



Suomen Urheiluliiton valintaperusteet 2017-2020

Tulostaulukko

Miehet	TF	EM	NEM22	NEM21	NEM20	NEM19
100 m	10,15	10,30	10,32	10,37	10,43	10,49
200 m	20,40	20,75	20,85	20,95	21,05	21,15
400 m	45,40	46,25	46,25	46,40	46,75	47,15
800 m	1.45,60	1.47,50	1.47,50	1.47,50	1.48,00	1.48,75
1500 m	3.35,70	3.39,80	3.40,20	3.41,50	3.43,00	3.44,50
5000 m	13.26,00	13,42,00	13.53,00	13.58,00	14.05,00	14.17,00
10000 m	28.22,00	28.55,00	29.33,50	29.50,00	30.10,00	30.35,00
110 m aj	13,40	13,70	13,83	13,90	14,00	13,72
400 m aj	49,10	50,25	50,25	50,50	51,20	52,00
3000 m ej	8.25,00	8.37,50	8.44,00	8.48,00	8.53,00	8.59,00
korkeus	230	224	222	221	219	217
seiväs	570	551	550	545	535	525
pituus	810	786	785	780	770	760
3-loikka	16,90	16,40	16,20	16,10	16,00	15,85
kuula	20,70	19,80	19,05	18,50	17,90	19,35
kiekko	66,20	63,25	60,30	58,50	56,50	61,00
moukari	77,50	74,00	71,80	70,00	68,00	74,90
keihäs	85,00	81,15	77,50	76,50	75,00	73,20
10-ottelu	8200	7850	7720	7650	7550	7505
puolimaraton	1.02.30	1.03.30				
maraton	2.11.40	2.15.00				
10000 m kävely						42.20,00
20 km kävely	1.20.40	1.23.30	1.24.40	1.25.40	1.26.40	
50 km kävely	3.47.40	3.57.00				
4 x 100 m		38,95 (10,35 ka)				
4 x 400 m		3.04,60 (46,50 ka)				



100 m	11,20	11,45	11,45	11,47	11,55	11,63
200 m	22,90	23,40	23,40	23,45	23,60	23,75
400 m	51,60	52,90	52,90	53,00	53,30	53,85
800 m	1.59,50	2.02,50	2.02,50	2.03,00	2.04,50	2.05,90
1500 m	4.05,00	4.11,50	4.11,50	4.13,00	4.17,00	4.20,30
3000 m						9.27,20
5000 m	15.20,00	15.45,00	15.58,50	16.10,00	16.25,00	16.45,00
10000 m	32.07,00	33.05,00	34.10,00	34.35,00	35.05,00	
100 m aj	12,85	13,25	13,25	13,35	13,47	13,63
400 m aj	55,70	57,20	57,40	57,80	58,20	58,70
3000 m ej	9.35,00	9.50,00	9.58,50	10.05,00	10.15,00	10.24,00
korkeus	196	190	188	187	185	183
seiväs	460	445	429	425	419	411
pituus	680	655	648	641	633	624
3-loikka	14,25	13,75	13,50	13,40	13,30	13,20
kuula	18,25	17,40	16,35	16,05	15,80	15,40
kiekko	62,10	59,20	54,20	53,00	52,00	51,00
moukari	72,40	69,10	67,40	66,00	64,00	62,00
keihäs	63,20	60,20	57,00	55,50	54,00	53,10
7-ottelu	6350	6070	5770	5700	5600	5500
puolimaraton	1.11.10	1.13.00				
maraton	2.28.10	2.34.00				
10000 m kävely						47.30,00
20 km kävely	1.29.15	1.33.15	1.35.50	1.37.00	1.38.10	
4 x 100 m		43,90 (11,55 ka)				
4 x 400 m		3.31,60 (53,30 ka)				

Tätä taulukkoa käytetään Suomen Urheiluliiton valmennusryhmävalintojen yhteydessä. Ajantasaiset valmennusryhmien valintaperusteet löytyvät kokonaisuudessaan osoitteesta www.yleisurheilu.fi/urheilijat