:29,4	26 1/2	3:22,8	43	3:16,2	59 1/2	3:09,6	76
3:35,8	10 1/2	3:29,2	27	3:22,6	43 1/2	3:16	60	3:09,4	76 1/2
3:35,6	11	3:29	27 1/2	3:22,4	44	3:15,8	60 1/2	3:09,2	77
3:35,4	11 1/2	3:28,8	28	3:22,2	44 1/2	3:15,6	61	3:09	77 1/2
3:35,2	12	3:28,6	28 1/2	3:22	45	3:15,4	61 1/2	3:08,8	78
3:35	12 1/2	3:28,4	29	3:21,8	45 1/2	3:15,2	62	3:08,6	78 1/2
3:34,8	13	3:28,2	29 1/2	3:21,6	46	3:15	62 1/2	3:08,4	79
3:34,6	13 1/2	3:28	30	3:21,4	46 1/2	3:14,8	63	3:08,2	79 1/2
3:34,4	14	3:27,8	30 1/2	3:21,2	47	3:14,6	63 1/2	3:08	80
3:34,2	14 1/2	3:27,6	31	3:21	47 1/2	3:14,4	64	3:07,8	80 1/2
3:34	15	3:27,4	31 1/2	3:20,8	48	3:14,2	64 1/2	3:07,6	81
3:33,8	15 1/2	3:27,2	32	3:20,6	48 1/2	3:14	65	3:07,4	81 1/2
3:33,6	16	3:27	32 1/2	3:20,4	49	3:13,8	65 1/2	3:07,2	82

Fortsetzung siehe nächste Seite.

Fortsetzung

1000-Meter-Lauf

Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte	Minuten	Punkte
3:07	82 ^{1/2}	3:04,6	88 ^{1/2}	3:02,2	94 ^{1/2}	2:59,8	100 ^{1/2}	2:57,4	106 ^{1/2}
3:06,8	83	3:04,4	89	3:02	95	2:59,6	101	2:57,2	107
3:06,6	83 ^{1/2}	3:04,2	89 ^{1/2}	3:01,8	95 ^{1/2}	2:59,4	101 ^{1/2}	2:57	107 ^{1/2}
3:06,4	84	3:04	90	3:01,6	96	2:59,2	102	2:56,8	108
3:06,2	84 ^{1/2}	3:03,8	90 ^{1/2}	3:01,4	96 ^{1/2}	2:59	102 ^{1/2}	2:56,6	108 ^{1/2}
3:06	85	3:03,6	91	3:01,2	97	2:58,8	103	2:56,4	109
3:05,8	85 ^{1/2}	3:03,4	91 ^{1/2}	3:01	97 ^{1/2}	2:58,6	103 ^{1/2}	2:56,2	109 ^{1/2}
3:05,6	86	3:03,2	92	3:00,8	98	2:58,4	104	2:56	110
3:05,4	86 ^{1/2}	3:03	92 ^{1/2}	3:00,6	98 ^{1/2}	2:58,2	104 ^{1/2}		
3:05,2	87	3:02,8	93	3:00,4	99	2:58	105		
3:05	87 ^{1/2}	3:02,6	93 ^{1/2}	3:00,2	99 ^{1/2}	2:57,8	105 ^{1/2}		
3:04,8	88	3:02,4	94	3:00	100	2:57,6	106		

60-Meter-Hürdenlauf Jugendliche Sportler
von 14—18 Jahren

Von 16 Sekunden ab zählt jede ¹/₁₀ Sekunde weniger 2 Punkte
11 Sekunden = 100 Punkte

Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte
16	0	14,7	26	13,4	52	12,1	78	10,8	104
15,9	2	14,6	28	13,3	54	12	80	10,7	106
15,8	4	14,5	30	13,2	56	11,9	82	10,6	108
15,7	6	14,4	32	13,1	58	11,8	84	10,5	110
15,6	8	14,3	34	13	60	11,7	86	10,4	112
15,5	10	14,2	36	12,9	62	11,6	88	10,3	114
15,4	12	14,1	38	12,8	64	11,5	90	10,2	116
15,3	14	14	40	12,7	66	11,4	92	10,1	118
15,2	16	13,9	42	12,6	68	11,3	94	10	120
15,1	18	13,8	44	12,5	70	11,2	96		
15	20	13,7	46	12,4	72	11,1	98		
14,9	22	13,6	48	12,3	74	11	100		
14,8	24	13,5	50	12,2	76	10,9	102		

Hochsprung aus dem Stand

Jugendl. Sportler
von 14—18 Jahre

Von 70 Zentimeter ab zählt jeder Zentimeter höher 2 Punkte
120 Zentimeter = 100 Punkte

