



Reglement Special Olympics Belgium

# Atletiek

*Oktober 2021*

**Special Olympics**  
Belgium





## INHOUDSTAFEL

HOOFDSTUK 1: ALGEMEEN REGLEMENT	3
HOOFDSTUK 2: DISKWALIFICATIES	3
HOOFDSTUK 3: DE LOOPWEDSTRIJDEN	4
HOOFDSTUK 4: DE SPRONGEN	8
HOOFDSTUK 5: DE WERPNUMMERS	11
HOOFDSTUK 6: DE PENTATLON	14
HOOFDSTUK 7: ATLETIEK IN ROLSTOEL	14
HOOFDSTUK 8: PUNENTABEL (PENTATLON)	16
100 meter	16
Verspringen	20
Kogelstoten	23
Hoogspringen	28
800m sprint	29

Dit officieel Special Olympics Atletiek reglement is van toepassing op alle Special Olympics Atletiekwedstrijden in België. Dit reglement werd opgesteld door Special Olympics Inc. en door Special Olympics Belgium in het Nederlands bewerkt. De inhoud van deze pagina's mag worden vermenigvuldigd en gekopieerd mits uitdrukkelijke vermelding van de bron, nl. het logo en de benaming van Special Olympics Belgium.  
Het logo is beschikbaar op aanvraag: [info@specialolympics.be](mailto:info@specialolympics.be).





## HOOFDSTUK 1: ALGEMEEN REGLEMENT

Als uitgangspunt gelden de regels van het IAAF (International Amateur Athletic Federation).

- Startblokken zijn toegelaten tot en met 400m.
- Spikes zijn toegelaten.
- Trainers, familie, vrienden en vrijwilligers (behalve deze van atletiek) mogen zich niet in de neutrale zone bevinden (de piste of iedere plaats waar wedstrijden gehouden worden). In geval van inbreuk hierop mag de wedstrijdrechter de atleet diskwalificeren.
- Een borstnummer, geleverd door SOB, is verplicht en moet op de borst gedragen worden.
- Estafetten: indien de coach de volgorde van de deelnemers niet op voorhand aangeeft, zal SOB de volgorde van de listing gebruiken als startvolgorde.
- Springen en werpen: SOB moet vooraf verwittigd worden van het eventuele gebruik van herkenningstekens op de aanloopbaan.

## HOOFDSTUK 2: DISKWALIFICATIES

Diskwalificaties zullen plaatsvinden in de volgende gevallen:

- Estafetten:
  - als de aflossingsstok doorgegeven wordt buiten de aflossingszone;
  - als de stok om een of andere reden buiten de baan komt.
- Loopnummers, assisted walk, rolstoelwedstrijden, stappen:
  - bij het verlaten van de baan en een andere atleet wordt gehinderd;
  - in de bocht bij het verlaten van de binnenzijde van de baan (200m; 400m; 4x100m).
- Bij het niet naleven van om het even welk punt van het reglement.
- Onaangepast gedrag.
- Te late aanmelding bij de oproepkamer.
- Bij begeleiding van de atleet tijdens de wedstrijd in de neutrale zone door derden.
- Indien het verschil tussen de opgegeven en de bereikte prestatie 20% of meer bedraagt.
- Spring- en werpnummers: als bij één van de pogingen de prestatie met 20 % of meer overschreden wordt zal de atleet voor de volledige proef gediskwalificeerd worden.





## HOOFDSTUK 3: DE LOOPWEDSTRIJDEN

1. Bij wedstrijden die in baan gelopen worden (25 m - 50m - 100m - 200m - 400m) moet de deelnemer van start tot aankomst in de baan blijven die hem bij het wedstrijdbegin werd toegewezen. Deze regel is ook van toepassing bij de estafettewedstrijden.
2. Een deelnemer die een andere deelnemer hindert (duwen, de pas afsnijden...) wordt uitgesloten.
3. Bij een ex-aequo wordt er géén nieuwe wedstrijd gelopen. De atleten krijgen dezelfde medaille.
4. De start
  - De start wordt gegeven met een startpistool als de deelnemers onbeweeglijk aan hun startplaats klaarstaan.
  - Voor de loopwedstrijden tot en met 400m inbegrepen, alsook voor de 4x100m, zal de starter in zijn moedertaal het vertrek aangeven met de woorden: " A vos marques - prêt" of "Op uw plaats - klaar". Daarna volgt er, als de deelnemers onbeweeglijk klaarstaan, een startschot.
  - Voor de loopwedstrijden boven de 400m. wordt het vertrek als volgt aangegeven: " A vos marques" of " Op uw plaats". Daarna volgt er, als de deelnemers onbeweeglijk klaarstaan, een startschot.
  - De deelnemer die een valse start veroorzaakt, krijgt een verwittiging. Bij twee valse starten wordt hij uitgesloten en krijgt hij een deelnemingsmedaille. Na een valse start volgt er een tweede schot.
5. De aankomst

De deelnemers worden gerangschikt in de volgorde waarmee ze met de borst het verticale verlengde van de aankomstlijn bereiken.
6. 100m - 200m – 400m
  - Elke deelnemer loopt in zijn eigen baan.
  - De deelnemers aan de 200m en de 400m vertrekken niet aan dezelfde startlijn, zodat de gelopen afstand dezelfde is.
7. 50m
  - Deze proef is enkel toegankelijk voor atleten met een lager sportief niveau.
  - Iedere deelnemer loopt in zijn eigen baan.
  - De starter geeft de atleten ruim de tijd om zich te installeren.
  - Het voorbereiden van de start wordt hernomen als iemand in afwachting tot het startschot uit balans geraakt.
  - Het startschot volgt vrijwel onmiddellijk na het "Klaar" - signaal.
  - Start en aankomst zijn voor de rest zoals bij de andere sprintnummers.





#### 8. 25 m - 50m Assisted Walk (met wandelhulpmiddelen)

- Deze proeven zijn enkel toegankelijk voor atleten met een lager sportief niveau.
- Iedere atleet krijgt twee banen ter beschikking. Deze dubbele baan is over de ganse lengte afgebakend met lint of met kegels (iedere twee meter) zodat de start- en aankomstpoort voor de atleet duidelijk zichtbaar is.
- De atleet staat tijdens de start met het wandelhulpmiddel achter de startlijn.
- De finish wordt bereikt als de atleet met de borst het verticale verlengde van de aankomstlijn overschrijdt.
- De start wordt gegeven met een startschot (zie sprintnummers).
- Voor atleten met een visuele handicap zijn richtsnoeren of bellen toegelaten.
- De atleten gebruiken hun wandelhulpmiddelen tijdens de wedstrijd.
- De atleten moeten de hulpmiddelen zelf voorzien.
- De atleten blijven tijdens de wedstrijd met hun wandelhulpmiddelen in de (dubbele) baan.
- De atleten mogen géén hulp ontvangen van familie, coaches of officials.

#### 9. 50m stappen

- Deze proef is enkel toegankelijk voor atleten met een lager sportief niveau
- De atleet moet altijd met één voet de grond raken.
- Het steunbeen van de atleet hoeft niet gestrekt te zijn.
- De atleet wordt zonder waarschuwing gediskwalificeerd als minstens twee officials een afwijking vaststelden op de verplichte techniek, waardoor de atleet bevoordeeld werd.
- Voor de rest gelden de regels van de sprintnummers.

#### 10. 800m

De atleten dienen in hun baan te lopen tot na de breeklijn na de eerste bocht en mogen dan in baan 1 lopen.

#### 11. 1500m

De lopers mogen na de start onmiddellijk in de binnenbaan lopen.

#### 12. 1500m wandelen en lopen

- De lopers mogen na de start onmiddellijk in de binnenbaan lopen of wandelen.
- De atleten mogen tijdens de hele wedstrijd vrij afwisselen tussen wandelen en lopen.





### 13. 1500m wandelen en lopen – Unified

- Ieder Unified Sports - team moet bestaan uit één atleet en één partner.
- De eindtijd wordt bepaald door het samenvoegen van de individuele tijd van de atleet en de partner.
- Atleet en partner leggen de proef gezamenlijk af en finishen samen.
- De atleten en partners mogen na de start onmiddellijk in de binnenbaan lopen of wandelen.

### 14. 5000m

- De atleten mogen na de start onmiddellijk in de binnenbaan lopen.
- Een deelnemer kan door iemand van de gezondheidsdienst (official met duidelijk herkenbare armbandidentificatie) aangemaand en verplicht worden de wedstrijd onmiddellijk te staken.
- Meisjes en jongens die in dezelfde serie lopen worden apart geklasseerd.

### 15. 4x100m

- De deelnemers van dezelfde aflossingsproef mogen van verschillend geslacht zijn, maar het volgende principe is van toepassing:
  - 1 meisje + 3 jongens = jongensploeg
  - 2 meisjes + 2 jongens = jongensploeg
  - 3 meisjes + 1 jongen = meisjesploeg
- De trainer heeft de startvolgorde van zijn atleten bepaald. Deze wordt op de aflossingsfiche en op de borstnummers vermeld.
- De aflossingszone bedraagt 30m en is ingedeeld als 20m voor de dwarslijn en 10m na de dwarslijn.
- De deelnemers voor de 4 x 100m moeten gedurende de ganse wedstrijd in hun baan blijven.
- De estafetteestok moet in de hand gehouden worden tijdens de wedstrijd.
  - als de stok valt moet de deelnemer hem zelf oprapen
  - de stok moet gewisseld worden in de aflossingszone
  - de wissel is voltooid op het moment dat de stok overgaat naar de ontvanger en deze de stok alleen in de hand houdt
  - Tijdens en na de wissel moeten de deelnemers in hun baan blijven tot de piste vrijkomt om te vermijden dat andere atleten gehinderd worden





### 16. 4x100m Unified

- Ieder Unified -aflossingsteam bestaat uit 2 partners en 2 atleten.
- De startvolgorde in het team is vrij te bepalen door de coach maar de laatste looper moet een atleet zijn.
- Voor de rest gelden dezelfde regels als bij de 4 x 100m.

### 17. 4x200m

- De atleten van dezelfde aflossingsproef mogen van verschillend geslacht zijn, maar het volgende principe is van toepassing:
  - 1 meisje + 3 jongens = jongensploeg
  - 2 meisjes + 2 jongens = jongensploeg
  - 3 meisjes + 1 jongen = meisjesploeg
- De trainer heeft de startvolgorde van zijn atleten bepaald. Deze wordt op de aflossingsfiche en op de borstnummers vermeld.
- De aflossingszone bedraagt 30m en is ingedeeld als 20m voor de dwarslijn en 10m na de dwarslijn.
- In de 4x200m zal de eerste ronde volledig in banen gelopen worden evenals de tweede ronde tot de lijn die het einde van de eerste bocht (zwenklijn) aanduidt.
- De estafettestok moet in de hand gehouden worden tijdens de wedstrijd.
  - Als de stok valt moet de deelnemer hem zelf oprapen.
  - De stok moet gewisseld worden binnen de aflossingszone.
  - De wissel is voltooid op het moment dat de stok overgaat naar de ontvanger en deze de stok alleen in de hand houdt.
  - Tijdens en na de wissel moeten de deelnemers in hun baan blijven tot de piste vrijkomt om te vermijden dat andere atleten gehinderd worden.

### 18. 4 x 200m Unified

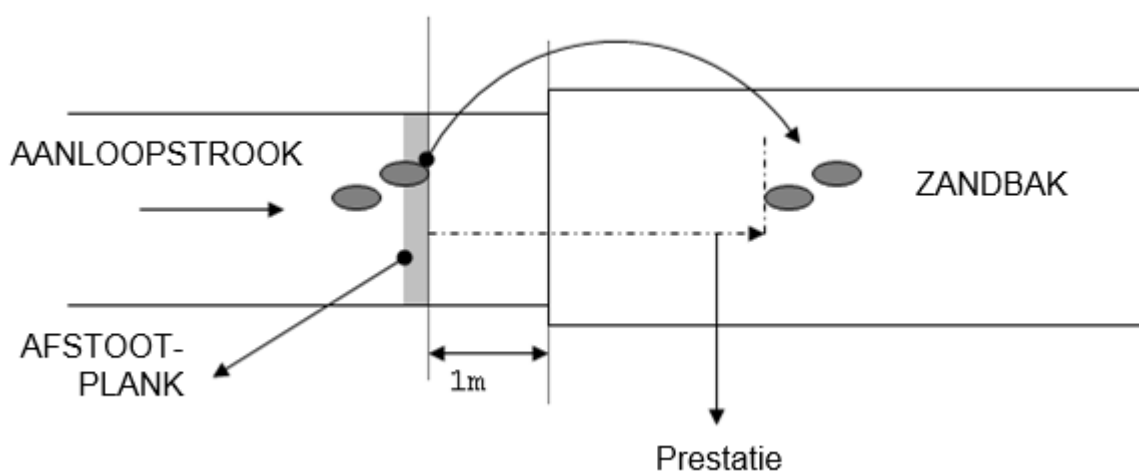
- Ieder Unified -aflossingsteam bestaat uit 2 partners en 2 atleten.
- De startvolgorde in het team is vrij te bepalen door de coach, maar de laatste looper moet een atleet zijn.
- Voor de rest gelden dezelfde regels als bij de 4 x 200m.





