

# Orientierungs- werte

---

## Inhalt

1. Red Curve 2025 - Leistungsentwicklung Internationales Potenzial.....	2
2. PISTE Orientierungswert National .....	3
3. PISTE Orientierungswert K(aderbildung) .....	5

Version 2025

# 1. Red Curve 2025 - Leistungsentwicklung

## Internationales Potenzial

Zweck:

Die Werte der Red Curve dienen im Kaderselektionsprozess den National- und Cheftrainerinnen und -trainern als Orientierung zur objektiven Bestimmung und Vergleichbarkeit eines internationalen Leistungsniveaus, das als einer von mehreren Kriterien bei der Potenzialbeurteilung zur Anwendung gelangt.

Kurvenphilosophie:

Das Entwicklungskurve startet bei 26j mit der EM-Limite von European Athletics. Als zweiter Fixpunkt der Kurve wurde die U20-EM-Limite beim Schnittpunkt 19j festgelegt. Die Verbandstrainer/innen legten für jede Disziplin den Kurvenverlauf («Steilheit» der Degression) zwischen diesen Punkten fest. Die beiden anderen kontinentalen Entry Standarts (Limiten U23-EM, U18-EM) sind für die Kurvenbildung irrelevant. Die U23-EM-Werte von Swiss Athletics für 22-jährige werden nach der Kurvenbildung beim Schnittpunkt 22j abgelesen.

Red Curve Woman	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
100m	0.00	0.00	11.90	11.80	11.71	11.63	11.56	11.50	11.45	11.42	11.39	11.39	11.39
200m	0.00	0.00	24.66	24.40	24.15	23.94	23.75	23.59	23.47	23.37	23.30	23.30	23.30
400m	0.00	0.00	56.28	55.50	54.76	54.11	53.54	53.06	52.67	52.37	52.15	52.15	52.15
800m	00:00.00	00:00.00	02:09.35	02:07.80	02:06.32	02:05.02	02:03.90	02:02.96	02:02.19	02:01.61	02:01.20	02:01.20	02:01.20
1500m	00:00.00	00:00.00	04:27.90	04:24.00	04:20.28	04:17.02	04:14.20	04:11.83	04:09.90	04:08.43	04:07.40	04:07.40	04:07.40
5000m	00:00.00	00:00.00	17:30.83	17:05.00	16:40.40	16:19.09	16:01.08	15:46.37	15:34.95	15:26.83	15:22.00	15:22.00	15:22.00
10000m			00:00.00	00:00.00	36:25.34	35:30.00	34:37.30	33:55.45	33:24.45	33:04.30	32:55.00	32:55.00	32:55.00
100m H	0.00	0.00	14.10	13.92	13.74	13.59	13.45	13.33	13.24	13.16	13.10	13.10	13.10
400m H	0.00	0.00	61.75	60.80	59.90	59.10	58.40	57.81	57.32	56.93	56.65	56.65	56.65
3000m St.	00:00.00	00:00.00	11:05.30	10:50.00	10:35.43	10:22.81	10:12.15	10:03.43	09:56.67	09:51.86	09:49.00	09:49.00	09:49.00
Marathon													
Weitsprung	0.00	0.00	6.12	6.20	6.28	6.35	6.41	6.46	6.50	6.53	6.55	6.55	6.55
Hochsprung	0.00	0.00	1.78	1.80	1.82	1.83	1.85	1.86	1.87	1.88	1.89	1.89	1.89
Dreisprung	0.00	0.00	12.64	12.85	13.05	13.24	13.40	13.54	13.66	13.77	13.85	13.85	13.85
Stabhochsprung	0.00	0.00	3.90	4.00	4.10	4.18	4.25	4.32	4.37	4.42	4.45	4.45	4.45
Kugel	0.00	0.00	13.62	14.10	14.56	14.98	15.37	15.72	16.03	16.31	16.55	16.55	16.55
Hammer	0.00	0.00	55.27	57.50	59.62	61.58	63.36	64.97	66.42	67.69	68.80	68.80	68.80
Diskus	0.00	0.00	45.43	47.50	49.47	51.23	52.77	54.10	55.21	56.11	56.80	56.80	56.80
Speer	0.00	0.00	46.50	48.50	50.41	52.11	53.60	54.88	55.96	56.84	57.50	57.50	57.50
Siebenkampf	0	0	5174	5350	5518	5666	5793	5900	5987	6054	6100	6100	6100