Zentimeter	Punkte	Zentimeter	Punkte	Zentimeter	Punkte	Zentimeter	Punkte	Zentimeter	Punkte
70	0	85	30	100	60	115	90	130	120
71	2	86	32	101	62	116	92	131	122
72	4	87	34	102	64	117	94	132	124
73	6	88	36	103	66	118	96	133	126
74	8	89	38	104	68	119	98	134	128
75	10	90	40	105	70	120	100	135	130
76	12	91	42	106	72	121	102	136	132
77	14	92	44	107	74	122	104	137	134
78	16	93	46	108	76	123	106	138	136
79	18	94	48	109	78	124	108	139	138
80	20	95	50	110	80	125	110	140	140
81	22	96	52	111	82	126	112		
82	24	97	54	112	84	127	114		
83	26	98	56	113	86	128	116		
84	28	99	58	114	88	129	118		

Hochsprung mit Anlauf

Jugendl. Sportler
von 14—18 J.

Von 100 Zentimeter ab zählt jeder Zentimeter höher 2 Punkte
1,50 Meter = 100 Punkte

Zentimeter	Punkte	Zentimeter	Punkte	Zentimeter	Punkte	Zentimeter	Punkte	Zentimeter	Punkte
100	0	114	28	128	56	142	84	156	112
101	2	115	30	129	58	143	86	157	114
102	4	116	32	130	60	144	88	158	116
103	6	117	34	131	62	145	90	159	118
104	8	118	36	132	64	146	92	160	120
105	10	119	38	133	66	147	94	161	122
106	12	120	40	134	68	148	96	162	124
107	14	121	42	135	70	149	98	163	126
108	16	122	44	136	72	150	100	164	128
109	18	123	46	137	74	151	102	165	130
110	20	124	48	138	76	152	104		
111	22	125	50	139	78	153	106		
112	24	126	52	140	80	154	108		
113	26	127	54	141	82	155	110		

Weißsprung aus dem Stand

Jugendliche Sportler
von 14—18 JahreVon 1,60 Meter ab zählt jeder Zentimeter weiter 1 Punkt
2,60 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
1,60	0	1,83	23	2,06	46	2,29	69	2,52	92
1,61	1	1,84	24	2,07	47	2,30	70	2,53	93
1,62	2	1,85	25	2,08	48	2,31	71	2,54	94
1,63	3	1,86	26	2,09	49	2,32	72	2,55	95
1,64	4	1,87	27	2,10	50	2,33	73	2,56	96
1,65	5	1,88	28	2,11	51	2,34	74	2,57	97
1,66	6	1,89	29	2,12	52	2,35	75	2,58	98
1,67	7	1,90	30	2,13	53	2,36	76	2,59	99
1,68	8	1,91	31	2,14	54	2,37	77	2,60	100
1,69	9	1,92	32	2,15	55	2,38	78	2,61	101
1,70	10	1,93	33	2,16	56	2,39	79	2,62	102
1,71	11	1,94	34	2,17	57	2,40	80	2,63	103
1,72	12	1,95	35	2,18	58	2,41	81	2,64	104
1,73	13	1,96	36	2,19	59	2,42	82	2,65	105
1,74	14	1,97	37	2,20	60	2,43	83	2,66	106
1,75	15	1,98	38	2,21	61	2,44	84	2,67	107
1,76	16	1,99	39	2,22	62	2,45	85	2,68	108
1,77	17	2	40	2,23	63	2,46	86	2,69	109
1,78	18	2,01	41	2,24	64	2,47	87	2,70	110
1,79	19	2,02	42	2,25	65	2,48	88		
1,80	20	2,03	43	2,26	66	2,49	89		
1,81	21	2,04	44	2,27	67	2,50	90		
1,82	22	2,05	45	2,28	68	2,51	91		

Weißsprung mit Anlauf
Jugendliche Sportler
von 14—18 JahrenVon 3,50 Meter ab zählen jede 2 Zentimeter weiter 1 Punkt
5,50 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
3,50	0	3,96	23	4,42	46	4,88	69	5,34	92
3,52	1	3,98	24	4,44	47	4,90	70	5,36	93
3,54	2	4	25	4,46	48	4,92	71	5,38	94
3,56	3	4,02	26	4,48	49	4,94	72	5,40	95
3,58	4	4,04	27	4,50	50	4,96	73	5,42	96
3,60	5	4,06	28	4,52	51	4,98	74	5,44	97
3,62	6	4,08	29	4,54	52	5	75	5,46	98
3,64	7	4,10	30	4,56	53	5,02	76	5,48	99
3,66	8	4,12	31	4,58	54	5,04	77	5,50	100
3,68	9	4,14	32	4,60	55	5,06	78	5,52	101
3,70	10	4,16	33	4,62	56	5,08	79	5,54	102
3,72	11	4,18	34	4,64	57	5,10	80	5,56	103
3,74	12	4,20	35	4,66	58	5,12	81	5,58	104
3,76	13	4,22	36	4,68	59	5,14	82	5,60	105
3,78	14	4,24	37	4,70	60	5,16	83	5,62	106
3,80	15	4,26	38	4,72	61	5,18	84	5,64	107
3,82	16	4,28	39	4,74	62	5,20	85	5,66	108
3,84	17	4,30	40	4,76	63	5,22	86	5,68	109
3,86	18	4,32	41	4,78	64	5,24	87	5,70	110
3,88	19	4,34	42	4,80	65	5,26	88		
3,90	20	4,36	43	4,82	66	5,28	89		
3,92	21	4,38	44	4,84	67	5,30	90		
3,94	22	4,40	45	4,86	68	5,32	91		

