

Schweizer Meisterschaften Halle / Championnats suisses en salle

Männer / Hommes				Frauen / Femmes			
Hauptlimite / Limite principale		Nebenlimite / Limite		Hauptlimite / Limite principale		Nebendisziplin / Limite	
		50m	6.20			50m	7.00
60m	7.20			60m	8.10		
		100m	11.20			100m	12.70
200m	22.50			200m	26.20		
400m	50.00			400m	61.00		
		400m H	58.00			400mH	70.00
800m	1:57.00			800m	2:24.00		
		1500m	4:07.00			1500m	5:05.00
		800m	1:57.00				
1500m	4:07.00						
		1500m	4:07.00			1500m	5:05.00
3000m	8:50.00			3000m	11:00.00		
		5'000m	15:30.00			5000m	20:00.00
		3'000m St	11:00.00				
		50mH	7.80			50mH	8.30
60mH	9.00			60mH	9.50		
		110mH	15.70			100mH	15.70
Hoch	1.95			Hoch	1.60		
Stab	4.50			Stab	3.10		
Weit	6.80			Weit	5.40		
Drei	13.20			Drei	11.00		
Kugel	13.20			Kugel	11.60		

Hinweis / remarque:

Die oben verlangten Limiten müssen **2010, 2009 oder 2008** bis zum Meldeschluss erfüllt sein.
Les limites susmentionnées doivent être réussies **2010, 2009 ou 2008** jusqu'au délai d'inscription.

Schweizer Meisterschaften Nachwuchs Halle / Championnats suisse jeunesse en salle

U20 M	U18 M	U16 M	Hauptlimite / Limite principale	Nebenlimite / Limite	U20 W	U18 W	U16 W
6.60	6.70	6.80		50m	7.50	7.50	7.60
7.60	7.70	7.90	60m		8.60	8.60	8.70
	10.00	10.00		80m		10.70	10.80
11.40	11.60			100m	13.20	13.20	
23.30	24.00		200m		27.00	27.10	
		1:35.00		600			1:46.00
2:05.00	2:07.00			800m	2:32.00	2:34.00	
2:44.00	2:50.00	2:56.00	1000m		3:14.00	3:16.00	3:18.00
4:25.00	4:30.00			1500m	5:35.00	5:40.00	
		6:35.00		2000m			7:25.00
		8.60		50mH 76.2		8.40	8.60
	8.00			50mH 84.0	8.50		
7.90				50mH 91.4			
9.20	9.30	9.80	60mH	50mH 99.1	9.70	9.60	9.90
		13.50		80mH 76.2		13.00	12.90
				100mH 76.2	15.80	15.80	
	15.50	15.50		100mH 84.0	16.60		
16.00	16.00			110mH 91.4			
16.50				110mH 99.1			
1.80	1.75	1.65	Hoch		1.60	1.60	1.55
3.40	3.00	2.60	Stab		2.60	2.40	2.20
6.30	6.20	5.50	Weit		5.20	5.00	4.90
		12.20	Kugel 3kg		11.00	11.00	10.50
	12.50	11.80	Kugel 4kg		10.00		
12.20	11.80		Kugel 5kg				
11.80			Kugel 6kg				

11.80	11.50	Drei	10.00	9.80
--------------	--------------	-------------	--------------	-------------

Zusammen mit SM-Halle Männer & Frauen / ensemble avec CS-en salle Hommes & Femmes

Hinweis / remarque:

Im Programm der SM müssen die Meldeleistungen der AthletenInnen aufgeführt werden.

Au programme des CS, doivent être cités la performance d'inscription des athlèt(e)s.

Die oben verlangten Limiten müssen **2010 oder 2009** bis zum Meldeschluss erfüllt sein.

Les limites susmentionnées doivent être réussies **2010 ou 2009** jusqu'au délai d'inscription.

Revisions Datum:	Autor	Datei Name:	Ausgabe:	Griff:	Seite:
07.11.09	Mo / SLV	Limiten kpl 2010	2010	9	2

Schweizer Crossmeisterschaften / Championnats suisses de cross

Streckenlängen / distances de course			
MAN	ca. 10 km	Kurz-Cross-court	ca. 3 km
U23 M	ca. 10 km	Kurz-Cross-court	ca. 3 km
U20 M	ca. 6 km		
U18 M	ca. 5 km		
U16 M	ca. 4 km		
U14 M	ca. 3 km		
U12 M	ca. 2 km		
<hr/>			
WOM	ca. 8 km	Kurz-Cross-court	ca. 3 km
U23 W	ca. 8 km	Kurz-Cross-court	ca. 3 km
U20 W	ca. 4 km		
U18 W	ca. 4 km		
U16 W	ca. 3 km		
U14 W	ca. 2 km		
U12 W	ca. 2 km		
<hr/>			
M35	ca. 6 km		
W35	ca. 4 km		

**Schweizer Mehrkampfmeisterschaften /
Championnats suisses concours multiples**

	Indoor	Bemerkung / Remarque Anfangshöhe Stab / hauteurs initial perche		Outdoor	Bemerkung / Remarque Anfangshöhe Stab / hauteurs initial perche
MAN	7-k	3.20	MAN	10-k	3.20
U23 M			U23 M	10-k	3.00
U20 M	7-k	2.80	U20 M	10-k	2.80
U18 M	7-k	2.60	U18 M	10-k	2.60
U16 M			U16 M	6-k	
WOM	5-k		WOM	7-k	
U23 W			U23 W	7-k	
U20 W	5-k		U20 W	7-k	
U18 W	5-k		U18 W	7-k	
U16 W			U16 W	5-k	