  

Red Curve Men	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
100m	0.00	0.00	10.69	10.62	10.55	10.49	10.43	10.39	10.35	10.32	10.30	10.30	10.30
200m	0.00	0.00	21.73	21.55	21.38	21.22	21.09	20.97	20.88	20.80	20.75	20.75	20.75
400m	0.00	0.00	48.69	48.15	47.64	47.19	46.80	46.48	46.22	46.03	45.90	45.90	45.90
800m	00:00.00	00:00.00	01:50.87	01:50.00	01:49.17	01:48.44	01:47.79	01:47.23	01:46.77	01:46.39	01:46.10	01:46.10	01:46.10
1500m	00:00.00	00:00.00	03:50.20	03:47.50	03:44.93	03:42.65	03:40.67	03:38.99	03:37.60	03:36.50	03:35.70	03:35.70	03:35.70
5000m	00:00.00	00:00.00	14:42.05	14:26.00	14:10.71	13:57.47	13:46.28	13:37.14	13:30.05	13:25.00	13:22.00	13:22.00	13:22.00
10000m			00:00.00	00:00.00	30:09.45	29:40.00	29:11.95	28:49.42	28:32.42	28:20.95	28:15.00	28:15.00	28:15.00
110m H	0.00	0.00	14.32	14.12	14.50	14.29	14.11	13.96	13.83	13.73	13.65	13.65	13.65
400m H	0.00	0.00	53.94	53.25	52.60	52.02	51.51	51.09	50.73	50.45	50.25	50.25	50.25
3000m St.	00:00.00	00:00.00	09:25.66	09:15.00	09:04.85	08:56.06	08:48.63	08:42.55	08:37.84	08:34.49	08:32.50	08:32.50	08:32.50
Marathon													
Weitsprung	0.00	0.00	7.29	7.40	7.51	7.60	7.68	7.75	7.81	7.86	7.90	7.90	7.90
Hochsprung	0.00	0.00	2.09	2.11	2.13	2.15	2.16	2.17	2.18	2.19	2.20	2.20	2.20
Dreisprung	0.00	0.00	14.81	15.05	15.28	15.49	15.67	15.83	15.96	16.07	16.15	16.15	16.15
Stabhochsprung	0.00	0.00	5.02	5.12	5.21	5.29	5.36	5.43	5.48	5.52	5.55	5.55	5.55
Kugel	0.00	0.00	17.09	17.80	17.25	17.76	18.23	18.67	19.07	19.43	19.75	19.75	19.75
Hammer	0.00	0.00	63.92	68.00	62.00	64.51	66.84	68.98	70.94	72.71	74.30	74.30	74.30
Diskus	0.00	0.00	51.78	54.50	52.00	54.55	56.81	58.77	60.44	61.82	62.90	62.90	62.90
Speer	0.00	0.00	63.17	66.00	68.69	71.09	73.20	75.01	76.53	77.76	78.70	78.70	78.70
Zehnkampf	0	0	6948	7200	7250	7416	7563	7691	7800	7890	7960	7960	7960

## 2. PISTE Orientierungswert National

Zweck:

Die mit der Potenzialbeurteilung der PISTE-R betrauten Personen in den Fördergefässen möchten sich nach einem gemeinsamen Wert orientieren, der angibt, wo eine im Regionalkader eindeutig überdurchschnittliche Leistung ungefähr liegt. Die Werte sollen den Beurteilenden helfen, den Massstab für die Potenzialbeurteilungseinschätzung am richtigen Ort ansetzen zu können, um vom Ausgangswert „10“ her richtig nach oben oder unten Potenzialpunkte vergeben zu können.

Kurvenphilosophie:

Die Kurven sind so gebildet, dass eine Leistungssteigerung auf das Niveau der Swiss Starters Future in einem Zeitraum von 2-3 Jahren realistisch erreichbar ist. Sie wurden anhand von langjährigen Erfahrungswerten gebildet.