## HOOFDSTUK 4: DE SPRONGEN

### 1. Verspringen internationaal



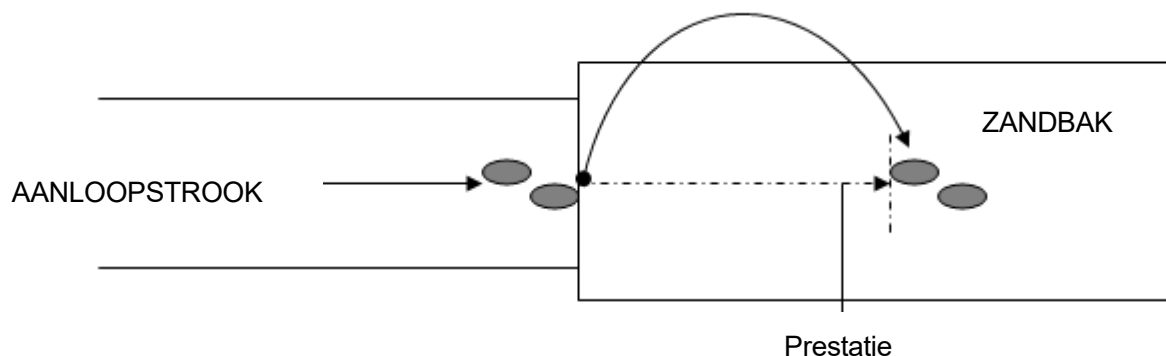
- De atleten hebben recht op 3 pogingen die niet opeenvolgend zijn.
- De beste poging geldt als eindresultaat voor het klassement.
- Foutieve sprong:
  - de atleet raakt met om het even welk lichaamsdeel, tijdens de aanloop of de sprong de grond achter de afstootbalk;
  - de atleet stapt na de sprong achteruit in de landingszone;
  - de atleet maakt een tuimelsprong.
- Alle sprongen worden gemeten vanaf de afzetlijn of het verlengde hiervan, tot het dichtstbijliggende impactpunt veroorzaakt door om het even welk lichaamsdeel.
- Bij een ex-aequo zal de tweede of daarna de derde poging de deelnemers rangschikken. Bij een blijvend ex-aequo zullen de betreffende deelnemers een nieuwe sprong moeten uitvoeren tot er een beslissing is gevallen.
- Er mogen merktekens (ter beschikking gesteld door SOB) naast de aanloopzone geplaatst worden.
- De atleet moet minstens 1,50m ver kunnen springen om deel te nemen.







## 2. Verspringen

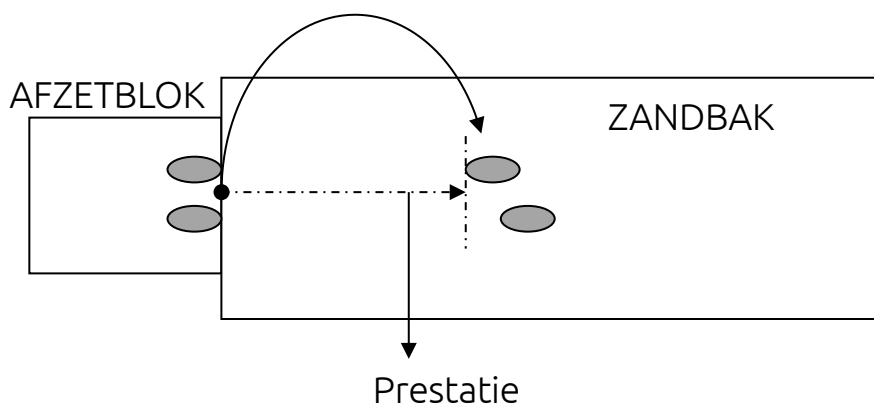


- De atleten hebben recht op 3 pogingen die niet opeenvolgend zijn.
- De beste poging geldt als eindresultaat voor het klassement.
- Foutieve sprong:
  - De atleet raakt tijdens de afstoot van de sprong de rand van de zandbak;
  - De atleet stapt na de sprong achteruit in de landingszone;
  - De atleet maakt een tuimelsprong.
- Alle sprongen worden gemeten vanaf de afzetlijn of het verlengde hiervan, tot het dichtstbijliggende impactpunt veroorzaakt door om het even welk lichaamsdeel.
- Bij een ex-aequo zal de tweede of daarna de derde poging de deelnemers rangschikken. Bij een blijvend ex-aequo zullen de betreffende deelnemers een nieuwe sprong moeten uitvoeren tot er een beslissing is gevallen.
- Er mogen merktekens (ter beschikking gesteld door SOB) naast de aanloopzone geplaatst worden.
- De atleet moet minstens 1m ver kunnen springen om deel te nemen.





### 3. Staande vertesprong



- Deze proef is enkel toegelaten voor atleten met een lager sportief niveau.
- De deelnemer staat met beide voeten en met de schoenpunten achter de afstootlijn.
- De deelnemer mag als voorbereiding op de sprong balanceren (tenen en hielen heffen zonder dat de voeten volledig van de grond komen).
- Het aantal pogingen, de meting en de klassering gebeuren zoals bij het verspringen met aanloop.

### 4. Hoogspringen

- De deelnemers hebben recht op drie pogingen per hoogte. Deze zijn niet opeenvolgend.
- Bij drie gemiste pogingen op eenzelfde hoogte, is de wedstrijd van de deelnemer afgelopen en is de laatst behaalde hoogte de score.
- De afstoot gebeurt op één voet. Er mag niet voorwaarts gedoken worden over de lat.
- De poging is ongeldig als de lat naar beneden valt.
- De atleet moet minimum 90 cm hoog kunnen springen om deel te nemen (hoogte van de valmat).





## HOOFDSTUK 5: DE WERPNUMMERS

### 1. Kogelstoten

- De kogel mag van ijzer, koper of van een met plastic omhulde materie zijn.
- Gewicht:
  - Heren: leeftijdscategorie 3 - 4 - 5 = 4 kg
  - Heren: leeftijdscategorie 2 = 3 kg
  - Dames: leeftijdscategorie 3 - 4 - 5 = 3 kg
  - Dames: leeftijdscategorie 2 = 2 kg
  
- De deelnemers hebben recht op drie pogingen. Deze zijn niet opeenvolgend.
- De kogel wordt met één hand op schouderhoogte gehouden. De kogel moet zich dicht bij de kin bevinden, de hand mag niet meer omlaag gaan en de kogel mag eveneens niet meer achter de schouder liggen. Vanuit deze positie wordt de kogel dan weggestoten.
- De atleet mag tijdens en na de worp de binnenkant van de stootbalk of de bufferzone raken, hij mag er echter niet op gaan staan.
- De kogel moet binnen de werpzone vallen.
- De atleet moet na de worp de werpcirkel verlaten langs de achterzijde, voorbij de middenlijn.
- De beste poging geldt als eindresultaat voor het klassement.
- Na iedere geldige worp wordt de afstand gemeten tussen het dichtstbijzijnde merkteken gemaakt door de vallende kogel en de binnenkant van de afstootbalk. Het middelpunt van de werpcirkel geldt altijd als richtpunt voor de meting!
- Bij een ex-aequo gelden dezelfde principes als bij de springdisciplines.
- Versteving van arm, pols, hand of vingers is enkel toegelaten bij kwetsuren (gerechtvaardigd door medisch getuigschrift).



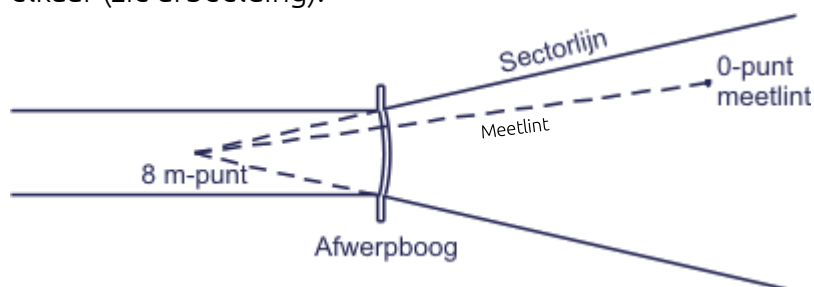


## 2. Softbalwerpen

- Deze proef is enkel toegankelijk voor atleten met een lager sportief niveau.
- De softbal heeft een omtrek van 30cm (11.3/4 inch), een diameter van  $\pm 10$ cm en weegt 200gr.
- De deelnemers hebben recht op drie pogingen. Deze zijn niet opeenvolgend.
- Een aanloop mag de worp voorafgaan. De lengte van de aanloop wordt door de atleet zelf bepaald en wordt enkel beperkt door de lengte van de aanlooppiste.
- De deelnemers mogen op om het even welke manier werpen.
- De deelnemer mag nooit volledig met de rug naar de cirkelboog gedraaid staan alvorens de bal te werpen.
- De deelnemer mag tijdens de worp met géén enkel lichaamsdeel de belijning raken, overschrijden of de grond aanraken voorbij de belijning.
- De deelnemer mag de aanloopzone niet verlaten vooraleer de bal de grond raakt.
- De atleet verlaat de aanloopzone achter de boog en achter de aan weerszijden getrokken lijnen die de aanlooppiste aangeven.
- De bal moet binnen de belijning vallen. De werphoek bedraagt  $40^\circ$ .
- Merktekens (ter beschikking gesteld door SOB) zijn toegelaten.
- De meting en de klassering gebeuren op dezelfde manier als bij het kogelstoten

## 3. Mini speerwerpen

- De mini-speer mag slechts met 1 hand vastgehouden worden.
- De speer dient geworpen te worden vanuit de schouder, zonder te slingeren of te draaien met de arm.
- Op geen enkel moment mag de atleet ronddraaien zodat zijn rug naar de werprichting gekeerd is.
- Iedere atleet heeft drie werpkansen.
- De speer moet binnen de sectorlijnen landen. Dit zijn lijnen die hun oorsprong hebben in het zogenaamde 8 meter punt. Vanaf daar maken ze een hoek van 28 graden met elkaar (zie afbeelding).



- De lanceer- en landingszone worden beschreven in het IAAF-reglement, Hoofdstuk 5, Sectie IV, regel 187, punt 9, 10, 11 en 12.





- De gemeten afstand is de afstand tussen het punt waar de speer neerkomt (het "0-punt") en de afwerpboog.
- Elke poging is fout wanneer de atleet:
  - ⇒ de verkeerde techniek toepast;
  - ⇒ de speer werpt en deze niet eerst op zijn punt terecht komt;
  - ⇒ de speer werpt en de top van de speer niet binnen de grenzen van de lanceerzone valt.

### Eigenschappen mini speer

- De speer, de greep en de vinnen zijn van plastic.
- De top bestaat uit rubber en heeft een botte ronde top.
- Er zijn 4 vinnen. De vinnen zijn plat en staan loodrecht op de speer.
- Het gewicht voor atleten tussen 8 – 15 jaar is 300 gr, voor vrouwen 300 gr en voor mannen 400 gr.

