

## Svensk Friidrotts resultatutvecklingsnivå 1 (internationell elit)

<b>Män</b>						
19 år = resultat som motsvarar de internationella kvalgränserna för U20 EM 2019.						
Resultatnivån för 19 åringar ska uppnås med 19 års betingelser.						
24 år = resultat som motsvarar Svensk Friidrotts kvalgränser för EM 2016 och för maraton EM 2018.						
När det gäller grenar och grengrupper som inte är representerade nedan (exempelvis ultra- och terränglöpning) kommer en uppskattning av resultatutveckling och sedan en bedömning att göras av SFIFs respektive Prestationscentrum.						
	<b>U20 EM 2019</b>					<b>SFIF EM 2016</b>
	<b>19 år</b>	<b>20 år</b>	<b>21 år</b>	<b>22 år</b>	<b>23 år</b>	<b>24 år och äldre</b>
100m	10.70		10.63	—	10.44	10.38
200m	21.70		21.55	—	21.10	20.95
400m	48.15		47.86	—	46.99	46.70
800m	1:50.50		1:49.92	—	1:48.18	1:47.60
1500m	3:50.00		3:48.00	—	3:42.00	3:40.50
5000m	14:45.00		14:32.00	—	13:53.00	13:40.00
10 000m	31:30.00		30:30.00	—	29:15.00	28:50.00
Maraton	x		x			2:18:00
3000 m H	9:15.00		9:07.50	—	8:45.00	8:37.50
110mh	14.25		14.18	—	13.97	13.90
400mh	53.80		53.24	—	51.56	51.00
Höjd	2.12		2.15	—	2.24	2.26
Längd	7.40		7.51	—	7.84	7.95
Tresteg	15.05		15.35	—	16.25	16.55
Stav	5.10		5.19	—	5.46	5.55
Diskus	54.00		51.00	—	60.00	63.00
Kula	17.75		16.45	—	19.00	19.75
Slägga	66.00		61.00	—	70.50	73.50
Spjut	67.50		70.00	—	77.50	79.00
Tiokamp	7100		7240	—	7660	7800

<b>Kvinnor</b>						
19 år = resultat som motsvarar de internationella kvalgränserna för U20 EM 2019. På 10 000m har en uppskattning av resultatnivån för 19 åringar gjorts av SFIF.						
24 år = resultat som motsvarar Svensk Friidrotts kvalgränser för EM 2016 och för maraton EM 2018.						
När det gäller grenar och grengrupper som inte är representerade nedan (exempelvis ultra- och terränglöpning) kommer en uppskattning av resultatutveckling och sedan en bedömning att göras av SFIFs respektive Prestationscentrum.						
	<b>U20 EM 2019</b>					<b>SFIF EM 2016</b>
	<b>19 år</b>	<b>20 år</b>	<b>21 år</b>	<b>22 år</b>	<b>23 år</b>	<b>24 år och äldre</b>
100m	11.90		11.82	—	11.58	11.50
200m	24.30		24.16	—	23.74	23.60
400m	55.90		55.40	—	53.90	53.40
800m	2:10.00		2:08.50	—	2:04.00	2:02.90
1500m	4:28.00		4:24.50	—	4:15.00	4:12.00
5000m	17:15.00		16:56.00	—	15:59.00	15:40.00
10 000m	36:00.00		35:00.00	—	33:45.00	33:20.00
Maraton	x		x			2:38:00
3000 m H	10:45.00		10:35.00	—	10:05.00	9:55.00
110mh	14.15		13.98	—	13.47	13.30
400mh	61.40		60.70	—	58.60	57.90
Höjd	1,79		1.81	—	1.88	1.90
Längd	6.10		6.19	—	6.46	6.55
Tresteg	12.65		12.91	—	13.69	13,95
Stav	4.00		4.08	—	4.32	4.40
Diskus	47.50		49.50	—	54.50	56.00
Kula	14.00		14.44	—	15.76	16.20
Slägga	57.00		59.50	—	66.00	68.00
Spjut	48.00		50.00	—	56.00	57.50
Sjukamp	5250		5380	—	5770	5900