**Tabelle PISTE Orientierungswert National: Frauen**

Bereich	Disziplin		13	14	15	16	17	18	19	
Sprint	60m		8.00							
	80m			10.23	10.08					
	100m					12.48	12.33	12.18	12.08	
	200m					25.68	25.40	25.10	24.90	
	400m					58.80	58.05	57.30	56.60	
Mittel- und Langstrecken	600m		1:41.90	1:39.90	1:37.80					
	800m					2:17.50	2:15.50	2:13.60	2:12.60	
	1000m		3:09.70	3:05.00	3:01.80					
	1500m					4:47.20	4:42.20	4:38.20	4:35.10	
	2000m		7:08.00	6:55.00	6:50.00					
	3000m					10:23.00	10:16.00			
	5000m							17:44.00	17:35.00	
Hürden	60mH	0.76	9.75							
	80mH	0.76		12.30	12.00					
	100mH	0.76				14.53	14.27			
		0.84						14.46	14.30	
	400mH					64.10	63.60	63.00	62.20	
Steeple	2000m St.					7:24.00	7:15.00			
	3000m St.							11:29.00	11:19.00	
Sprung	Hoch		1.59	1.62	1.65	1.66	1.69	1.71	1.73	
	Stab		2.70	3.00	3.20	3.40	3.50	3.60	3.70	
	Weit	Zone		5.25						
		Balken			5.36	5.47	5.56	5.65	5.75	5.85
	Drei			10.75	11.15	11.54	11.74	11.92	12.10	
Wurf	Kugel	3kg	9.70	12.40	13.20	13.55	13.88			
		4kg						12.90	13.45	
	Diskus	0.75kg	31.70	36.90	39.90					
		1kg				41.30	42.50	43.90	44.60	
	Hammer	3kg	35.20	38.50	44.00	46.20	48.40			
		4kg						48.40	53.48	
	Speer	400g	37.00	40.50	43.50					
		500g				43.00	46.00			
		600g						44.50	46.70	
Mehrkampf	UBS Kids Cup		2260							
	Fünfkampf			3290	3390					
	Siebenkampf					4330	4540	4790	4980	

## Tabelle PISTE Orientierungswert National: Männer

Bereich	Disziplin		13	14	15	16	17	18	19	
Sprint	60m		7.70							
	80m			9.60	9.30					
	100m					11.25	11.05	10.94	10.86	
	200m					22.80	22.50	22.20	22.00	
	400m					51.40	50.55	49.90	49.40	
Mittel- und Langstrecken	600m		1:35.80	1:30.80	1:26.80					
	800m					1:59.00	1:57.50	1:56.10	1:54.80	
	1000m		2:55.20	2:43.70	2:40.60					
	1500m					4:10.10	4:05.70	4:00.50	3:57.70	
	2000m		6:33.00	6:12.00	5:59.00					
	3000m					9:02.00	8:57.00			
	5000m							15:15.00	15:05.00	
Hürden	80mH	0.76	12.45							
	100mH	0.84		14.55	13.75					
	110mH	0.91				14.71	14.46			
		0.99						14.68	14.44	
	400mH					56.75	55.85	55.12	54.40	
Steeple	2000m St.					6:37.00	6:27.00			
	3000m St.							9:55.00	9:45.00	
Sprung	Hoch		1.65	1.75	1.85	1.87	1.92	1.97	2.03	
	Stab		3.40	3.70	4.00	4.10	4.30	4.50	4.70	
	Weit	Zone	5.80							
		Balken			6.10	6.40	6.58	6.78	6.98	7.15
	Drei			12.45	13.05	13.31	13.65	13.95	14.25	
Wurf	Kugel	3kg	12.90							
		4kg		15.10	16.50					
		5kg				14.85	15.95			
		6kg						14.70	15.35	
	Diskus	0.75kg	41.30							
		1kg		41.60	48.80					
		1.5kg				45.70	48.90			
		1.75kg						46.70	48.20	
	Hammer	3kg	43.20							
		4kg		46.40	54.00					
		5kg				54.00	56.20			
		6kg						58.50	60.50	
	Speer	400g	48.00							
600g			48.00	53.00						
700g					53.00	57.50				
800g							58.00	60.40		
Mehrkampf	UBS Kids Cup		2120							
	Sechskampf			3920	4450					
	Zehnkampf					6360	6570	6570	6780	

### 3. PISTE Orientierungswert K(aderbildung)

#### Zweck

Die PISTE-R-Verantwortlichen erhalten einen national einheitlichen Regionalkaderbildungswert, der ihnen bei der Bildung vernünftiger Kadergrössen helfen kann. Die Regionalkaderverantwortlichen haben die Möglichkeit, die Kadergrössen unabhängig der nationalen Kaderrichtwerte zu steuern. Die Kadergrössen und somit auch das Angebot sind abhängig von den verfügbaren Ressourcen und der Infrastruktur. Informiert euch auf der Website des jeweiligen NLZ/Regionalkaders über die aktuell gültigen Richtwerte. Jede Trägerschaft ist frei auch Athletinnen und Athleten unterhalb dieser Werte in ihren Kader aufzunehmen.