Tabel afmetingen mini speerwerpen (in mm)

Afmeting	Min	Max
Totale lengte	685	705
Lengte van de top	84	94
Diameter van dikste punt van de top	37	43
Afstand van de top tot het zwaartepunt	365	380
Diameter van de speer voor de greep	30	38
Diameter van de speer na de greep	24	30
Diameter van de speer aan de greep	34	40
Lengte van de greep	99	109
Afstand van begin van de greep tot achterkant van de speer	322	332
Lengte van de vinnen	162	168
Diameter van de vinnen (tegenoverstaande vinnen)	95	105





## HOOFDSTUK 6: DE PENTATLON

- De pentatlon bestaat uit 5 disciplines die in de volgende volgorde afgewerkt worden
  - **dag 1**      100m  
                  verspringen  
                  kogelstoten
  - **dag 2**      hoogspringen  
                  800m
- Een atleet mag deelnemen als hij het vooropgestelde minimum aantal punten (voor zijn leeftijdscategorie) voor de 5 proeven samen behaalt (zie tabel leeftijdscategorieën en codes).
- Het reglement dat wordt toegepast is hetzelfde als dit van de individuele proeven (zie voorgaande).
- Een atleet die in één van de proeven niet aan de start verschijnt of géén poging doet in één van de disciplines wordt voor de hele pentatlonwedstrijd uitgesloten. Hij komt niet voor in het eindklassement.
- De tijden en afstanden worden volgens bijgevoegde tabel omgerekend in punten.
- Het klassement gebeurt volgens het totaal behaalde punten.
- De atleet die zijn prestatie bij een van zijn pogingen met 20% of meer verbetert zal voor deze proef gediskwalificeerd worden en 0 punten ontvangen. Hij mag verder deelnemen aan de andere proeven. Deze prestaties zullen wel tellen voor het algemene klassement.

## HOOFDSTUK 7: ATLETIEK IN ROLSTOEL

### 1. Algemeen

- Atleten ingeschreven voor rolstoelnummers mogen zich ook inschrijven voor andere atletieknummers.
- Gemotoriseerde rolstoelen worden niet toegelaten.
- De proeven zijn enkel toegelaten voor atleten die zich in het dagelijkse leven ook in een rolstoel verplaatsen.
- De atleten mogen niet geduwd, getrokken of op een andere manier geassisteerd worden tijdens de wedstrijd.
- De banen voor rolstoelnummers hebben de breedte van twee reglementaire pistebanen.
- De grote wielen hebben maximum een diameter van 70 centimeter.
- De rolstoel mag niet langer zijn dan 120 cm.
- De rolstoel mag niet van een ander aandrijvingsstelsel voorzien zijn dan 1 hoepel per wiel.
- De rolstoel mag de banen verlaten zolang hij andere atleten niet hindert.





## 2. 100m – 400m rolstoel

- De rolstoelwedstrijden worden op dezelfde manier gehouden als gewone wedstrijden.
- Bij de start bevinden de wielen zich achter de startlijn.
- De aankomst wordt beschouwd als de atleet volledig met het eerste wiel de aankomstlijn raakt

## 3. 30m rolstoelslalom

- Deze proef is enkel toegelaten voor rolstoelatleten met een laag sportief niveau.
- De start en de aankomst gebeurt op dezelfde manier als bij de andere rolstoelnummers.
- De 5 kegels worden met een tussenafstand van 5 meter geplaatst.
- De deelnemer heeft de keuze de slalom links of rechts van de eerste kegel aan te vangen.
- De deelnemer die een kegel overslaat wordt gediskwalificeerd maar mag wel de wedstrijd uitrijden.
- De kegels mogen geraakt worden.
- De deelnemers moeten in de hun toegewezen dubbele baan blijven.

## 4. Rolstoelkogelstoten

- Gewicht van de kogel:
  - Heren = 1.810 kg
  - Dames = 1.360 kg
- De reglementering is dezelfde als deze van het gewone kogelstoten.





## **PUNENTABEL PENTATLON**

Pentatlon eerste proef: 100m lopen (Tijd in seconden.hondersten)

Tijd	Punten	Tijd	Punten	Tijd	Punten	Tijd	Punten	Tijd	Punten
10.24	1200	10.69	1077	11.14	964	11.59	859	12.04	765
10.25	1197	10.70	1074	11.15	961	11.60	857	12.05	763
10.26	1194	10.71	1072	11.16	959	11.61	855	12.06	761
10.27	1191	10.72	1069	11.17	956	11.62	853	12.07	759
10.28	1188	10.73	1067	11.18	954	11.63	851	12.08	757
10.29	1186	10.74	1064	11.19	952	11.64	848	12.09	755
10.30	1183	10.75	1061	11.20	949	11.65	846	12.10	753
10.31	1180	10.76	1059	11.21	947	11.66	844	12.11	751
10.32	1177	10.77	1056	11.22	944	11.67	842	12.12	749
10.33	1174	10.78	1054	11.23	942	11.68	840	12.13	747
10.34	1172	10.79	1052	11.24	940	11.69	838	12.14	745
10.35	1169	10.80	1048	11.25	937	11.70	835	12.15	743
10.36	1166	10.81	1046	11.26	935	11.71	833	12.16	741
10.37	1163	10.82	1043	11.27	933	11.72	831	12.17	739
10.38	1160	10.83	1041	11.28	930	11.73	829	12.18	737
10.39	1158	10.84	1038	11.29	928	11.74	827	12.19	735
10.40	1155	10.85	1036	11.30	926	11.75	825	12.20	733
10.41	1152	10.86	1033	11.31	923	11.76	823	12.21	731
10.42	1149	10.87	1031	11.32	921	11.77	820	12.22	729
10.43	1147	10.88	1028	11.33	919	11.78	818	12.23	727
10.44	1144	10.89	1025	11.34	916	11.79	816	12.24	725
10.45	1141	10.90	1023	11.35	914	11.80	814	12.25	724
10.46	1138	10.91	1020	11.36	912	11.81	812	12.26	722
10.47	1136	10.92	1018	11.37	909	11.82	810	12.27	720
10.48	1133	10.93	1015	11.38	907	11.83	808	12.28	718
10.49	1130	10.94	1013	11.39	905	11.84	806	12.29	716
10.50	1128	10.95	1010	11.40	902	11.85	804	12.30	714
10.51	1125	10.96	1008	11.41	900	11.86	801	12.31	712
10.52	1122	10.97	1005	11.42	898	11.87	799	12.32	710
10.53	1119	10.98	1003	11.43	895	11.88	797	12.33	708
10.54	1117	10.99	1000	11.44	893	11.89	795	12.34	707
10.55	1114	11.00	998	11.45	891	11.90	793	12.35	705
10.56	1111	11.01	995	11.46	889	11.91	791	12.36	703
10.57	1109	11.02	993	11.47	886	11.92	789	12.37	701
10.58	1106	11.03	990	11.48	884	11.93	787	12.38	699
10.59	1103	11.04	988	11.49	882	11.94	785	12.39	697
10.60	1101	11.05	986	11.50	880	11.95	783	12.40	695
10.61	1098	11.06	983	11.51	877	11.96	781	12.41	694
10.62	1095	11.07	981	11.52	875	11.97	779	12.42	692
10.63	1093	11.08	978	11.53	873	11.98	777	12.43	690
10.64	1090	11.09	976	11.54	871	11.99	775	12.44	688
10.65	1087	11.10	973	11.55	868	12.00	773	12.45	686
10.66	1085	11.11	971	11.56	866	12.01	771	12.46	684
10.67	1082	11.12	968	11.57	864	12.02	769	12.47	683
10.68	1080	11.13	966	11.58	862	12.03	767	12.48	681







Pentatlon eerste proef: 100m lopen (Tijd in seconden.hondersten)

Tijd	Punten	Tijd	Punten	Tijd	Punten	Tijd	Punten	Tijd	Punten
12.49	679	12.94	603	13.39	536	13.84	478	14.73	431
12.50	677	12.95	601	13.40	534	13.85	477	14.75	430
12.51	675	12.96	600	13.41	533	13.86	475	14.78	429
12.52	674	12.97	598	13.42	532	13.87	474	14.80	428
12.53	672	12.98	596	13.43	530	13.88	473	14.83	427
12.54	670	12.99	595	13.44	529	13.89	472	14.85	426
12.55	668	13.00	593	13.45	527	13.90	471	14.88	425
12.56	667	13.01	592	13.46	526	13.91	470	14.91	424
12.57	665	13.02	590	13.47	525	13.92	469	14.93	423
12.58	663	13.03	589	13.48	523	13.93	467	14.96	422
12.59	661	13.04	587	13.49	522	13.94	466	14.98	421
12.60	660	13.05	585	13.50	521	13.95	465	15.01	420
12.61	658	13.06	584	13.51	519	13.96	464	15.04	419
12.62	656	13.07	582	13.52	518	13.97	463	15.06	418
12.63	654	13.08	581	13.53	517	13.98	462	15.09	417
12.64	653	13.09	579	13.54	515	13.99	461	15.11	416
12.65	651	13.10	578	13.55	514	14.00	460	15.14	415
12.66	649	13.11	576	13.56	513	14.02	459	15.17	414
12.67	647	13.12	575	13.57	511	14.04	458	15.19	413
12.68	646	13.13	573	13.58	510	14.07	457	15.22	412
12.69	644	13.14	572	13.59	509	14.09	456	15.25	411
12.70	642	13.15	570	13.60	508	14.12	455	15.27	410
12.71	640	13.16	569	13.61	506	14.14	454	15.30	409
12.72	639	13.17	567	13.62	505	14.17	453	15.32	408
12.73	637	13.18	566	13.63	504	14.19	452	15.35	407
12.74	635	13.19	564	13.64	502	14.22	451	15.38	406
12.75	634	13.20	563	13.65	501	14.24	450	15.40	405
12.76	632	13.21	561	13.66	500	14.27	449	15.43	404
12.77	630	13.22	560	13.67	499	14.29	448	15.46	403
12.78	629	13.23	558	13.68	497	14.32	447	15.48	402
12.79	627	13.24	557	13.69	496	14.35	446	15.51	401
12.80	625	13.25	556	13.70	495	14.37	445	15.54	400
12.81	624	13.26	554	13.71	494	14.40	444	15.56	399
12.82	622	13.27	553	13.72	492	14.41	443	15.59	398
12.83	621	13.28	551	13.73	491	14.45	442	15.62	397
12.84	619	13.29	550	13.74	490	14.47	441	15.64	396
12.85	617	13.30	548	13.75	489	14.50	440	15.67	395
12.86	616	13.31	547	13.76	487	14.52	439	15.70	394
12.87	614	13.32	545	13.77	486	14.55	438	15.72	393
12.88	612	13.33	544	13.78	485	14.57	437	15.75	392
12.89	611	13.34	543	13.79	484	14.60	436	15.78	391
12.90	609	13.35	541	13.80	483	14.62	435	15.80	390
12.91	609	13.36	540	13.81	481	14.65	434	15.83	389
12.92	606	13.37	538	13.82	480	14.68	433	15.86	388
12.93	604	13.38	537	13.83	479	14.70	432	15.88	387





Pentatlon eerste proef: 100m (Tijd in seconden.hondersten)