Distuswerfen Jugendliche Sportler
(1½ Kilogramm) von 14—18 Jahren

Von 17 Meter ab zählen jede 15 Zentimeter weiter 1 Punkt
32 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
17	0	20,45	23	23,90	46	27,35	69	30,80	92
17,15	1	20,60	24	24,05	47	27,50	70	30,95	93
17,30	2	20,75	25	24,20	48	27,65	71	31,10	94
17,45	3	20,90	26	24,35	49	27,80	72	31,25	95
17,60	4	21,05	27	24,50	50	27,95	73	31,40	96
17,75	5	21,20	28	24,65	51	28,10	74	31,55	97
17,90	6	21,35	29	24,80	52	28,25	75	31,70	98
18,05	7	21,50	30	24,95	53	28,40	76	31,85	99
18,20	8	21,65	31	25,10	54	28,55	77	32	100
18,35	9	21,80	32	25,25	55	28,70	78	32,15	101
18,50	10	21,95	33	25,40	56	28,85	79	32,30	102
18,65	11	22,10	34	25,55	57	29	80	32,45	103
18,80	12	22,25	35	25,70	58	29,15	81	32,60	104
18,95	13	22,40	36	25,85	59	29,30	82	32,75	105
19,10	14	22,55	37	26	60	29,45	83	32,90	106
19,25	15	22,70	38	26,15	61	29,60	84	33,05	107
19,40	16	22,85	39	26,30	62	29,75	85	33,20	108
19,55	17	23	40	26,45	63	29,90	86	33,35	109
19,70	18	23,15	41	26,60	64	30,05	87	33,50	110
19,85	19	23,30	42	26,75	65	30,20	88		
20	20	23,45	43	26,90	66	30,35	89		
20,15	21	23,60	44	27,05	67	30,50	90		
20,30	22	23,75	45	27,20	68	30,65	91		

Speerwerfen Jugendliche Sportler
(500 Gramm) von 14—18 Jahren

Von 20 Meter ab zählen jede 20 Zentimeter weiter 1 Punkt
40 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
20	0	24,60	23	29,20	46	33,80	69	38,40	92
20,20	1	24,80	24	29,40	47	34	70	38,60	93
20,40	2	25	25	29,60	48	34,20	71	38,80	94
20,60	3	25,20	26	29,80	49	34,40	72	39	95
20,80	4	25,40	27	30	50	34,60	73	39,20	96
21	5	25,60	28	30,20	51	34,80	74	39,40	97
21,20	6	25,80	29	30,40	52	35	75	39,60	98
21,40	7	26	30	30,60	53	35,20	76	39,80	99
21,60	8	26,20	31	30,80	54	35,40	77	40	100
21,80	9	26,40	32	31	55	35,60	78	40,20	101
22	10	26,60	33	31,20	56	35,80	79	40,40	102
22,20	11	26,80	34	31,40	57	36	80	40,60	103
22,40	12	27	35	31,60	58	36,20	81	40,80	104
22,60	13	27,20	36	31,80	59	36,40	82	41	105
22,80	14	27,40	37	32	60	36,60	83	41,20	106
23	15	27,60	38	32,20	61	36,80	84	41,40	107
23,20	16	27,80	39	32,40	62	37	85	41,60	108
23,40	17	28	40	32,60	63	37,20	86	41,80	109
23,60	18	28,20	41	32,80	64	37,40	87	42	110
23,80	19	28,40	42	33	65	37,60	88		
24	20	28,60	43	33,20	66	37,80	89		
24,20	21	28,80	44	33,40	67	38	90		
24,40	22	29	45	33,60	68	38,20	91		

