



Association bernoise d'athlétisme
(ABA)

Distanz- und Gewichtstabelle CH-Nachwuchsleichtathletik

	Aktive + U23 (20-jährige und älter)		U20 (18-/19-jährige)		U18 (16-/17-jährige)	
	Frauen	Männer	Mädchen	Knaben	Mädchen	Knaben
Kugel	4.0 kg	7.26 kg	4.0 kg	6.0 kg	3.0 kg	5.0 kg
Diskus	1.0 kg	2.0 kg	1.0 kg	1.75 kg	1.0 kg	1.5 kg
Speer	600 g	800 g	600 g	800 g	500 g	700 g
Ball	-	-	-	-	-	-
Hammer	4.0 kg	7.26 kg	4.0 kg	6.0 kg	3.0 kg	5.0 kg
Weitsprung	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Hochsprung	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Stabhochsprung	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Dreisprung	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Sprint	100m	100m	100m	100m	100m	100m
Kurzhürden	100mHü (10 Hürden) 13m/ 8.5m /10.5m 84.0cm	110mHü (10 Hürden) 13.72/ 9.14 /14.02 106.7cm	100mHü (10 Hürden) 13m/ 8.5m /10.5m 84.0cm	110mHü (10 Hürden) 13.72/ 9.14 /14.02 99.1cm	100mHü (10 Hürden) 13m/ 8.5m /10.5m 76.2cm	110mHü (10 Hürden) 13.72/ 9.14 /14.02 91.4cm
	Langhürden	400mHü (10 Hürden) 45m/ 35m /40m 76.2cm	400mHü (7 Hürden) 45m/ 35m /40m 91.4cm	400mHü (10 Hürden) 45m/ 35m /40m 76.2cm	400mHü (7 Hürden) 45m/ 35m /40m 91.4cm	300mHü (7 Hürden) 45m/ 35m /45m 76.2cm
400m	✓	✓	✓	✓	✓	✓
800m	✓	✓	✓	✓	✓	✓
1000m	✓	✓	✓	✓	✓	✓
1500m	✓	✓	✓	✓	✓	✓
2000m	-	-	-	-	-	-
3000m/5000m	5000m	5000m	5000m	5000m	3000m	3000m
Mehrkampf	7-Kampf (100m Hü, Weit, Speer, 200m / Hoch, Kugel, 800m)	10-Kampf (100m, Weit, Kugel, Hoch, 400m / 110m Hü, Diskus, Stab, Speer, 1500m)	7-Kampf (100m Hü, Weit, Speer, 200m / Hoch, Kugel, 800m)	10-Kampf (100m, Weit, Kugel, Hoch, 400m / 110m Hü, Diskus, Stab, Speer, 1500m)	7-Kampf (100m Hü, Weit, Speer, 200m / Hoch, Kugel, 800m)	10-Kampf (100m, Weit, Kugel, Hoch, 400m / 110m Hü, Diskus, Stab, Speer, 1500m)
Kids-Cup Team	-	-	-	-	-	-



Association bernoise d'athlétisme
(ABA)

Distanz- und Gewichtstabelle CH-Nachwuchsleichtathletik

	U16 (14-/15-jährige)		U14 (12-/13-jährige)		U12 (10-/11-jährige)		U10 (8-/9-jährige)	
	Mädchen	Knaben	Mädchen	Knaben	Mädchen	Knaben	Mädchen	Knaben
Kugel	3.0 kg	4.0 kg	3.0 kg	3.0 kg	2.5 kg	2.5 kg	2.5 kg	2.5 kg
Diskus	0.75 kg	1.0 kg	0.75 kg	0.75 kg	Drehwerfen Pneu	Drehwerfen Pneu	Drehwerfen Pneu	Drehwerfen Pneu
Speer	400 g	600 g	400 g	400 g	400 g	400 g	-	-
Ball	200 g (W15)	200 g (M15)	200 g	200 g	200 g	200 g	200 g	200 g
Hammer	3.0 kg	4.0 kg	-	3.0 kg	-	-	-	-
Weitsprung	✓	✓	aus Zone	aus Zone	aus Zone	aus Zone	aus Zone	aus Zone
Hochsprung	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Stabhochsprung	✓	✓	✓	✓	Stabweit	Stabweit	Stabweit	Stabweit
Dreisprung	✓	✓	-	-	-	-	-	-
Sprint	80m	80m	60m	60m	60m	60m	50m / 60m	50m / 60m
Kurzürden	80mHü (8 Hürden) 12m/ 8m /12m 76.2cm	100mHü (10 Hürden) 13m/ 8.5m /10.5m 84.0cm	60mHü (6 Hürden) 11.5m/ 7.5m /11m 76.2cm	80mHü (8 Hürden) 12m/ 8m /12m 76.2cm	60mHü (6 Hürden) 11.5m/ 7.5m /11m 60 -76.2cm	60mHü (6 Hürden) 11.5m/ 7.5m /11m 60 -76.2cm	60mHü (6 Hürden) 11.5m/ 7.5m /11m 40-60cm	60mHü (6 Hürden) 11.5m/ 7.5m /11m 40-60cm
	Langhürden	-	-	-	-	-	-	-
600m	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
800m	-	-	-	-	-	-	-	-
1000m	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
1500m	-	-	-	-	-	-	-	-
2000m	✓	✓	✓	✓	✓	✓	-	-
3000m	✓	✓	-	-	-	-	-	-
Mehrkampf	5-Kampf (80m, Weit, Kugel, Hoch, 1000m) 6-Kampf (100mHü, Weit, Kugel, Hoch, Disk, 1000m) UBS Kids Cup		UBS Kids Cup 60m - Weit (Zone) - Ball 200g		UBS Kids Cup 60m - Weit (Zone) - Ball 200g		UBS Kids Cup 60m - Weit (Zone) - Ball 200g	
Kids-Cup Team	Risikosprint Stabweitsprung Biathlon Teamcross		Hürdensprint-Stafette Mehrfachsprung-Challenge Biathlon Teamcross		Ringlisprint Zonenweitsprung Biathlon Teamcross		Ringlisprint Zonenweitsprung Biathlon Teamcross	