Tijd	Punten	Tijd	Punten	Tijd	Punten	Tijd	Punten	Tijd	Punten
15.91	386	17.17	341	18.52	296	19.97	251	21.56	206
15.94	385	17.20	340	18.55	295	20.00	250	21.59	205
15.97	384	17.23	339	18.58	294	20.04	249	21.63	204
15.99	383	17.26	338	18.61	293	20.07	248	21.63	203
16.02	382	17.28	337	18.64	292	20.10	247	21.67	202
16.05	381	17.31	336	18.67	291	20.14	246	21.71	201
16.08	380	17.34	335	18.70	290	20.17	245	21.74	200
16.10	379	17.37	334	18.74	289	20.21	244	21.78	199
16.13	378	17.40	333	18.77	288	20.24	243	21.82	198
16.16	377	17.43	332	18.80	287	20.27	242	21.86	197
16.18	376	17.46	331	18.83	286	20.31	241	21.90	196
16.21	375	17.49	330	18.86	285	20.34	240	21.93	195
16.24	374	17.52	329	18.89	284	20.38	239	21.97	194
16.27	373	17.55	328	18.92	283	20.41	238	22.01	193
16.29	372	17.58	327	18.96	282	20.45	237	22.05	192
16.32	371	17.61	326	18.99	281	20.48	236	22.09	191
16.35	370	17.64	325	19.02	280	20.52	235	22.12	190
16.38	369	17.67	324	19.05	279	20.55	234	22.16	189
16.41	368	17.69	323	19.08	278	20.59	233	22.20	188
16.43	367	17.72	322	19.12	277	20.62	232	22.24	187
16.46	366	17.75	321	19.15	276	20.66	231	22.28	186
16.49	365	17.78	320	19.18	275	20.69	230	22.32	185
16.52	364	17.81	319	19.21	274	20.73	229	22.36	184
16.54	363	17.84	318	19.24	273	20.76	228	22.40	183
16.57	362	17.87	317	19.28	272	20.80	227	22.44	182
16.60	361	17.90	316	19.31	271	20.83	226	22.48	181
16.63	360	17.93	315	19.34	270	20.87	225	22.52	180
16.66	359	17.96	314	19.37	269	20.90	224	22.56	179
16.68	358	17.99	313	19.41	268	20.94	223	22.60	178
16.71	357	18.02	312	19.44	267	20.97	222	22.64	177
16.74	356	18.05	311	19.47	266	21.01	221	22.68	176
16.77	355	18.08	310	19.50	265	21.05	220	22.72	175
16.80	354	18.11	309	19.54	264	21.08	219	22.76	174
16.83	353	18.14	308	19.57	263	21.12	218	22.80	173
16.85	352	18.17	307	19.60	262	21.15	217	22.84	172
16.88	351	18.21	306	19.64	261	21.19	216	22.88	171
16.91	350	18.24	305	19.67	260	21.23	215	22.92	170
16.94	349	18.27	304	19.70	259	21.26	214	23.00	169
16.97	348	18.30	303	19.73	258	21.30	213	23.04	168
17.00	347	18.33	302	19.77	257	21.34	212	23.08	167
17.03	346	18.36	301	19.80	256	21.37	211	23.12	166
17.05	345	18.39	300	19.83	255	21.41	210	23.16	165
17.08	344	18.42	299	19.87	254	21.45	209	23.20	164
17.11	343	18.45	298	19.90	253	21.48	208	23.25	163
17.14	342	18.48	297	19.94	252	21.52	207	23.29	162





Pentatlon eerste proef: 100m (Tijd in seconden.hondersten)

Tijd	Punten	Tijd	Punten	Tijd	Punten	Tijd	Punten
23.33	161	25.37	116	27.87	71	31.42	26
23.37	160	25.42	115	27.93	70	31.53	25
23.41	159	25.47	114	28.00	69	31.63	24
23.46	158	25.52	113	28.06	68	31.75	23
23.50	157	25.57	112	28.13	67	31.86	22
23.54	156	25.62	111	28.19	66	31.98	21
23.58	155	25.67	110	28.26	65	32.10	20
23.63	154	25.72	109	28.32	64	32.22	19
23.67	153	25.77	108	28.39	63	32.34	18
23.71	152	25.82	107	28.46	62	32.47	17
23.76	151	25.88	106	28.53	61	32.60	16
23.80	150	25.93	105	28.59	60	32.74	15
23.84	149	25.98	104	28.66	59	32.88	14
23.89	148	26.03	103	28.73	58	33.02	13
23.93	147	26.09	102	28.80	57	33.18	12
23.97	146	26.14	101	28.87	56	33.34	11
24.02	145	26.19	100	28.95	55	33.50	10
24.06	144	26.25	99	29.02	54	33.68	9
24.11	143	26.30	98	29.09	53	33.86	8
24.15	142	26.35	97	29.17	52	34.06	7
24.20	141	26.41	96	29.24	51	34.28	6
24.24	140	26.46	95	29.32	50	34.51	5
24.29	139	26.52	94	29.39	49	34.77	4
24.33	138	26.57	93	29.47	48	35.07	3
24.38	137	26.63	92	29.55	47	35.43	2
24.42	136	26.68	91	29.63	46	35.90	1
24.47	135	26.74	90	29.71	45		
24.51	134	26.80	89	29.79	44		
24.56	133	26.85	88	29.87	43		
24.61	132	26.91	87	29.95	42		
24.65	131	26.97	86	30.03	41		
24.70	130	27.03	85	30.11	40		
24.75	129	27.08	84	30.20	39		
24.79	128	27.14	83	30.28	38		
24.84	127	27.20	82	30.37	37		
24.89	126	27.26	81	30.46	36		
24.93	125	27.32	80	30.55	35		
24.98	124	27.38	79	30.64	34		
25.03	123	27.44	78	30.73	33		
25.08	122	27.50	77	30.83	32		
25.13	121	27.56	76	30.92	31		
25.17	120	27.62	75	31.02	30		
25.22	119	27.68	74	31.12	29		
25.27	118	27.75	73	31.22	28		
25.32	117	27.81	72	31.32	27		





Pentatlon tweede proef: verspringen (score in meters.centimeters)

Afstand	Punten	Afstand	Punten	Afstand	Punten	Afstand	Punten	Afstand	Punten
8.10	1200	7.63	1083	7.16	973	6.69	868	6.22	768
8.09	1197	7.62	1081	7.15	971	6.68	866	6.21	766
8.08	1194	7.61	1079	7.14	968	6.67	864	6.20	764
8.07	1192	7.60	1076	7.13	966	6.66	861	6.19	762
8.06	1189	7.59	1074	7.12	964	6.65	859	6.18	760
8.05	1187	7.58	1071	7.11	961	6.64	857	6.17	758
8.04	1184	7.57	1069	7.10	959	6.63	855	6.16	756
8.03	1182	7.56	1067	7.09	957	6.62	853	6.15	754
8.02	1179	7.55	1064	7.08	955	6.61	851	6.14	752
8.01	1177	7.54	1062	7.07	952	6.60	848	6.13	750
8.00	1174	7.53	1059	7.06	950	6.59	846	6.12	748
7.99	1172	7.52	1055	7.05	948	6.58	844	6.11	746
7.98	1169	7.51	1054	7.04	946	6.57	842	6.10	744
7.97	1167	7.50	1052	7.03	943	6.56	840	6.09	742
7.96	1164	7.49	1050	7.02	941	6.55	838	6.08	740
7.95	1162	7.48	1048	7.01	939	6.54	836	6.07	738
7.94	1159	7.47	1046	7.00	937	6.53	833	6.06	736
7.93	1157	7.46	1043	6.99	934	6.52	831	6.05	734
7.92	1154	7.45	1040	6.98	932	6.51	829	6.04	732
7.91	1152	7.44	1038	6.97	930	6.50	827	6.03	730
7.90	1149	7.43	1036	6.96	928	6.49	825	6.02	728
7.89	1147	7.42	1033	6.95	925	6.48	823	6.01	726
7.88	1145	7.41	1031	6.94	923	6.47	821	6.00	724
7.87	1142	7.40	1029	6.93	921	6.46	819	5.99	722
7.86	1140	7.39	1026	6.92	919	6.45	816	5.98	720
7.85	1137	7.38	1024	6.91	916	6.44	814	5.97	718
7.84	1135	7.37	1022	6.90	914	6.43	812	5.96	716
7.83	1132	7.36	1019	6.89	912	6.42	810	5.95	714
7.82	1130	7.35	1017	6.88	910	6.41	808	5.94	712
7.81	1127	7.34	1015	6.87	907	6.40	806	5.93	710
7.80	1125	7.33	1012	6.86	905	6.39	804	5.92	708
7.79	1122	7.32	1010	6.85	903	6.38	802	5.91	706
7.78	1120	7.31	1008	6.84	901	6.37	800	5.90	704
7.77	1117	7.30	1005	6.83	899	6.36	797	5.89	702
7.76	1115	7.29	1003	6.82	896	6.35	795	5.88	700
7.75	1113	7.28	1001	6.81	894	6.34	793	5.87	698
7.74	1110	7.27	998	6.80	892	6.33	791	5.86	696
7.73	1108	7.26	996	6.79	890	6.32	789	5.85	694
7.72	1105	7.25	994	6.78	888	6.31	787	5.84	692
7.71	1103	7.24	991	6.77	885	6.30	785	5.83	690
7.70	1100	7.23	989	6.76	883	6.29	783	5.82	688
7.69	1098	7.22	987	6.75	881	6.28	781	5.81	686
7.68	1096	7.21	984	6.74	879	6.27	779	5.80	684
7.67	1093	7.20	982	6.73	877	6.26	777	5.79	682
7.66	1091	7.19	980	6.72	874	6.25	775	5.78	680
7.65	1088	7.18	978	6.71	872	6.24	773	5.77	678
7.64	1086	7.17	975	6.70	870	6.23	770	5.76	676





Pentatlon tweede proef: verspringen (score in meters.centimeters)

Afstand	Punten	Afstand	Punten	Afstand	Punten	Afstand	Punten	Afstand	Punten
5.75	674	5.28	586	4.81	503	4.34	426	3.87	354
5.74	673	5.27	584	4.80	501	4.33	424	3.86	352
5.73	671	5.26	582	4.79	500	4.32	423	3.85	351
5.72	669	5.25	581	4.78	498	4.31	421	3.84	349
5.71	667	5.24	579	4.77	496	4.30	419	3.83	348
5.70	665	5.23	577	4.76	495	4.29	418	3.82	347
5.69	663	5.22	575	4.75	493	4.28	416	3.81	345
5.68	661	5.21	573	4.74	491	4.27	415	3.80	344
5.67	659	5.20	572	4.73	490	4.26	413	3.79	342
5.66	657	5.19	570	4.72	489	4.25	412	3.78	341
5.65	655	5.18	568	4.71	486	4.24	410	3.77	339
5.64	653	5.17	566	4.70	484	4.23	408	3.76	338
5.63	651	5.16	564	4.69	483	4.22	407	3.75	336
5.62	649	5.15	563	4.68	481	4.21	405	3.74	335
5.61	648	5.14	561	4.67	479	4.20	404	3.73	334
5.60	646	5.13	559	4.66	478	4.19	402	3.72	332
5.59	644	5.12	557	4.65	476	4.18	401	3.71	331
5.58	642	5.11	555	4.64	474	4.17	399	3.70	329
5.57	640	5.10	554	4.63	473	4.16	398	3.69	328
5.56	638	5.09	552	4.62	471	4.15	396	3.68	326
5.55	636	5.08	550	4.61	469	4.14	394	3.67	325
5.54	634	5.07	548	4.60	468	4.13	393	3.66	324
5.53	632	5.06	547	4.59	466	4.12	391	3.65	322
5.52	630	5.05	545	4.58	465	4.11	390	3.64	321
5.51	629	5.04	543	4.57	463	4.10	388	3.63	319
5.50	627	5.03	541	4.56	461	4.09	387	3.62	318
5.49	625	5.02	539	4.55	460	4.08	385	3.61	316
5.48	623	5.01	538	4.54	458	4.07	384	3.60	315
5.47	621	5.00	536	4.53	456	4.06	382	3.59	314
5.46	619	4.99	534	4.52	455	4.05	381	3.58	312
5.45	617	4.98	532	4.51	453	4.04	379	3.57	311
5.44	615	4.97	531	4.50	451	4.03	378	3.56	309
5.43	614	4.96	529	4.49	450	4.02	376	3.55	308
5.42	612	4.95	527	4.48	448	4.01	375	3.54	307
5.41	610	4.94	525	4.47	447	4.00	373	3.53	305
5.40	608	4.93	524	4.46	445	3.99	372	3.52	304
5.39	606	4.92	522	4.45	443	3.98	370	3.51	303
5.38	604	4.91	520	4.44	442	3.97	369	3.50	301
5.37	603	4.90	519	4.43	440	3.96	367	3.49	300
5.36	601	4.89	517	4.42	438	3.95	366	3.48	298
5.35	599	4.88	515	4.41	437	3.94	364	3.47	297
5.34	597	4.87	513	4.40	435	3.93	363	3.46	296
5.33	595	4.86	512	4.39	434	3.92	361	3.45	294
5.32	593	4.85	510	4.38	432	3.91	360	3.44	293
5.31	591	4.84	508	4.37	430	3.90	358	3.43	292
5.30	590	4.83	507	4.36	429	3.89	357	3.42	290
5.29	588	4.82	505	4.35	427	3.88	355	3.41	289





Pentatlon tweede proef: verspringen (score in meters.centimeters)