Kugelwerfen (2 1/2 Kilogramm)**Jugendliche Sportler
von 14—18 Jahre**Von 15 Meter ab zählen jede 5 Zentimeter weiter 1 Punkt
20 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
15	0	16,15	23	17,30	46	18,45	69	19,60	92
15,05	1	16,20	24	17,35	47	18,50	70	19,65	93
15,10	2	16,25	25	17,40	48	18,55	71	19,70	94
15,15	3	16,30	26	17,45	49	18,60	72	19,75	95
15,20	4	16,35	27	17,50	50	18,65	73	19,80	96
15,25	5	16,40	28	17,55	51	18,70	74	19,85	97
15,30	6	16,45	29	17,60	52	18,75	75	19,90	98
15,35	7	16,50	30	17,65	53	18,80	76	19,95	99
15,40	8	16,55	31	17,70	54	18,85	77	20	100
15,45	9	16,60	32	17,75	55	18,90	78	20,05	101
15,50	10	16,65	33	17,80	56	18,95	79	20,10	102
15,55	11	16,70	34	17,85	57	19	80	20,15	103
15,60	12	16,75	35	17,90	58	19,05	81	20,20	104
15,65	13	16,80	36	17,95	59	19,10	82	20,25	105
15,70	14	16,85	37	18	60	19,15	83	20,30	106
15,75	15	16,90	38	18,05	61	19,20	84	20,35	107
15,80	16	16,95	39	18,10	62	19,25	85	20,40	108
15,85	17	17	40	18,15	63	19,30	86	20,45	109
15,90	18	17,05	41	18,20	64	19,35	87	20,50	110
15,95	19	17,10	42	18,25	65	19,40	88		
16	20	17,15	43	18,30	66	19,45	89		
16,05	21	17,20	44	18,35	67	19,50	90		
16,10	22	17,25	45	18,40	68	19,55	91		

Kugelstoßen (5 Kilogramm) Jugendliche Sportler
von 14—18 JahrenVon 5 Meter ab zählen jede 6 Zentimeter weiter 1 Punkt
11 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
5	0	6,38	23	7,76	46	9,14	69	10,52	92
5, 6	1	6,44	24	7,82	47	9,20	70	10,58	93
5,12	2	6,50	25	7,88	48	9,26	71	10,64	94
5,18	3	6,56	26	7,94	49	9,32	72	10,70	95
5,24	4	6,62	27	8	50	9,38	73	10,76	96
5,30	5	6,68	28	8,06	51	9,44	74	10,82	97
5,36	6	6,74	29	8,12	52	9,50	75	10,88	98
5,42	7	6,80	30	8,18	53	9,56	76	10,94	99
5,48	8	6,86	31	8,24	54	9,62	77	11	100
5,54	9	6,92	32	8,30	55	9,68	78	11,06	101
5,60	10	6,98	33	8,36	56	9,74	79	11,12	102
5,66	11	7,04	34	8,42	57	9,80	80	11,18	103
5,72	12	7,10	35	8,48	58	9,86	81	11,24	104
5,78	13	7,16	36	8,54	59	9,92	82	11,30	105
5,84	14	7,22	37	8,60	60	9,98	83	11,36	106
5,90	15	7,28	38	8,66	61	10,04	84	11,42	107
5,96	16	7,34	39	8,72	62	10,10	85	11,48	108
6,02	17	7,40	40	8,78	63	10,16	86	11,54	109
6,08	18	7,46	41	8,84	64	10,22	87	11,60	110
6,14	19	7,52	42	8,90	65	10,28	88		
6,20	20	7,58	43	8,96	66	10,34	89		
6,26	21	7,64	44	9,02	67	10,40	90		
6,32	22	7,70	45	9,08	68	10,46	91		

Hammerwerfen Jugendliche Sportler (5 Kilogramm) von 14—18 Jahren

Von 10 Meter ab zählen jede 15 Zentimeter weiter 1 Punkt
25 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
10	0	13,45	23	16,90	46	20,35	69	23,80	92
10,15	1	13,60	24	17,05	47	20,50	70	23,95	93
10,30	2	13,75	25	17,20	48	20,65	71	24,10	94
10,45	3	13,90	26	17,35	49	20,80	72	24,25	95
10,60	4	14,05	27	17,50	50	20,95	73	24,40	96
10,75	5	14,20	28	17,65	51	21,10	74	24,55	97
10,90	6	14,35	29	17,80	52	21,25	75	24,70	98
11,05	7	14,50	30	17,95	53	21,40	76	24,85	99
11,20	8	14,65	31	18,10	54	21,55	77	25	100
11,35	9	14,80	32	18,25	55	21,70	78	25,15	101
11,50	10	14,95	33	18,40	56	21,85	79	25,30	102
11,65	11	15,10	34	18,55	57	22	80	25,45	103
11,80	12	15,25	35	18,70	58	22,15	81	25,60	104
11,95	13	15,40	36	18,85	59	22,30	82	25,75	105
12,10	14	15,55	37	19	60	22,45	83	25,90	106
12,25	15	15,70	38	19,15	61	22,60	84	26,05	107
12,40	16	15,85	39	19,30	62	22,75	85	26,20	108
12,55	17	16	40	19,45	63	22,90	86	26,35	109
12,70	18	16,15	41	19,60	64	23,05	87	26,50	110
12,85	19	16,30	42	19,75	65	23,20	88		
13	20	16,45	43	19,90	66	23,35	89		
13,15	21	16,60	44	20,05	67	23,50	90		
13,30	22	16,75	45	20,20	68	23,65	91		