## Svensk Friidrotts resultatutvecklingsnivå 2 (nationell elit)

<b>Män</b>						
19 år = resultat som motsvarar de internationella kvalgränserna för U18 EM 2020.						
I kastgrenarna, 110mh och i löpgrenar där det inte finns U18 kvalgränser har en uppskattning av resultatnivån för 19 åringar gjorts av SFIF. Resultatnivån för 19 åringar ska uppnås med 19 års betingelser.						
24 år = resultat som motsvarar de internationella kvalgränserna för U23 EM 2019. Resultatnivån för maraton är en uppskattning gjord av SFIF.						
När det gäller grenar och grengrupper som inte är representerade nedan (exempelvis ultra- och terränglöpning) kommer en uppskattning av resultatutveckling och sedan en bedömning att göras av SFIFs respektive Prestationscentrum.						
	U18 EM 2020					U23 EM 2019
	19 år	20 år	21 år	22 år	23 år	24 år och äldre
100m	10.90		10.82	—	10.58	10.50
200m	22.05		21.94	—	21.66	21.50
400m	49.60		49.25	—	48.20	47.85
800m	1:55.30		1:54:00	—	1:50.00	1:49.00
1500m	4:00.00		3:57.00	—	3:48.50	3:46.00
5000m	15:15.00		15:03.00	—	14:27.00	14:15.00
10 000m	31:30.00		31:15.00	—	30:30.00	30:15.00
Maraton	x		x			2:25:00
3000 m H	9:45.00		9:38.00	—	9:17.00	9:10.00
110mh	14.90		14.83	—	14.62	14.55
400mh	56.00		55.38	—	53.12	52.50
Höjd	2.03		2.06	—	2.13	2.15
Längd	7.05		7.16	—	7.49	7.60
Tresteg	14.35		14.58	—	15.27	15.50
Stav	4.60		4.72	—	5.08	5.20
Diskus	49.50		50.40	—	53.10	54.00
Kula	15.65		16.02	—	17.13	17.50
Slägga	61.50		62.20	—	64.30	65.00
Spjut	57.00		60.00	—	69.00	72.00
Tiokamp	6500		6660	—	7140	7300

<b>Kvinnor</b>						
19 år = resultat som motsvarar de internationella kvalgränserna för U18 EM 2020.						
I kula, slägga, spjut, 100mh och i löpgrenar där det inte finns U18 kvalgränser har en uppskattning av resultatnivån för 19 åringar gjorts av SFIF. Resultatnivån för 19 åringar ska uppnås med 19 års betingelser.						
24 år = resultat som motsvarar de internationella kvalgränserna för U23 EM 2019. Resultatnivån för maraton är en uppskattning gjord av SFIF.						
När det gäller grenar och grengrupper som inte är representerade nedan (exempelvis ultra- och terränglöpning) kommer en uppskattning av resultatutveckling och sedan en bedömning att göras av SFIFs respektive Prestationscentrum.						
	U18 EM 2020					U23 EM 2019
	19 år	20 år	21 år	22 år	23 år	24 år och äldre
100m	11.95		11.94	—	11.91	11.90
200m	24.60		24.63	—	24.42	24.45
400m	56.50		56.20	—	55.30	55.00
800m	2:10.00		2:09.80	—	2:09.20	2:09.00
1500m	4:35.00		4:33.40	—	4:28.60	4:27.00
5000m	17:30.00		17:20.00	—	16:50.00	16:40.00
10 000m	36:45.00		36:39.00	—	36:21.00	36:15.00
Maraton	x		x			2:46:00
3000 m H	10:50.00		10:47.00	—	10:38.00	10:35.00
100mh	14.50		14.42	—	14.18	14.10
400mh	62.50		62.15	—	61.10	60.75
Höjd	1,76		1.77	—	1.78	1.79
Längd	5.90		5.96	—	6.14	6.20
Tresteg	12.40		12.48	—	12.72	12.80
Stav	3.65		3.73	—	3.97	4.05
Diskus	42.00		43.50	—	47.50	48.50
Kula	12.90		13.18	—	14.02	14.30
Slägga	51.50		54.00	—	60.00	62.00
Spjut	44.00		45.50	—	50.00	51.00
Sjukamp	5250		5280	—	5370	5400