Afstand	Punten	Afstand	Punten	Afstand	Punten	Afstand	Punten	Afstand	Punten
3.40	288	2.93	227	2.46	171	1.99	122	1.49	75
3.39	286	2.92	225	2.45	170	1.98	121	1.48	74
3.38	285	2.91	224	2.44	169	1.97	120	1.47	73
3.37	283	2.90	223	2.43	168	1.96	119	1.46	72
3.36	282	2.89	222	2.42	167	1.95	118	1.45	71
3.35	281	2.88	221	2.41	166	1.94	117	1.43	70
3.34	279	2.87	219	2.40	165	1.93	116	1.42	69
3.33	278	2.86	218	2.39	164	1.92	115	1.41	68
3.32	277	2.85	217	2.38	163	1.91	114	1.40	67
3.31	275	2.84	216	2.37	161	1.90	113	1.39	66
3.30	274	2.83	215	2.36	160	1.89	112	1.37	65
3.29	273	2.82	213	2.35	159	1.88	111	1.36	64
3.28	271	2.81	212	2.34	158	1.87	110	1.35	63
3.27	270	2.80	211	2.33	157	1.86	109	1.34	62
3.26	269	2.79	210	2.32	156	1.85	108	1.33	61
3.25	268	2.78	208	2.31	155	1.84	107	1.31	60
3.24	266	2.77	207	2.30	154	1.83	106	1.30	59
3.23	265	2.76	206	2.29	153	1.82	105	1.29	58
3.22	264	2.75	205	2.28	152	1.81	104	1.28	57
3.21	262	2.74	204	2.27	151	1.80	103	1.27	56
3.20	261	2.73	203	2.26	150	1.79	102	1.25	55
3.19	260	2.72	201	2.25	149	1.78	101	1.24	54
3.18	258	2.71	200	2.24	147	1.77	100	1.23	53
3.17	257	2.70	199	2.23	146	1.76	99	1.22	52
3.16	256	2.69	198	2.22	145	1.75	98	1.20	51
3.15	254	2.68	197	2.21	144	1.73	97	1.19	50
3.14	253	2.67	195	2.20	143	1.72	96	1.18	49
3.13	252	2.66	194	2.19	142	1.71	95	1.17	48
3.12	251	2.65	193	2.18	141	1.70	94	1.15	47
3.11	249	2.64	192	2.17	140	1.69	93	1.14	46
3.10	248	2.63	191	2.16	139	1.68	92	1.13	45
3.09	247	2.62	190	2.15	138	1.67	91	1.12	44
3.08	246	2.61	188	2.14	137	1.66	90	1.10	43
3.07	244	2.60	187	2.13	136	1.65	89	1.09	42
3.06	243	2.59	186	2.12	135	1.64	88	1.08	41
3.05	242	2.58	185	2.11	134	1.63	87	1.06	40
3.04	240	2.57	184	2.10	133	1.61	86	1.05	39
3.03	239	2.56	183	2.09	132	1.60	85	1.04	38
3.02	238	2.55	182	2.08	131	1.59	84	1.03	37
3.01	237	2.54	180	2.07	130	1.58	83	1.01	36
3.00	235	2.53	179	2.06	129	1.57	82	1.00	35
2.99	234	2.52	178	2.05	128	1.56	81		
2.98	233	2.51	177	2.04	127	1.55	80		
2.97	232	2.50	176	2.03	126	1.54	79		
2.96	230	2.49	175	2.02	125	1.53	78		
2.95	229	2.48	174	2.01	124	1.51	77		
2.94	228	2.47	173	2.00	123	1.50	76		





Pentatlon derde proef: kogelstoten (score in meters.centimeters)

Afstand	Punten	Afstand	Punten	Afstand	Punten	Afstand	Punten	Afstand	Punten
20.40	1200	19.71	1152	19.01	1104	18.30	1056	17.58	1008
20.39	1199	19.69	1151	18.99	1103	18.28	1055	17.57	1007
20.38	1198	19.68	1150	18.98	1102	18.27	1054	17.55	1006
20.36	1197	19.66	1149	18.96	1101	18.25	1053	17.54	1005
20.35	1196	19.65	1148	18.95	1100	18.24	1052	17.52	1004
20.33	1195	19.64	1147	18.93	1099	18.22	1051	17.51	1003
20.32	1194	19.62	1146	18.92	1098	18.21	1050	17.49	1002
20.30	1193	19.61	1145	18.90	1097	18.19	1049	17.48	1001
20.29	1192	19.59	1144	18.89	1096	18.18	1048	17.46	1000
20.27	1191	19.58	1143	18.87	1095	18.16	1047	17.45	999
20.26	1190	19.56	1142	18.86	1094	18.15	1046	17.43	998
20.25	1189	19.55	1141	18.84	1093	18.14	1045	17.42	997
20.23	1188	19.53	1140	18.83	1092	18.12	1044	17.40	996
20.22	1187	19.52	1139	18.82	1091	18.11	1043	17.39	995
20.20	1186	19.50	1138	18.80	1090	18.09	1042	17.37	994
20.19	1185	19.49	1137	18.79	1089	18.08	1041	17.36	993
20.17	1184	19.48	1136	18.77	1088	18.06	1040	17.34	992
20.16	1183	19.46	1135	18.76	1087	18.05	1039	17.33	991
20.14	1182	19.45	1134	18.74	1086	18.03	1038	17.31	990
20.13	1181	19.43	1133	18.73	1085	18.02	1037	17.30	989
20.12	1180	19.42	1132	18.71	1084	18.00	1036	17.28	988
20.10	1179	19.40	1131	18.70	1083	17.99	1035	17.27	987
20.09	1178	19.39	1130	18.68	1082	17.97	1034	17.25	986
20.07	1177	19.37	1129	18.67	1081	17.96	1033	17.24	985
20.06	1176	19.36	1128	18.65	1080	17.94	1032	17.22	984
20.04	1175	19.34	1127	18.64	1079	17.93	1031	17.21	983
20.03	1174	19.33	1126	18.62	1078	17.91	1030	17.19	982
20.01	1173	19.31	1125	18.61	1077	17.90	1029	17.18	981
20.00	1172	19.30	1124	18.59	1076	17.88	1028	17.16	980
19.98	1171	19.29	1123	18.58	1075	17.87	1027	17.15	979
19.97	1170	19.27	1122	18.56	1074	17.85	1026	17.13	978
19.96	1169	19.26	1121	18.55	1073	17.84	1025	17.12	977
19.94	1168	19.24	1120	18.54	1072	17.82	1024	17.10	976
19.93	1167	19.23	1119	18.52	1071	17.81	1023	17.09	975
19.91	1166	19.21	1118	18.51	1070	17.79	1022	17.07	974
19.90	1165	19.20	1117	18.49	1069	17.78	1021	17.06	973
19.88	1164	19.18	1116	18.48	1068	17.76	1020	17.04	972
19.87	1163	19.17	1115	18.46	1067	17.75	1019	17.03	971
19.85	1162	19.15	1114	18.45	1066	17.73	1018	17.01	970
19.84	1161	19.14	1113	18.43	1065	17.72	1017	17.00	969
19.83	1160	19.12	1112	18.42	1064	17.70	1016	16.98	968
19.81	1159	19.11	1111	18.40	1063	17.69	1015	16.97	967
19.80	1158	19.09	1110	18.39	1062	17.67	1014	16.95	966
19.78	1157	19.08	1109	18.37	1061	17.66	1013	16.94	965
19.77	1156	19.07	1108	18.36	1060	17.64	1012	16.92	964
19.75	1155	19.05	1107	18.34	1059	17.63	1011	16.91	963
19.74	1154	19.04	1106	18.33	1058	17.61	1010	16.89	962
19.72	1153	19.02	1105	18.31	1057	17.60	1009	16.88	961





Pentatlon derde proef: kogelstoten (score in meters.centimeters)

Afstand	Punten	Afstand	Punten	Afstand	Punten	Afstand	Punten	Afstand	Punten
16.86	960	16.13	912	15.40	864	14.66	816	13.91	768
16.85	959	16.12	911	15.38	863	14.64	815	13.90	767
16.83	958	16.10	910	15.37	862	14.63	814	13.88	766
16.82	957	16.09	909	15.35	861	14.61	813	13.86	765
16.80	956	16.07	908	15.34	860	14.60	812	13.85	764
16.78	955	16.06	907	15.32	859	14.58	811	13.83	763
16.77	954	16.04	906	15.31	858	14.57	810	13.82	762
16.75	953	16.03	905	15.29	857	14.55	809	13.80	761
16.74	952	16.01	904	15.28	856	14.54	808	13.79	760
16.72	951	16.00	903	15.26	855	14.52	807	13.77	759
16.71	950	15.98	902	15.24	854	14.50	806	13.75	758
16.69	949	15.97	901	15.23	853	14.49	805	13.74	757
16.68	948	15.95	900	15.21	852	14.47	804	13.72	756
16.66	947	15.93	899	15.20	851	14.46	803	13.71	755
16.65	946	15.92	898	15.18	850	14.44	802	13.69	754
16.63	945	15.90	897	15.17	849	14.43	801	13.68	753
16.62	944	15.89	896	15.15	848	14.41	800	13.66	752
16.60	943	15.87	895	15.14	847	14.40	799	13.64	751
16.59	942	15.86	894	15.12	846	14.38	798	13.63	750
16.57	941	15.84	893	15.11	845	14.36	797	13.61	749
16.56	940	15.83	892	15.09	844	14.35	796	13.60	748
16.54	939	15.81	891	15.08	843	14.33	795	13.58	747
16.53	938	15.80	890	15.06	842	14.32	794	13.57	746
16.51	937	15.78	889	15.04	841	14.30	793	13.55	745
16.50	936	15.77	888	15.03	840	14.29	792	13.53	744
16.48	935	15.75	887	15.01	839	14.27	791	13.52	743
16.47	934	15.74	886	15.00	838	14.26	790	13.50	742
16.45	933	15.72	885	14.98	837	14.24	789	13.49	741
16.44	932	15.71	884	14.97	836	14.22	788	13.47	740
16.42	931	15.69	883	14.95	835	14.21	787	13.46	739
16.41	930	15.67	882	14.94	834	14.19	786	13.44	738
16.39	929	15.66	881	14.92	833	14.18	785	13.42	737
16.38	928	15.64	880	14.91	832	14.16	784	13.41	736
16.36	927	15.63	879	14.89	831	14.15	783	13.39	735
16.35	926	15.61	878	14.87	830	14.13	782	13.38	734
16.33	925	15.60	877	14.86	829	14.11	781	13.36	733
16.32	924	15.58	876	14.84	828	14.10	780	13.34	732
16.30	923	15.57	875	14.83	827	14.08	779	13.33	731
16.29	922	15.55	874	14.81	826	14.07	778	13.31	730
16.27	921	15.54	873	14.80	825	14.05	777	13.30	729
16.25	920	15.52	872	14.78	824	14.04	776	13.28	728
16.24	919	15.51	871	14.77	823	14.02	775	13.27	727
16.22	918	15.49	870	14.75	822	14.01	774	13.25	726
16.21	917	15.48	869	14.74	821	13.99	773	13.23	725
16.19	916	15.46	868	14.72	820	13.97	772	13.22	724
16.18	915	15.44	867	14.71	819	13.96	771	13.20	723
16.16	914	15.43	866	14.69	818	13.94	770	13.19	722
16.15	913	15.41	865	14.68	817	13.93	769	13.17	721







Pentatlon derde proef: kogelstoten (score in meters.centimeters)