Schleuderballwerfen Jugendliche Sportler (1½ Kilogramm) von 14—18 Jahren

Von 20 Meter ab zählen jede 20 Zentimeter weiter 1 Punkt
40 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
20	0	24,60	23	29,20	46	33,80	69	38,40	92
20,20	1	24,80	24	29,40	47	34	70	38,60	93
20,40	2	25	25	29,60	48	34,20	71	38,80	94
20,60	3	25,20	26	29,80	49	34,40	72	39	95
20,80	4	25,40	27	30	50	34,60	73	39,20	96
21	5	25,60	28	30,20	51	34,80	74	39,40	97
21,20	6	25,80	29	30,40	52	35	75	39,60	98
21,40	7	26	30	30,60	53	35,20	76	39,80	99
21,60	8	26,20	31	30,80	54	35,40	77	40	100
21,80	9	26,40	32	31	55	35,60	78	40,20	101
22	10	26,60	33	31,20	56	35,80	79	40,40	102
22,20	11	26,80	34	31,40	57	36	80	40,60	103
22,40	12	27	35	31,60	58	36,20	81	40,80	104
22,60	13	27,20	36	31,80	59	36,40	82	41	105
22,80	14	27,40	37	32	60	36,60	83	41,20	106
23	15	27,60	38	32,20	61	36,80	84	41,40	107
23,20	16	27,80	39	32,40	62	37	85	41,60	108
23,40	17	28	40	32,60	63	37,20	86	41,80	109
23,60	18	28,20	41	32,80	64	37,40	87	42	110
23,80	19	28,40	42	33	65	37,60	88		
24	20	28,60	43	33,20	66	37,80	89		
24,20	21	28,80	44	33,40	67	38	90		
24,40	22	29	45	33,60	68	38,20	91		

Ballweitwerfen Jugendliche Sportler von 14—18 Jahren

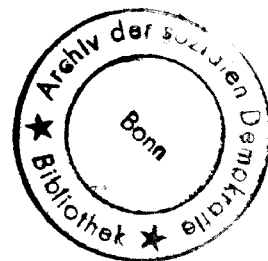
Von 40 Meter ab zählen jede 25 Zentimeter weiter 1 Punkt
65 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
40	0	45,75	23	51,50	46	57,25	69	63	92
40,25	1	46	24	51,75	47	57,50	70	63,25	93
40,50	2	46,25	25	52	48	57,75	71	63,50	94
40,75	3	46,50	26	52,25	49	58	72	63,75	95
41	4	46,75	27	52,50	50	58,25	73	64	96
41,25	5	47	28	52,75	51	58,50	74	64,25	97
41,50	6	47,25	29	53	52	58,75	75	64,50	98
41,75	7	47,50	30	53,25	53	59	76	64,75	99
42	8	47,75	31	53,50	54	59,25	77	65	100
42,25	9	48	32	53,75	55	59,50	78	65,25	101
42,50	10	48,25	33	54	56	59,75	79	65,50	102
42,75	11	48,50	34	54,25	57	60	80	65,75	103
43	12	48,75	35	54,50	58	60,25	81	66	104
43,25	13	49	36	54,75	59	60,50	82	66,25	105
43,50	14	49,25	37	55	60	60,75	83	66,50	106
43,75	15	49,50	38	55,25	61	61	84	66,75	107
44	16	49,75	39	55,50	62	61,25	85	67	108
44,25	17	50	40	55,75	63	61,50	86	67,25	109
44,50	18	50,25	41	56	64	61,75	87	67,50	110
44,75	19	50,50	42	56,25	65	62	88		
45	20	50,75	43	56,50	66	62,25	89		
45,25	21	51	44	56,75	67	62,50	90		
45,50	22	51,25	45	57	68	62,75	91		

50-Meter-Lauf Knaben und Mädchen von 12—14 Jahren

Von 13 Sekunden ab zählt jede $\frac{1}{10}$ -Sekunde weniger 2 Punkte
8 Sekunden = 100 Punkte

Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte
13	0	11,7	26	10,4	52	9,1	78	7,8	104
12,9	2	11,6	28	10,3	54	9	80	7,7	106
12,8	4	11,5	30	10,2	56	8,9	82	7,6	108
12,7	6	11,4	32	10,1	58	8,8	84	7,5	110
12,6	8	11,3	34	10	60	8,7	86	7,4	112
12,5	10	11,2	36	9,9	62	8,6	88	7,3	114
12,4	12	11,1	38	9,8	64	8,5	90	7,2	116
12,3	14	11	40	9,7	66	8,4	92	7,1	118
12,2	16	10,9	42	9,6	68	8,3	94	7	120
12,1	18	10,8	44	9,5	70	8,2	96		
12	20	10,7	46	9,4	72	8,1	98		
11,9	22	10,6	48	9,3	74	8	100		
11,8	24	10,5	50	9,2	76	7,9	102		



75-Meter-LaufKnaben u. Mädchen
von 12—14 JahreVon 16 Sekunden ab zählt jede $\frac{1}{10}$ -Sekunde weniger 2 Punkte
11 Sekunden = 100 Punkte

Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte
16	0	14,7	26	13,4	52	12,1	78	10,8	104
15,9	2	14,6	28	13,3	54	12	80	10,7	106
15,8	4	14,5	30	13,2	56	11,9	82	10,6	108
15,7	6	14,4	32	13,1	58	11,8	84	10,5	110
15,6	8	14,3	34	13	60	11,7	86	10,4	112
15,5	10	14,2	36	12,9	62	11,6	88	10,3	114
15,4	12	14,1	38	12,8	64	11,5	90	10,2	116
15,3	14	14	40	12,7	66	11,4	92	10,1	118
15,2	16	13,9	42	12,6	68	11,3	94	10	120
15,1	18	13,8	44	12,5	70	11,2	96		
15	20	13,7	46	12,4	72	11,1	98		
14,9	22	13,6	48	12,3	74	11	100		
14,8	24	13,5	50	12,2	76	10,9	102		

Hochsprung mit Anlauf Knaben u. Mädchen
von 12—14 JahrenVon 70 Zentimeter ab zählt jeder Zentimeter höher 2 Punkte
120 Zentimeter = 100 Punkte

Zentimeter	Punkte	Zentimeter	Punkte	Zentimeter	Punkte	Zentimeter	Punkte	Zentimeter	Punkte
70	0	83	26	96	52	109	78	122	104
71	2	84	28	97	54	110	80	123	106
72	4	85	30	98	56	111	82	124	108
73	6	86	32	99	58	112	84	125	110
74	8	87	34	100	60	113	86	126	112
75	10	88	36	101	62	114	88	127	114
76	12	89	38	102	64	115	90	128	116
77	14	90	40	103	66	116	92	129	118
78	16	91	42	104	68	117	94	130	120
79	18	92	44	105	70	118	96		
80	20	93	46	106	72	119	98		
81	22	94	48	107	74	120	100		
82	24	95	50	108	76	121	102		

Weitsprung mit Anlauf

Knaben und Mädchen
von 12 — 14 JahrenVon 2 Meter ab zählen jede 2 Zentimeter weiter 1 Punkt
4 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
2	0	2,46	23	2,92	46	3,38	69	3,84	92
2,02	1	2,48	24	2,94	47	3,40	70	3,86	93
2,04	2	2,50	25	2,96	48	3,42	71	3,88	94
2,06	3	2,52	26	2,98	49	3,44	72	3,90	95
2,08	4	2,54	27	3	50	3,46	73	3,92	96
2,10	5	2,56	28	3,02	51	3,48	74	3,94	97
2,12	6	2,58	29	3,04	52	3,50	75	3,96	98
2,14	7	2,60	30	3,06	53	3,52	76	3,98	99
2,16	8	2,62	31	3,08	54	3,54	77	4	100
2,18	9	2,64	32	3,10	55	3,56	78	4,02	101
2,20	10	2,66	33	3,12	56	3,58	79	4,04	102
2,22	11	2,68	34	3,14	57	3,60	80	4,06	103
2,24	12	2,70	35	3,16	58	3,62	81	4,08	104
2,26	13	2,72	36	3,18	59	3,64	82	4,10	105
2,28	14	2,74	37	3,20	60	3,66	83	4,12	106
2,30	15	2,76	38	3,22	61	3,68	84	4,14	107
2,32	16	2,78	39	3,24	62	3,70	85	4,16	108
2,34	17	2,80	40	3,26	63	3,72	86	4,18	109
2,36	18	2,82	41	3,28	64	3,74	87	4,20	110
2,38	19	2,84	42	3,30	65	3,76	88		
2,40	20	2,86	43	3,32	66	3,78	89		
2,42	21	2,88	44	3,34	67	3,80	90		
2,44	22	2,90	45	3,36	68	3,82	91		

