



**Normzeiten - Mädchen**

Jahrgang (Altersklasse)	Grundlage: Rudolph-Tabelle 2023 (Basis 2022)	25	50	25	50	100	200	400	25	50	25	50	100	200	25	50	25	50	100	200	25	50	25	50	100	100	200
		KrBei	KrBei	F	F	F	F	F	RüBei	RüBei	R	R	R	R	R	BrBei	BrBei	B	B	B	B	DeBei	DeBei	S	S	S	Lg
Jan.-Juni 2013 (AK 11 alt)	7 Punkte	~	0:52,50	~	0:33,58	1:13,66	2:39,59	5:39,82	~	0:55,00	~	0:38,27	1:22,95	2:58,76	~	0:58,00	~	0:42,59	1:32,50	3:20,64	~	0:56,50	~	0:35,78	1:21,62	~	3:00,61
Jul.-Dez. 2013 (AK 11 jung)	5 Punkte	~	0:53,50	~	0:34,44	1:15,56	2:43,70	5:48,57	~	0:56,00	~	0:39,26	1:25,08	3:03,36	~	0:59,00	~	0:43,69	1:34,88	3:25,80	~	0:57,50	~	0:36,70	1:23,72	~	3:05,26
Jan.-Juni 2014 (AK 10 alt)	5 Punkte	~	0:55,00	~	0:36,39	1:21,03	2:56,44	~	~	0:57,50	~	0:42,17	1:31,92	3:19,95	~	1:00,50	~	0:46,13	1:41,28	3:38,05	~	0:59,00	~	0:39,40	1:30,09	~	3:19,60
Jul.-Dez. 2014 (AK 10 jung)	3 Punkte	~	0:56,00	~	0:37,30	1:23,07	3:00,87	~	~	0:58,50	~	0:43,23	1:34,23	3:24,97	~	1:01,50	~	0:47,28	1:43,82	3:43,53	~	1:00,00	~	0:40,39	1:32,35	~	3:24,61
Jan.-Juni 2015 (AK 9 alt)	3 Punkte	~	0:57,50	~	0:39,87	1:29,31	~	~	~	1:00,00	~	0:46,43	1:42,12	~	~	1:03,00	~	0:52,19	1:54,87	~	~	1:01,50	~	0:44,81	~	1:43,95	~
Jul.-Dez. 2015 (AK 9 jung)	1 Punkt	~	0:58,50	~	0:40,85	1:31,50	~	~	~	1:01,00	~	0:47,56	1:44,62	~	~	1:04,00	~	0:53,46	1:57,68	~	~	1:02,50	~	0:45,91	~	1:46,35	~
Jan.-Juni 2016 (AK 8 alt)	~	0:29,50	~	0:22,00	~	~	~	~	0:30,50	~	0:25,00	~	~	~	0:32,00	~	0:26,90	~	~	~	0:31,50	~	0:24,00	~	~	~	~
Jul.-Dez. 2016 (AK 8 jung)	~	0:31,00	~	0:24,70	~	~	~	~	0:32,00	~	0:27,70	~	~	~	0:33,50	~	0:29,60	~	~	~	0:33,00	~	0:26,70	~	~	~	~

**Normzeiten - Jungen**

Jahrgang (Altersklasse)	Grundlage: Rudolph-Tabelle 2023 (Basis 2022)	25	50	25	50	100	200	400	25	50	25	50	100	200	25	50	25	50	100	200	25	50	25	50	100	100	200
		KrBei	KrBei	F	F	F	F	F	RüBei	RüBei	R	R	R	R	R	BrBei	BrBei	B	B	B	B	DeBei	DeBei	S	S	S	Lg
Jan.-Juni 2013 (AK 11 alt)	7 Punkte	~	0:52,50	~	0:33,13	1:12,35	2:39,99	5:34,88	~	0:55,00	~	0:37,93	1:22,94	2:58,35	~	0:58,00	~	0:41,92	1:32,55	3:19,31	~	0:56,50	~	0:35,66	1:20,99	~	2:58,27
Jul.-Dez. 2013 (AK 11 jung)	5 Punkte	~	0:53,50	~	0:33,99	1:14,21	2:44,11	5:43,50	~	0:56,00	~	0:38,91	1:25,07	3:02,94	~	0:59,00	~	0:43,00	1:34,93	3:24,44	~	0:57,50	~	0:36,58	1:23,08	~	3:02,86
Jan.-Juni 2014 (AK 10 alt)	5 Punkte	~	0:55,00	~	0:36,07	1:20,87	2:54,24	~	~	0:57,50	~	0:41,87	1:31,26	3:16,34	~	1:00,50	~	0:46,45	1:42,32	3:39,59	~	0:59,00	~	0:39,53	1:29,98	~	3:17,13
Jul.-Dez. 2014 (AK 10 jung)	3 Punkte	~	0:56,00	~	0:36,97	1:22,90	2:58,62	~	~	0:58,50	~	0:42,92	1:33,55	3:21,27	~	1:01,50	~	0:47,62	1:44,88	3:45,11	~	1:00,00	~	0:40,52	1:32,24	~	3:22,08
Jan.-Juni 2015 (AK 9 alt)	3 Punkte	~	0:57,50	~	0:39,76	1:29,05	~	~	~	1:00,00	~	0:46,55	1:42,59	~	~	1:03,00	~	0:52,00	1:55,97	~	~	1:01,50	~	0:44,91	~	1:43,43	~
Jul.-Dez. 2015 (AK 9 jung)	1 Punkt	~	0:58,50	~	0:40,74	1:31,23	~	~	~	1:01,00	~	0:47,69	1:45,11	~	~	1:04,00	~	0:53,27	1:58,81	~	~	1:02,50	~	0:46,01	~	1:46,61	~
Jan.-Juni 2016 (AK 8 alt)	~	0:29,50	~	0:22,00	~	~	~	~	0:30,50	~	0:25,00	~	~	~	0:32,00	~	0:26,90	~	~	~	0:31,50	~	0:24,00	~	~	~	~
Jul.-Dez. 2016 (AK 8 jung)	~	0:31,00	~	0:24,70	~	~	~	~	0:32,00	~	0:27,70	~	~	~	0:33,50	~	0:29,60	~	~	~	0:33,00	~	0:26,70	~	~	~	~