Afstand	Punten	Afstand	Punten	Afstand	Punten	Afstand	Punten	Afstand	Punten
13.16	720	12.39	672	11.62	624	10.84	576	10.05	528
13.14	719	12.38	671	11.60	623	10.82	575	10.04	527
13.12	718	12.36	670	11.59	622	10.81	574	10.02	526
13.11	717	12.34	669	11.57	621	10.79	573	10.00	525
13.09	716	12.33	668	11.56	620	10.78	572	9.99	524
13.08	715	12.31	667	11.54	619	10.76	571	9.97	523
13.06	714	12.30	666	11.52	618	10.74	570	9.95	522
13.04	713	12.28	665	11.51	617	10.73	569	9.94	521
13.03	712	12.26	664	11.49	616	10.71	568	9.92	520
13.01	711	12.25	663	11.47	615	10.69	567	9.90	519
13.00	710	12.23	662	11.46	614	10.68	566	9.89	518
12.98	709	12.22	661	11.44	613	10.66	565	9.87	517
12.97	708	12.20	660	11.43	612	10.64	564	9.85	516
12.95	707	12.18	659	11.41	611	10.63	563	9.84	515
12.93	706	12.17	658	11.39	610	10.61	562	9.82	514
12.92	705	12.15	657	11.38	609	10.60	561	9.80	513
12.90	704	12.14	656	11.36	608	10.58	560	9.79	512
12.89	703	12.12	655	11.35	607	10.56	559	9.77	511
12.87	702	12.10	654	11.33	606	10.55	558	9.76	510
12.85	701	12.09	653	11.31	605	10.53	557	9.74	509
12.84	700	12.07	652	11.30	604	10.51	556	9.72	508
12.82	699	12.06	651	11.28	603	10.50	555	9.71	507
12.81	698	12.04	650	11.26	602	10.48	554	9.69	506
12.79	697	12.03	649	11.25	601	10.46	553	9.67	505
12.77	696	12.01	648	11.23	600	10.45	552	9.66	504
12.76	695	11.99	647	11.22	599	10.43	551	9.64	503
12.74	694	11.97	646	11.20	598	10.42	550	9.62	502
12.73	693	11.96	645	11.18	597	10.40	549	9.61	501
12.71	692	11.94	644	11.17	596	10.38	548	9.59	500
12.69	691	11.93	643	11.15	595	10.37	547	9.57	499
12.68	690	11.91	642	11.13	594	10.35	546	9.56	498
12.66	689	11.89	641	11.12	593	10.33	545	9.54	497
12.65	688	11.88	640	11.10	592	10.32	544	9.52	496
12.63	687	11.86	639	11.09	591	10.30	543	9.51	495
12.62	686	11.85	638	11.07	590	10.28	542	9.49	494
12.60	685	11.83	637	11.05	589	10.27	541	9.47	493
12.58	684	11.81	636	11.04	588	10.25	540	9.46	492
12.57	683	11.80	635	11.02	587	10.23	539	9.44	491
12.55	682	11.78	634	11.00	586	10.22	538	9.42	490
12.54	681	11.77	633	10.99	585	10.20	537	9.41	489
12.52	680	11.75	632	10.97	584	10.18	536	9.39	488
12.50	679	11.73	631	10.95	583	10.17	535	9.37	487
12.49	678	11.72	630	10.94	582	10.15	534	9.36	486
12.47	677	11.70	629	10.92	581	10.14	533	9.34	485
12.46	676	11.68	628	10.91	580	10.12	532	9.32	484
12.44	675	11.67	627	10.89	579	10.10	531	9.31	483
12.42	674	11.65	626	10.87	578	10.09	530	9.29	482
12.41	673	11.64	625	10.86	577	10.07	529	9.27	481





Pentatlon derde proef: kogelstoten (score in meters.centimeters)

Afstand	Punten	Afstand	Punten	Afstand	Punten	Afstand	Punten	Afstand	Punten
9.26	480	8.45	432	7.64	384	6.81	336	5.98	288
9.24	479	8.43	431	7.62	383	6.79	335	5.96	287
9.22	478	8.42	430	7.60	382	6.78	334	5.94	286
9.21	477	8.40	429	7.58	381	6.76	333	5.93	285
9.19	476	8.38	428	7.57	380	6.74	332	5.91	284
9.17	475	8.37	427	7.55	379	6.73	331	5.89	283
9.16	474	8.35	426	7.53	378	6.71	330	5.87	282
9.14	473	8.33	425	7.52	377	6.69	329	5.85	281
9.12	472	8.32	424	7.50	376	6.67	328	5.84	280
9.11	471	8.30	423	7.48	375	6.66	327	5.82	279
9.09	470	8.28	422	7.47	374	6.64	326	5.80	278
9.07	469	8.26	421	7.45	373	6.62	325	5.78	277
9.06	468	8.25	420	7.43	372	6.60	324	5.77	276
9.04	467	8.23	419	7.41	371	6.59	323	5.75	275
9.02	466	8.21	418	7.40	370	6.57	322	5.73	274
9.01	465	8.20	417	7.38	369	6.55	321	5.71	273
8.99	464	8.18	416	7.36	368	6.53	320	5.70	272
8.97	463	8.16	415	7.35	367	6.52	319	5.68	271
8.96	462	8.15	414	7.33	366	6.50	318	5.66	270
8.94	461	8.13	413	7.31	365	6.48	317	5.64	269
8.92	460	8.11	412	7.29	364	6.47	316	5.63	268
8.91	459	8.10	411	7.28	363	6.45	315	5.61	267
8.89	458	8.08	410	7.26	362	6.43	314	5.59	266
8.87	457	8.06	409	7.24	361	6.41	313	5.57	265
8.85	456	8.04	408	7.23	360	6.40	312	5.56	264
8.84	455	8.03	407	7.21	359	6.38	311	5.54	263
8.82	454	8.01	406	7.19	358	6.36	310	5.52	262
8.80	453	7.99	405	7.17	357	6.34	309	5.50	261
8.79	452	7.98	404	7.16	356	6.33	308	5.49	260
8.77	451	7.96	403	7.14	355	6.31	307	5.47	259
8.75	450	7.94	402	7.12	354	6.29	306	5.45	258
8.74	449	7.93	401	7.10	353	6.27	305	5.43	257
8.72	448	7.91	400	7.09	352	6.26	304	5.42	256
8.70	447	7.89	399	7.07	351	6.24	303	5.40	255
8.69	446	7.87	398	7.05	350	6.22	302	5.38	254
8.67	445	7.86	397	7.04	349	6.20	301	5.36	253
8.65	444	7.84	396	7.02	348	6.19	300	5.35	252
8.64	443	7.82	395	7.00	347	6.17	299	5.33	251
8.62	442	7.81	394	6.98	346	6.15	298	5.31	250
8.60	441	7.79	393	6.97	345	6.13	297	5.29	249
8.59	440	7.77	392	6.95	344	6.12	296	5.27	248
8.57	439	7.76	391	6.93	343	6.10	295	5.26	247
8.55	438	7.74	390	6.92	342	6.08	294	5.24	246
8.54	437	7.72	389	6.90	341	6.06	293	5.22	245
8.52	436	7.70	388	6.88	340	6.05	292	5.20	244
8.50	435	7.69	387	6.86	339	6.03	291	5.19	243
8.48	434	7.67	386	6.85	338	6.01	290	5.17	242
8.47	433	7.65	385	6.83	337	5.99	289	5.15	241





Pentatlon derde proef: kogelstoten (score in meters.centimeters)

Afstand	Punten	Afstand	Punten	Afstand	Punten	Afstand	Punten	Afstand	Punten
5.13	240	4.28	192	3.41	144	2.53	96	1.64	48
5.12	239	4.26	191	3.39	143	2.52	95	1.62	47
5.10	238	4.24	190	3.38	142	2.50	94	1.61	46
5.08	237	4.22	189	3.36	141	2.48	93	1.59	45
5.06	236	4.21	188	3.34	140	2.46	92	1.57	44
5.04	235	4.19	187	3.32	139	2.44	91	1.55	43
5.03	234	4.17	186	3.30	138	2.42	90	1.53	42
5.01	233	4.15	185	3.28	137	2.40	89	1.51	41
4.99	232	4.13	184	3.27	136	2.39	88	1.49	40
4.97	231	4.12	183	3.25	135	2.37	87	1.47	39
4.96	230	4.10	182	3.23	134	2.35	86	1.46	38
4.94	229	4.08	181	3.21	133	2.33	85	1.44	37
4.92	228	4.06	180	3.19	132	2.31	84	1.42	36
4.90	227	4.04	179	3.17	131	2.29	83	1.40	35
4.88	226	4.03	178	3.16	130	2.28	82	1.38	34
4.87	225	4.01	177	3.14	129	2.26	81	1.36	33
4.85	224	3.99	176	3.12	128	2.24	80	1.34	32
4.83	223	3.97	175	3.10	127	2.22	79	1.32	31
4.81	222	3.95	174	3.08	126	2.20	78	1.31	30
4.80	221	3.94	173	3.07	125	2.18	77	1.29	29
4.78	220	3.92	172	3.05	124	2.16	76	1.27	28
4.76	219	3.90	171	3.03	123	2.15	75	1.25	27
4.74	218	3.88	170	3.01	122	2.13	74	1.23	26
4.72	217	3.86	169	2.99	121	2.11	73	1.21	25
4.71	216	3.85	168	2.97	120	2.09	72	1.19	24
4.69	215	3.83	167	2.96	119	2.07	71	1.17	23
4.67	214	3.81	166	2.94	118	2.05	70	1.16	22
4.65	213	3.79	165	2.92	117	2.03	69	1.14	21
4.64	212	3.77	164	2.90	116	2.01	68	1.12	20
4.62	211	3.76	163	2.88	115	2.00	67	1.10	19
4.60	210	3.74	162	2.86	114	1.98	66	1.08	18
4.58	209	3.72	161	2.85	113	1.96	65	1.06	17
4.56	208	3.70	160	2.83	112	1.94	64	1.04	16
4.55	207	3.68	159	2.81	111	1.92	63	1.02	15
4.53	206	3.67	158	2.79	110	1.90	62	1.01	14
4.51	205	3.65	157	2.77	109	1.89	61	0.99	13
4.49	204	3.63	156	2.75	108	1.87	60	0.97	12
4.47	203	3.61	155	2.74	107	1.85	59	0.95	11
4.46	202	3.59	154	2.72	106	1.83	58	0.93	10
4.44	201	3.57	153	2.70	105	1.81	57	0.91	9
4.42	200	3.56	152	2.68	104	1.79	56	0.89	8
4.40	199	3.54	151	2.66	103	1.77	55	0.87	7
4.39	198	3.52	150	2.64	102	1.75	54	0.85	6
4.37	197	3.50	149	2.63	101	1.74	53	0.84	5
4.35	196	3.48	148	2.61	100	1.72	52	0.82	4
4.33	195	3.47	147	2.59	99	1.70	51	0.80	3
4.31	194	3.45	146	2.57	98	1.69	50	0.78	2
4.30	193	3.43	145	2.55	97	1.66	49	0.76	1





Pentatlon vierde proef: hoogspringen  
 (score in meters.centimeters)

Score	Punten	Score	Punten	Score	Punten
2.29	1200	1.82	799	1.35	438
2.28	1191	1.81	791	1.34	430
2.27	1182	1.80	783	1.33	423
2.26	1173	1.79	775	1.32	416
2.25	1164	1.78	767	1.31	409
2.24	1155	1.77	759	1.30	401
2.23	1146	1.76	751	1.29	394
2.22	1138	1.75	743	1.28	387
2.21	1129	1.74	735	1.27	380
2.20	1120	1.73	727	1.26	373
2.19	1111	1.72	719	1.25	366
2.18	1102	1.71	711	1.24	359
2.17	1094	1.70	703	1.23	351
2.16	1085	1.69	695	1.22	344
2.15	1076	1.68	688	1.21	337
2.14	1068	1.67	680	1.20	330
2.13	1059	1.66	672	1.19	323
2.12	1050	1.65	664	1.18	316
2.11	1042	1.64	656	1.17	309
2.10	1033	1.63	649	1.16	302
2.09	1025	1.62	641	1.15	295
2.08	1016	1.61	633	1.14	288
2.07	1007	1.60	625	1.13	282
2.06	999	1.59	618	1.12	275
2.05	990	1.58	610	1.11	268
2.04	982	1.57	602	1.10	261
2.03	973	1.56	595	1.09	254
2.02	965	1.55	587	1.08	247
2.01	957	1.54	579	1.07	240
2.00	948	1.53	572	1.06	234
1.99	940	1.52	564	1.05	227
1.98	931	1.51	556	1.04	220
1.97	923	1.50	549	1.03	213
1.96	915	1.49	541	1.02	207
1.95	906	1.48	534	1.01	200
1.94	898	1.47	526	1.00	193
1.93	890	1.46	519	0.99	187
1.92	881	1.45	511	0.98	180
1.91	873	1.44	504	0.97	173
1.90	865	1.43	497	0.96	167
1.89	857	1.42	489	0.95	160
1.88	848	1.41	482	0.94	153
1.87	840	1.40	474	0.93	147
1.86	832	1.39	467	0.92	140
1.85	824	1.38	460	0.91	134
1.84	816	1.37	452	0.90	127
1.83	806	1.36	445		





Pentatlon vijfde proef: 800 meter lopen (score in seconden.hondersten)