Ballweitswurf

Knaben von
12—14 Jahren.Von 30 Meter ab zählen jede 20 Zentimeter weiter 1 Punkt
50 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
30	0	34,60	23	39,20	46	43,80	69	48,40	92
30,20	1	34,80	24	39,40	47	44	70	48,60	93
30,40	2	35	25	39,60	48	44,20	71	48,80	94
30,60	3	35,20	26	39,80	49	44,40	72	49	95
30,80	4	35,40	27	40	50	44,60	73	49,20	96
31	5	35,60	28	40,20	51	44,80	74	49,40	97
31,20	6	35,80	29	40,40	52	45	75	49,60	98
31,40	7	36	30	40,60	53	45,20	76	49,80	99
31,60	8	36,20	31	40,80	54	45,40	77	50	100
31,80	9	36,40	32	41	55	45,60	78	50,20	101
32	10	36,60	33	41,20	56	45,80	79	50,40	102
32,20	11	36,80	34	41,40	57	46	80	50,60	103
32,40	12	37	35	41,60	58	46,20	81	50,80	104
32,60	13	37,20	36	41,80	59	46,40	82	51	105
32,80	14	37,40	37	42	60	46,60	83	51,20	106
33	15	37,60	38	42,20	61	46,80	84	51,40	107
33,20	16	37,80	39	42,40	62	47	85	51,60	108
33,40	17	38	40	42,60	63	47,20	86	51,80	109
33,60	18	38,20	41	42,80	64	47,40	87	52	110
33,80	19	38,40	42	43	65	47,60	88		
34	20	38,60	43	43,20	66	47,80	89		
34,20	21	38,80	44	43,40	67	48	90		
34,40	22	39	45	43,60	68	48,20	91		

BallweitwurfMädchen von
12—14 JahrenVon 15 Meter ab zählen jede 25 Zentimeter weiter 1 Punkt
40 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
15	0	20,75	23	26,50	46	32,25	69	38	92
15,25	1	21	24	26,75	47	32,50	70	38,25	93
15,50	2	21,25	25	27	48	32,75	71	38,50	94
15,75	3	21,50	26	27,25	49	33	72	38,75	95
16	4	21,75	27	27,50	50	33,25	73	39	96
16,25	5	22	28	27,75	51	33,50	74	39,25	97
16,50	6	22,25	29	28	52	33,75	75	39,50	98
16,75	7	22,50	30	28,25	53	34	76	39,75	99
17	8	22,75	31	28,50	54	34,25	77	40	100
17,25	9	23	32	28,75	55	34,50	78	40,25	101
17,50	10	23,25	33	29	56	34,75	79	40,50	102
17,75	11	23,50	34	29,25	57	35	80	40,75	103
18	12	23,75	35	29,50	58	35,25	81	41	104
18,25	13	24	36	29,75	59	35,50	82	41,25	105
18,50	14	24,25	37	30	60	35,75	83	41,50	106
18,75	15	24,50	38	30,25	61	36	84	41,75	107
19	16	24,75	39	30,50	62	36,25	85	42	108
19,25	17	25	40	30,75	63	36,50	86	42,25	109
19,50	18	25,25	41	31	64	36,75	87	42,50	110
19,75	19	25,50	42	31,25	65	37	88		
20	20	25,75	43	31,50	66	37,25	89		
20,25	21	26	44	31,75	67	37,50	90		
20,50	22	26,25	45	32	68	37,75	91		

Schleuderballwerfen
(1 Kilogramm)Knaben von
12—14 J.Von 15 Meter ab zählen jede 20 Zentimeter weiter 1 Punkt
35 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
15	0	19,60	23	24,20	46	28,80	69	33,40	92
15 20	1	19,80	24	24,40	47	29	70	33,60	93
15,40	2	20	25	24,60	48	29,20	71	33,80	94
15,60	3	20,20	26	24,80	49	29,40	72	34	95
15,80	4	20,40	27	25	50	29,60	73	34,20	96
16	5	20,60	28	25,20	51	29,80	74	34,40	97
16,20	6	20,80	29	25,40	52	30	75	34,60	98
16,40	7	21	30	25,60	53	30,20	76	34,80	99
16,60	8	21,20	31	25,80	54	30,40	77	35	100
16,80	9	21,40	32	26	55	30,60	78	35,20	101
17	10	21,60	33	26,20	56	30,80	79	35,40	102
17,20	11	21,80	34	26,40	57	31	80	35,60	103
17,40	12	22	35	26,60	58	31,20	81	35 80	104
17,60	13	22,20	36	26,80	59	31,40	82	36	105
17,80	14	22,40	37	27	60	31,60	83	36,20	106
18	15	22,60	38	27,20	61	31,80	84	36,40	107
18,20	16	22,80	39	27,40	62	32	85	36,60	108
18,40	17	23	40	27,60	63	32,20	86	36,80	109
18,60	18	23,20	41	27,80	64	32,40	87	37	110
18,80	19	23,40	42	28	65	32,60	88		
19	20	23,60	43	28,20	66	32,80	89		
19,20	21	23,80	44	28,40	67	33	90		
19,40	22	24	45	28,60	68	33,20	91		