**Limiten Schweizer Leichtathletikmeisterschaften /
Limites Championnats suisses d'athlétisme**

Männer / Hommes			Frauen / Femmes		
100m		11.20	100m		12.70
200m		22.50	200m		26.20
400m		50.40	400m		61.00
800m		1:57.00	800m		2:24.00
	800	1:57.00		800	2:24.00
1500m		4:03.00	1500m		5:05.00
	3000	8:50.00		3000	11:00.00
	1500	4:03.00		1500	5:05.00
	3000	8:50.00		3000	11:00.00
5'000m		15:30.00	5'000m		20:00.00
110mH		15.80	100mH		15.70
400mH		58.00	400mH		70.00
Hoch / hauteur		1.95	Hoch / hauteur		1.65
Stab / perche		4.60	Stab / perche		3.20
Weit / longueur		6.90	Weit / longueur		5.50
Drei / triple		13.50	Drei / triple		11.20
Kugel / poids		13.40	Kugel / poids		12.00
Diskus / disque		40.00	Diskus / disque		36.00
Hammer / marteau		40.00	Hammer / marteau		30.00
Speer / javelot		54.00	Speer / javelot		38.00

Hinweis / remarque:

Die oben verlangten Limiten müssen **2010, 2009 oder 2008** bis zum Meldeschluss erfüllt sein.
Les limites susmentionnées doivent être réussies **2010, 2009 ou 2008** jusqu'au délai d'inscription.

**Schweizer 10'000m und 3000m Steeple Meisterschaften /
Championnats suisses 10'000m et 3000m Steeple**

	MAN / U23 / U20		WOM / U23 / U20
10000	ohne Limite / sans limite	10000	ohne Limite / sans limite
	MAN		WOM
3000 Steeple	ohne Limite / sans limite	3000 Steeple	ohne Limite / sans limite

Schweizer Meisterschaften Nachwuchs / Championnats suisse jeunesse

Disziplin	U23 M	U20 M	Disziplin	U23 W	U20 W
100m	11.40	11.40	100m	13.20	13.20
200m	23.30	23.30	200m	27.20	27.40
400m	52.00	52.30	400m	64.00	64.50
800m	2:04.00	2:05.00	800m	2:32.00	2:33.00
1500m	4:20.00	4:25.00	1500m	5:30.00	5:35.00
3000m	10:00.00	10:00.00			
5'000m	19:00.00	19:00.00	5'000m	ohne / sans Limite	ohne / sans Limite
			100mH	16.60	16.80
110mH	16.50	16.70			
400mH	61.00	61.00	400mH	74.00	74.00
3'000mSteeple	ohne / sans Limite	ohne / sans Limite	3'000mSteeple	ohne / sans Limite	ohne / sans Limite
Hoch / hauteur	1.85	1.80	Hoch / hauteur	1.60	1.60
Stab / perche	4.00	3.80	Stab / perche	3.00	2.80
Weit / longueur	6.40	6.30	Weit / longueur	5.30	5.20
Drei / triple	12.50	12.00	Drei / triple	10.80	10.40
Kugel / poids	12.00	12.00	Kugel / poids	10.60	10.60
Diskus/disque	35.00	35.00	Diskus/disque	32.00	32.00
Hammer/marteau	32.00	32.00	Hammer/marteau	29.00	29.00
Speer / javelot	48.00	45.00	Speer / javelot	36.00	36.00

Hinweis / remarque:

Die oben verlangten Limiten müssen **2010 oder 2009** bis zum Meldeschluss erfüllt sein.
Les limites susmentionnées doivent être réussies **2010 ou 2009** jusqu'au délai d'inscription.

Schweizer Meisterschaften Nachwuchs / Championnats suisse jeunesse

Disziplin	U18 M	U16 M	Disziplin	U18 W	U16 W
80m		10.00	80m		10.70
100m	11.70		100m	13.20	
200m	24.00		200m	27.70	
400m	54.00		400m	65.00	
600m		1:34.00	600m		1:45.00
1000m		2:52.00	1000m		3:13.00
800m	2:07.00		800m	2:34.00	
1500m	4:30.00		1500m	5:40.00	
1000m		2:52.00	1000m		3:13.00
2000m		6:35.00	2000m		7:25.00
3000m		10:30.00	3000m		12:00.00
3'000m	10:05.00		3'000m	12:00.00	
80mH			80mH		13.20
100mH		15.60	100mH	16.20	
110mH	16.40		110mH		
300mH	45.00		300mH	50.00	
2000mSt	ohne / sans Limite		2000mSt	ohne / sans Limite	
Hoch / hauteur	1.75	1.70	Hoch / hauteur	1.60	1.55
Stab / perche	3.40	2.80	Stab / perche	2.40	2.20
Weit / longueur	6.20	5.80	Weit / longueur	5.20	5.10
Drei / triple	11.50	11.00	Drei / triple	10.00	9.60
Kugel / poids	12.80	12.50	Kugel / poids	11.40	10.80
Diskus/ disque	36.00	36.00	Diskus/ disque	28.00	28.00
Hammer/marteau	30.00	30.00	Hammer/marteau	28.00	25.00
Speer / javelot	45.00	42.00	Speer / javelot	33.00	33.00

Hinweis / remarque:

Die oben verlangten Limiten müssen **2010 oder 2009** bis zum Meldeschluss erfüllt sein.
Les limites susmentionnées doivent être réussies **2010 ou 2009** jusqu'au délai d'inscription.

Revisions Datum:	Autor	Datei Name:	Ausgabe:	Griff:	Seite:
07.11.09	Mo / SLV	Limiten kpl 2010	2010	9	6