Tijd	Punten	Tijd	Punten	Tijd	Punten	Tijd	Punten	Tijd	Punten
1:45.70	1200	1:47.78	1152	1:49.91	1104	1:52.10	1056	1:54.35	1008
1:45.74	1199	1:47.82	1151	1:49.96	1103	1:52.15	1055	1:54.40	1007
1:45.78	1198	1:47.87	1150	1:50.00	1102	1:52.20	1054	1:54.44	1006
1:45.82	1197	1:47.91	1149	1:50.05	1101	1:52.24	1053	1:54.49	1005
1:45.87	1196	1:47.96	1148	1:50.09	1100	1:52.29	1052	1:54.54	1004
1:45.91	1195	1:48.00	1147	1:50.14	1099	1:52.33	1051	1:54.59	1003
1:45.95	1194	1:48.04	1146	1:50.18	1098	1:52.38	1050	1:54.64	1002
1:46.00	1193	1:48.09	1145	1:50.23	1097	1:52.43	1049	1:54.68	1001
1:46.04	1192	1:48.13	1144	1:50.28	1096	1:52.47	1048	1:54.73	1000
1:46.08	1191	1:48.18	1143	1:50.32	1095	1:52.52	1047	1:54.78	999
1:46.13	1190	1:48.22	1142	1:50.37	1094	1:52.57	1046	1:54.83	998
1:46.17	1189	1:48.26	1141	1:50.41	1093	1:52.61	1045	1:54.87	997
1:46.21	1188	1:48.31	1140	1:50.46	1092	1:52.66	1044	1:54.92	996
1:46.26	1187	1:48.35	1139	1:50.50	1091	1:52.71	1043	1:54.97	995
1:46.30	1186	1:48.40	1138	1:50.55	1090	1:52.75	1042	1:55.02	994
1:46.34	1185	1:48.44	1137	1:50.59	1089	1:52.80	1041	1:55.06	993
1:46.38	1184	1:48.49	1136	1:50.64	1088	1:52.85	1040	1:55.11	992
1:46.43	1183	1:48.53	1135	1:50.68	1087	1:52.89	1039	1:55.16	991
1:46.47	1182	1:48.57	1134	1:50.73	1086	1:52.94	1038	1:55.21	990
1:46.51	1181	1:48.62	1133	1:50.77	1085	1:52.99	1037	1:55.26	989
1:46.56	1180	1:48.66	1132	1:50.82	1084	1:53.03	1036	1:55.30	988
1:46.60	1179	1:48.71	1131	1:50.86	1083	1:53.08	1035	1:55.35	987
1:46.64	1178	1:48.75	1130	1:50.91	1082	1:53.13	1034	1:55.40	986
1:46.69	1177	1:48.80	1129	1:50.96	1081	1:53.17	1033	1:55.45	985
1:46.73	1176	1:48.84	1128	1:51.00	1080	1:53.22	1032	1:55.50	984
1:46.77	1175	1:48.88	1127	1:51.05	1079	1:53.27	1031	1:55.55	983
1:46.82	1174	1:48.93	1126	1:51.09	1078	1:53.31	1030	1:55.59	982
1:46.86	1173	1:48.97	1125	1:51.14	1077	1:53.36	1029	1:55.64	981
1:46.91	1172	1:49.02	1124	1:51.18	1076	1:53.41	1028	1:55.69	980
1:46.95	1171	1:49.06	1123	1:51.23	1075	1:53.45	1027	1:55.74	979
1:46.99	1170	1:49.11	1122	1:51.28	1074	1:53.50	1026	1:55.79	978
1:47.04	1169	1:49.15	1121	1:51.32	1073	1:53.55	1025	1:55.83	977
1:47.08	1168	1:49.20	1120	1:51.37	1072	1:53.59	1024	1:55.88	976
1:47.12	1167	1:49.24	1119	1:51.41	1071	1:53.64	1023	1:55.93	975
1:47.17	1166	1:49.29	1118	1:51.46	1070	1:53.69	1022	1:55.98	974
1:47.21	1165	1:49.33	1117	1:51.50	1069	1:53.74	1021	1:56.03	973
1:47.25	1164	1:49.38	1116	1:51.55	1068	1:53.78	1020	1:56.08	972
1:47.30	1163	1:49.42	1115	1:51.60	1067	1:53.83	1019	1:56.12	971
1:47.34	1162	1:49.47	1114	1:51.64	1066	1:53.88	1018	1:56.17	970
1:47.39	1161	1:49.51	1113	1:51.69	1065	1:53.92	1017	1:56.22	969
1:47.43	1160	1:49.55	1112	1:51.73	1064	1:53.97	1016	1:56.27	968
1:47.47	1159	1:49.60	1111	1:51.78	1063	1:54.02	1015	1:56.32	967
1:47.52	1158	1:49.64	1110	1:51.83	1062	1:54.07	1014	1:56.37	966
1:47.56	1157	1:49.69	1109	1:51.87	1061	1:54.11	1013	1:56.42	965
1:47.60	1156	1:49.73	1108	1:51.92	1060	1:54.16	1012	1:56.47	964
1:47.65	1155	1:49.78	1107	1:51.96	1059	1:54.21	1011	1:56.51	963
1:47.69	1154	1:49.82	1106	1:52.01	1058	1:54.26	1010	1:56.56	962
1:47.74	1153	1:49.87	1105	1:52.06	1057	1:54.30	1009	1:56.61	961





Pentatlon vijfde proef: 800 meter lopen (score in seconden.hondersten)

Tijd	Punten	Tijd	Punten	Tijd	Punten	Tijd	Punten	Tijd	Punten
1:56.66	960	1:59.04	912	2:01.49	864	2:04.03	816	2:06.66	768
1:56.71	959	1:59.09	911	2:01.55	863	2:04.09	815	2:06.72	767
1:56.76	958	1:59.14	910	2:01.60	862	2:04.14	814	2:06.78	766
1:56.81	957	1:59.19	909	2:01.65	861	2:04.19	813	2:06.83	765
1:56.86	956	1:59.24	908	2:01.70	860	2:04.25	812	2:06.89	764
1:56.90	955	1:59.29	907	2:01.76	859	2:04.30	811	2:06.94	763
1:56.95	954	1:59.34	906	2:01.81	858	2:04.36	810	2:07.00	762
1:57.00	953	1:59.39	905	2:01.86	857	2:04.41	809	2:07.06	761
1:57.05	952	1:59.44	904	2:01.91	856	2:04.46	808	2:07.11	760
1:57.10	951	1:59.49	903	2:01.96	855	2:04.52	807	2:07.17	759
1:57.15	950	1:59.54	902	2:02.02	854	2:04.57	806	2:07.22	758
1:57.20	949	1:59.60	901	2:02.07	853	2:04.63	805	2:07.28	757
1:57.25	948	1:59.65	900	2:02.12	852	2:04.68	804	2:07.34	756
1:57.30	947	1:59.70	899	2:02.17	851	2:04.74	803	2:07.39	755
1:57.35	946	1:59.75	898	2:02.23	850	2:04.79	802	2:07.45	754
1:57.40	945	1:59.80	897	2:02.28	849	2:04.84	801	2:07.51	753
1:57.45	944	1:59.85	896	2:02.33	848	2:04.90	800	2:07.56	752
1:57.49	943	1:59.90	895	2:02.38	847	2:04.95	799	2:07.62	751
1:57.54	942	1:59.95	894	2:02.44	846	2:05.01	798	2:07.68	750
1:57.59	941	2:00.00	893	2:02.49	845	2:05.06	797	2:07.73	749
1:57.64	940	2:00.05	892	2:02.54	844	2:05.12	796	2:07.79	748
1:57.69	939	2:00.10	891	2:02.59	843	2:05.17	795	2:07.85	747
1:57.74	938	2:00.16	890	2:02.65	842	2:05.23	794	2:07.90	746
1:57.79	937	2:00.21	889	2:02.70	841	2:05.28	793	2:07.96	745
1:57.84	936	2:00.26	888	2:02.75	840	2:05.34	792	2:08.02	744
1:57.89	935	2:00.31	887	2:02.81	839	2:05.39	791	2:08.07	743
1:57.94	934	2:00.36	886	2:02.86	838	2:05.45	790	2:08.13	742
1:57.99	933	2:00.41	885	2:02.91	837	2:05.50	789	2:08.19	741
1:58.04	932	2:00.46	884	2:02.96	836	2:05.56	788	2:08.24	740
1:58.09	931	2:00.51	883	2:03.02	835	2:05.61	787	2:08.30	739
1:58.14	930	2:00.56	882	2:03.07	834	2:05.67	786	2:08.36	738
1:58.19	929	2:00.62	881	2:03.12	833	2:05.72	785	2:08.42	737
1:58.24	928	2:00.67	880	2:03.18	832	2:05.78	784	2:08.47	736
1:58.29	927	2:00.72	879	2:03.23	831	2:05.83	783	2:08.53	735
1:58.34	926	2:00.77	878	2:03.28	830	2:05.89	782	2:08.59	734
1:58.39	925	2:00.82	877	2:03.34	829	2:05.94	781	2:08.65	733
1:58.44	924	2:00.87	876	2:03.39	828	2:06.00	780	2:08.70	732
1:58.49	923	2:00.93	875	2:03.44	827	2:06.05	779	2:08.76	731
1:58.54	922	2:00.98	874	2:03.50	826	2:06.11	778	2:08.82	730
1:58.59	921	2:01.03	873	2:03.55	825	2:06.16	777	2:08.88	729
1:58.64	920	2:01.08	872	2:03.60	824	2:06.22	776	2:08.93	728
1:58.69	919	2:01.13	871	2:03.66	823	2:06.27	775	2:08.99	727
1:58.74	918	2:01.18	870	2:03.71	822	2:06.33	774	2:09.05	726
1:58.79	917	2:01.24	869	2:03.76	821	2:06.38	773	2:09.11	725
1:58.84	916	2:01.29	868	2:03.82	820	2:06.44	772	2:09.17	724
1:58.89	915	2:01.34	867	2:03.87	819	2:06.50	771	2:09.22	723
1:58.94	914	2:01.39	866	2:03.93	818	2:06.55	770	2:09.28	722
1:58.99	913	2:01.44	865	2:03.98	817	2:06.61	769	2:09.34	721





Pentatlon vijfde proef: 800 meter lopen (score in seconden.hondersten)