GerwerfenKnaben von 12
bis 14 JahrenVon 10 Meter ab zählen jede 15 Zentimeter weiter 1 Punkt
25 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
10	0	13,45	23	16,90	46	20,35	69	23,80	92
10,15	1	13,60	24	17,05	47	20,50	70	23,95	93
10,30	2	13,75	25	17,20	48	20,65	71	24,10	94
10,45	3	13,90	26	17,35	49	20,80	72	24,25	95
10,60	4	14,05	27	17,50	50	20,95	73	24,40	96
10,75	5	14,20	28	17,65	51	21,10	74	24,55	97
10,90	6	14,35	29	17,80	52	21,25	75	24,70	98
11,05	7	14,50	30	17,95	53	21,40	76	24,85	99
11,20	8	14,65	31	18,10	54	21,55	77	25	100
11,35	9	14,80	32	18,25	55	21,70	78	25,15	101
11,50	10	14,95	33	18,40	56	21,85	79	25,30	102
11,65	11	15,10	34	18,55	57	22	80	25,45	103
11,80	12	15,25	35	18,70	58	22,15	81	25,60	104
11,95	13	15,40	36	18,85	59	22,30	82	25,75	105
12,10	14	15,55	37	19	60	22,45	83	25,90	106
12,25	15	15,70	38	19,15	61	22,60	84	26,05	107
12,40	16	15,85	39	19,30	62	22,75	85	26,20	108
12,55	17	16	40	19,45	63	22,90	86	26,35	109
12,70	18	16,15	41	19,60	64	23,05	87	26,50	110
12,85	19	16,30	42	19,75	65	23,20	88		
13	20	16,45	43	19,90	66	23,35	89		
13,15	21	16,60	44	20,05	67	23,50	90		
13,30	22	16,75	45	20,20	68	23,65	91		

Kugelfstoßen Knaben und Mädchen
(2 1/2 Kilogramm) von 12—14 JahrenVon 5 Meter ab zählen jede 5 Zentimeter weiter 1 Punkt
10 Meter = 100 Punkte

Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte	Meter	Punkte
5	0	6,15	23	7,30	46	8,45	69	9,60	92
5,05	1	6,20	24	7,35	47	8,50	70	9,65	93
5,10	2	6,25	25	7,40	48	8,55	71	9,70	94
5,15	3	6,30	26	7,45	49	8,60	72	9,75	95
5,20	4	6,35	27	7,50	50	8,65	73	9,80	96
5,25	5	6,40	28	7,55	51	8,70	74	9,85	97
5,30	6	6,45	29	7,60	52	8,75	75	9,90	98
5,35	7	6,50	30	7,65	53	8,80	76	9,95	99
5,40	8	6,55	31	7,70	54	8,85	77	10	100
5,45	9	6,60	32	7,75	55	8,90	78	10,05	101
5,50	10	6,65	33	7,80	56	8,95	79	10,10	102
5,55	11	6,70	34	7,85	57	9	80	10,15	103
5,60	12	6,75	35	7,90	58	9,05	81	10,20	104
5,65	13	6,80	36	7,95	59	9,10	82	10,25	105
5,70	14	6,85	37	8	60	9,15	83	10,30	106
5,75	15	6,90	38	8,05	61	9,20	84	10,35	107
5,80	16	6,95	39	8,10	62	9,25	85	10,40	108
5,85	17	7	40	8,15	63	9,30	86	10,45	109
5,90	18	7,05	41	8,20	64	9,35	87	10,50	110
5,95	19	7,10	42	8,25	65	9,40	88		
6	20	7,15	43	8,30	66	9,45	89		
6,05	21	7,20	44	8,35	67	9,50	90		
6,10	22	7,25	45	8,40	68	9,55	91		

Notizen

Notizen

Notizen



Sport-
Artikel!

nur gute Qualitäten
kauft man im
Arbeiter-Turn-Verlag A.G.
Leipzig, Fichtestr. 36.



Inhaltsverzeichnis.

	Seite
Zur Einführung	3
Der Kampfrichter bei leichtathletischen Wettkämpfen	5
Ein ganzer Kerl sein!	6
Pünktlichkeit ist eine Zier	6
Sei ehrlich und gerecht	8
Der Kampfrichter als Erzieher	9
Die Bibel der Kampfrichter	12
Die Schule des Kampfrichters	13
Von der Arbeit und vom Handwerkszeug	16
Die 400-Meter-Laufbahn	22
Die Wertungslisten	23
Wertungsliste für den leichtathletischen Mehrkampf	25
Wertungsliste für leichtathletische Einzelwettkämpfe	26
Seitenzahlangabe der Wertungs-Tabellen	27
Berechnungstabellen	33—107
Für Notizen	108—110