Tijd	Punten	Tijd	Punten	Tijd	Punten	Tijd	Punten	Tijd	Punten
2:09.40	720	2:12.25	672	2:15.23	624	2:18.37	576	2:21.68	528
2:09.46	719	2:12.31	671	2:15.29	623	2:18.43	575	2:21.75	527
2:09.51	718	2:12.37	670	2:15.36	622	2:18.50	574	2:21.83	526
2:09.57	717	2:12.43	669	2:15.42	621	2:18.57	573	2:21.90	525
2:09.63	716	2:12.49	668	2:15.49	620	2:18.64	572	2:21.97	524
2:09.69	715	2:12.55	667	2:15.55	619	2:18.70	571	2:22.04	523
2:09.75	714	2:12.61	666	2:15.61	618	2:18.77	570	2:22.11	522
2:09.81	713	2:12.67	665	2:15.68	617	2:18.84	569	2:22.18	521
2:09.86	712	2:12.74	664	2:15.74	616	2:18.91	568	2:22.26	520
2:09.92	711	2:12.80	663	2:15.81	615	2:18.97	567	2:22.33	519
2:09.98	710	2:12.86	662	2:15.87	614	2:19.04	566	2:22.40	518
2:10.04	709	2:12.92	661	2:15.94	613	2:19.11	565	2:22.47	517
2:10.10	708	2:12.98	660	2:16.00	612	2:19.18	564	2:22.54	516
2:10.16	707	2:13.04	659	2:16.06	611	2:19.25	563	2:22.62	515
2:10.22	706	2:13.10	658	2:16.13	610	2:19.31	562	2:22.69	514
2:10.27	705	2:13.16	657	2:16.19	609	2:19.38	561	2:22.76	513
2:10.33	704	2:13.23	656	2:16.26	608	2:19.45	560	2:22.83	512
2:10.39	703	2:13.29	655	2:16.32	607	2:19.52	559	2:22.91	511
2:10.45	702	2:13.35	654	2:16.39	606	2:19.59	558	2:22.98	510
2:10.51	701	2:13.41	653	2:16.45	605	2:19.66	557	2:23.05	509
2:10.57	700	2:13.47	652	2:16.52	604	2:19.73	556	2:23.13	508
2:10.63	699	2:13.54	651	2:16.58	603	2:19.79	555	2:23.20	507
2:10.69	698	2:13.60	650	2:16.65	602	2:19.86	554	2:23.27	506
2:10.75	697	2:13.66	649	2:16.71	601	2:19.93	553	2:23.35	505
2:10.81	696	2:13.72	648	2:16.78	600	2:20.00	552	2:23.42	504
2:10.87	695	2:13.78	647	2:16.84	599	2:20.07	551	2:23.49	503
2:10.93	694	2:13.85	646	2:16.91	598	2:20.14	550	2:23.57	502
2:10.99	693	2:13.91	645	2:16.97	597	2:20.21	549	2:23.64	501
2:11.04	692	2:13.97	644	2:17.04	596	2:20.28	548	2:23.71	500
2:11.10	691	2:14.03	643	2:17.11	595	2:20.35	547	2:23.79	499
2:11.16	690	2:14.10	642	2:17.17	594	2:20.42	546	2:23.86	498
2:11.22	689	2:14.16	641	2:17.24	593	2:20.49	545	2:23.94	497
2:11.28	688	2:14.22	640	2:17.30	592	2:20.56	544	2:24.01	496
2:11.34	687	2:14.28	639	2:17.37	591	2:20.63	543	2:24.08	495
2:11.40	686	2:14.35	638	2:17.44	590	2:20.70	542	2:24.16	494
2:11.46	685	2:14.41	637	2:17.50	589	2:20.77	541	2:24.23	493
2:11.52	684	2:14.47	636	2:17.57	588	2:20.84	540	2:24.31	492
2:11.58	683	2:14.53	635	2:17.63	587	2:20.91	539	2:24.38	491
2:11.64	682	2:14.60	634	2:17.70	586	2:20.98	538	2:24.46	490
2:11.70	681	2:14.66	633	2:17.77	585	2:21.05	537	2:24.53	489
2:11.76	680	2:14.72	632	2:17.83	584	2:21.12	536	2:24.61	488
2:11.82	679	2:14.79	631	2:17.90	583	2:21.19	535	2:24.68	487
2:11.88	678	2:14.85	630	2:17.97	582	2:21.26	534	2:24.76	486
2:11.94	677	2:14.91	629	2:18.03	581	2:21.33	533	2:24.83	485
2:12.01	676	2:14.98	628	2:18.10	580	2:21.40	532	2:24.91	484
2:12.07	675	2:15.04	627	2:18.17	579	2:21.47	531	2:24.99	483
2:12.13	674	2:15.10	626	2:18.23	578	2:21.54	530	2:25.06	482
2:12.19	673	2:15.17	625	2:18.30	577	2:21.61	529	2:25.14	481





Pentatlon vijfde proef: 800 meter lopen (score in seconden.hondersten)

Tijd	Punten	Tijd	Punten	Tijd	Punten	Tijd	Punten	Tijd	Punten
2:25.21	480	2:29.01	432	2:33.13	384	2:37.69	336	2:45.41	288
2:25.29	479	2:29.09	431	2:33.22	383	2:37.79	335	2:45.74	287
2:25.37	478	2:29.17	430	2:33.31	382	2:37.89	334	2:46.07	286
2:25.44	477	2:29.25	429	2:33.40	381	2:38.00	333	2:46.40	285
2:25.52	476	2:29.34	428	2:33.49	380	2:38.10	332	2:46.73	284
2:25.60	475	2:29.42	427	2:33.58	379	2:38.20	331	2:47.06	283
2:25.67	474	2:29.50	426	2:33.67	378	2:38.30	330	2:47.40	282
2:25.75	473	2:29.59	425	2:33.77	377	2:38.40	329	2:47.73	281
2:25.83	472	2:29.67	424	2:33.86	376	2:38.51	328	2:48.06	280
2:25.90	471	2:29.75	423	2:33.95	375	2:38.61	327	2:48.40	279
2:25.98	470	2:29.84	422	2:34.04	374	2:38.71	326	2:48.73	278
2:26.06	469	2:29.92	421	2:34.13	373	2:38.82	325	2:49.07	277
2:26.13	468	2:30.00	420	2:34.22	372	2:38.92	324	2:49.40	276
2:26.21	467	2:30.09	419	2:34.32	371	2:39.02	323	2:49.74	275
2:26.29	466	2:30.17	418	2:34.41	370	2:39.13	322	2:50.08	274
2:26.37	465	2:30.26	417	2:34.50	369	2:39.23	321	2:50.42	273
2:26.45	464	2:30.34	416	2:34.60	368	2:39.34	320	2:50.76	272
2:26.52	463	2:30.42	415	2:34.69	367	2:39.44	319	2:51.09	271
2:26.60	462	2:30.51	414	2:34.78	366	2:39.55	318	2:51.43	270
2:26.68	461	2:30.59	413	2:34.88	365	2:39.65	317	2:51.78	269
2:26.76	460	2:30.68	412	2:34.97	364	2:39.76	316	2:52.12	268
2:26.84	459	2:30.76	411	2:35.06	363	2:39.87	315	2:52.46	267
2:26.92	458	2:30.85	410	2:35.16	362	2:39.97	314	2:52.80	266
2:26.99	457	2:30.94	409	2:35.25	361	2:40.08	313	2:53.14	265
2:27.07	456	2:31.02	408	2:35.35	360	2:40.19	312	2:53.49	264
2:27.15	455	2:31.11	407	2:35.44	359	2:40.30	311	2:53.83	263
2:27.23	454	2:31.19	406	2:35.54	358	2:40.40	310	2:54.18	262
2:27.31	453	2:31.28	405	2:35.63	357	2:40.51	309	2:54.52	261
2:27.39	452	2:31.37	404	2:35.73	356	2:40.62	308	2:54.87	260
2:27.47	451	2:31.45	403	2:35.83	355	2:40.73	307	2:55.22	259
2:27.55	450	2:31.54	402	2:35.92	354	2:40.84	306	2:55.57	258
2:27.63	449	2:31.63	401	2:36.02	353	2:40.95	305	2:55.91	257
2:27.71	448	2:31.71	400	2:36.11	352	2:41.06	304	2:56.26	256
2:27.79	447	2:31.80	399	2:36.21	351	2:41.17	303	2:56.61	255
2:27.87	446	2:31.89	398	2:36.31	350	2:41.28	302	2:56.96	254
2:27.95	445	2:31.98	397	2:36.41	349	2:41.39	301	2:57.31	253
2:28.03	444	2:32.06	396	2:36.50	348	2:41.50	300	2:57.67	252
2:28.11	443	2:32.15	395	2:36.60	347	2:41.82	299	2:58.02	251
2:28.19	442	2:32.24	394	2:36.70	346	2:42.14	298	2:58.37	250
2:28.27	441	2:32.33	393	2:36.80	345	2:42.47	297	2:58.73	249
2:28.35	440	2:32.42	392	2:36.90	344	2:42.79	296	2:59.08	248
2:28.43	439	2:32.51	391	2:36.99	343	2:43.12	295	2:59.44	247
2:28.52	438	2:32.59	390	2:37.09	342	2:43.44	294	2:59.79	246
2:28.60	437	2:32.68	389	2:37.19	341	2:43.77	293	3:00.15	245
2:28.68	436	2:32.77	388	2:37.29	340	2:44.09	292	3:00.51	244
2:28.76	435	2:32.86	387	2:37.39	339	2:44.42	291	3:00.87	243
2:28.84	434	2:32.95	386	2:37.49	338	2:44.75	290	3:01.23	242
2:28.92	433	2:33.04	385	2:37.59	337	2:45.08	289	3:01.59	241







Pentatlon vijfde proef: 800 meter lopen (score in seconden.hondersten)

Tijd	Punten	Tijd	Punten	Tijd	Punten	Tijd	Punten	Tijd	Punten
3:01.95	240	3:20.25	192	3:41.03	144	4:05.71	96	4:37.97	48
3:02.31	239	3:20.65	191	3:41.50	143	4:06.29	95	4:38.79	47
3:02.67	238	3:21.06	190	3:41.97	142	4:06.86	94	4:39.62	46
3:03.03	237	3:21.46	189	3:42.44	141	4:07.44	93	4:40.45	45
3:03.40	236	3:21.87	188	3:42.91	140	4:08.03	92	4:41.30	44
3:03.76	235	3:22.28	187	3:43.38	139	4:08.61	91	4:42.15	43
3:04.13	234	3:22.69	186	3:43.86	138	4:09.20	90	4:43.02	42
3:04.49	233	3:23.10	185	3:44.34	137	4:09.80	89	4:43.90	41
3:04.86	232	3:23.51	184	3:44.82	136	4:10.39	88	4:44.78	40
3:05.23	231	3:23.92	183	3:45.30	135	4:10.99	87	4:45.68	39
3:05.60	230	3:24.34	182	3:45.78	134	4:11.60	86	4:46.59	38
3:05.96	229	3:24.75	181	3:46.27	133	4:12.20	85	4:47.52	37
3:06.33	228	3:25.17	180	3:46.75	132	4:12.81	84	4:48.45	36
3:06.71	227	3:25.59	179	3:47.24	131	4:13.43	83	4:49.40	35
3:07.08	226	3:26.01	178	3:47.73	130	4:14.05	82	4:50.36	34
3:07.45	225	3:26.43	177	3:48.22	129	4:14.67	81	4:51.34	33
3:07.82	224	3:26.85	176	3:48.72	128	4:15.29	80	4:52.34	32
3:08.20	223	3:27.27	175	3:49.21	127	4:15.92	79	4:53.35	31
3:08.57	222	3:27.69	174	3:49.71	126	4:16.56	78	4:54.37	30
3:08.95	221	3:28.12	173	3:50.21	125	4:17.20	77	4:55.42	29
3:09.32	220	3:28.55	172	3:50.72	124	4:17.84	76	4:56.48	28
3:09.70	219	3:28.97	171	3:51.22	123	4:18.48	75	4:57.56	27
3:10.08	218	3:29.40	170	3:51.73	122	4:19.13	74	4:58.67	26
3:10.46	217	3:29.83	169	3:52.23	121	4:19.79	73	4:59.79	25
3:10.84	216	3:30.26	168	3:52.74	120	4:20.45	72	5:00.94	24
3:11.22	215	3:30.70	167	3:53.26	119	4:21.11	71	5:02.12	23
3:11.60	214	3:31.13	166	3:53.77	118	4:21.78	70	5:03.32	22
3:11.99	213	3:31.56	165	3:54.29	117	4:22.46	69	5:04.55	21
3:12.37	212	3:32.00	164	3:54.81	116	4:23.14	68	5:05.81	20
3:12.75	211	3:32.44	163	3:55.33	115	4:23.82	67	5:07.11	19
3:13.14	210	3:32.88	162	3:55.85	114	4:24.51	66	5:08.44	18
3:13.53	209	3:33.32	161	3:56.38	113	4:25.21	65	5:09.81	17
3:13.91	208	3:33.76	160	3:56.91	112	4:25.91	64	5:11.22	16
3:14.30	207	3:34.20	159	3:57.44	111	4:26.61	63	5:12.68	15
3:14.69	206	3:34.65	158	3:57.97	110	4:27.32	62	5:14.20	14
3:15.08	205	3:35.09	157	3:58.51	109	4:28.04	61	5:15.77	13
3:15.47	204	3:35.54	156	3:59.05	108	4:28.76	60	5:17.41	12
3:15.87	203	3:35.99	155	3:59.59	107	4:29.49	59	5:19.13	11
3:16.26	202	3:36.44	154	4:00.13	106	4:30.23	58	5:20.93	10
3:16.65	201	3:36.89	153	4:00.68	105	4:30.97	57	5:22.84	9
3:17.05	200	3:37.35	152	4:01.22	104	4:31.72	56	5:24.87	8
3:17.44	199	3:37.80	151	4:01.78	103	4:32.47	55	5:27.05	7
3:17.84	198	3:38.26	150	4:02.33	102	4:33.24	54	5:29.41	6
3:18.24	197	3:38.72	149	4:02.89	101	4:34.01	53	5:32.02	5
3:18.64	196	3:39.18	148	4:03.45	100	4:34.78	52	5:34.98	4
3:19.04	195	3:39.64	147	4:04.01	99	4:35.57	51	5:38.47	3
3:19.44	194	3:40.10	146	4:04.57	98	4:36.36	50	5:42.97	2
3:19.84	193	3:40.56	145	4:05.14	97	4:37.16	49	5:51.38	1