Die Tabelle umfasst bewusst auch Werte bei den U23- und Aktivkategorien.

#### Kurvenphilosophie

Der Wert wurde vom PISTE Orientierungswert National abgeleitet und sollte eine schweizweite Sockelmenge von ca. 1200 Athleten generieren.

Frauen	U14 13	U16 14	U16 15	U18 16	U18 17	U20 18	U20 19	U23	Frauen
60m / 80m / 100m	8.20 (60m)	10.55 (80m)	10.35 (80m)	12.90 (100m)	12.70	12.60	12.50	12.45	12.20
200m				26.60	26.20	25.80	25.60	25.40	25.20
400m				62.50	61.00	60.00	59.00	58.00	57.00
60mH / 80mH / 100mH	10.10 (60mH)	12.90 (80mH)	12.70 (80mH)	15.50 (100mH)	15.20	15.70	15.30	15.00	14.80
400mH				72.00	70.00	68.00	66.00	64.00	62.00
Hoch	1.5	1.55	1.55	1.60	1.63	1.66	1.68	1.70	1.72
Stab	2.30	2.50	2.70	2.90	3.10	3.30	3.40	3.60	3.80
Weit	5.00	5.20	5.25	5.30	5.40	5.50	5.60	5.70	5.80
Drei		9.80	10.00	10.30	10.60	11.00	11.30	11.60	11.80
Kugel	9.50 (3kg)	11.00 (3kg)	11.50 (3kg)	11.80 (3kg)	12.20 (3kg)	11.50 (4kg)	11.80	12.20	12.80
Diskus	25.00 (0.75kg)	29.00 (0.75kg)	31.00 (0.75kg)	29.00 (1kg)	32.00	34.00	36.00	38.00	40.00
Speer	32.00 (400g)	34.00 (400g)	37.00 (400g)	36.00 (500g)	37.00 (500g)	35.00 (600g)	36.00	38.00	40.00
Hammer	23.00 (3kg)	28.00 (3kg)	31.00 (3kg)	33.00 (3kg)	35.00 (3kg)	30.00 (4kg)	34.00	36.00	38.00
Mehrkampf	2850 (5-Kampf)	3200 (5-Kampf)	3300 (5-Kampf)	4100 (7-Kampf)	4500	4200	4500	4800	5000
600m / 800m	1:46.00 (600m)	1:44.00 (600m)	1:43.00 (600m)	2:24.00 (800m)	2:22.00	2:20.00	2:18.00	2:16.00	2:14.00
1000m / 1500m	3:14.00 (1000m)	3:09.00 (1000m)	3:06.00 (1000m)	5:08.00 (1500m)	5:03.00	4:58.00	4:53.00	4:48.00	4:43.00
2000m / 3000m / 5000m	7:20.00 (2000m)	7:15.00 (2000m)	7:10.00 (2000m)	11:45.00 (3000m)	11:30.00 (3000m)	19:30.00 (5000m)	19:00.00	18:35.00	18:10.00
2000m St / 3000m St				7:40.00 (2000m St)	7:32.00 (2000m St)	11:45.00 (2000m St)	11:30.00	11:15.00	11:00.00

Männer	U14 13	U16 14	U16 15	U18 16	U18 17	U20 18	U20 19	U23	Männer
60m / 80m / 100m	8.00 (60m)	9.80 (80m)	9.65 (80m)	11.60	11.40	11.30	11.20	11.10	11.00
200m				23.50	23.20	23.00	22.80	22.60	22.40
400m				53.00	52.00	51.50	51.00	50.50	49.50
60mH / 80mH / 100mH / 110mH	13.60 (80mH)	15.20 (100mH)	14.90 (100mH)	15.80 (110mH)	15.40	16.00	15.60	15.50	15.20
400mH				61.50	60.00	59.00	58.00	57.00	56.00
Hoch	1.60	1.70	1.75	1.80	1.85	1.88	1.91	1.94	2.00
Stab	2.80	3.10	3.40	3.70	3.90	4.10	4.30	4.50	4.80
Weit	5.50	5.80	6.00	6.25	6.50	6.60	6.70	6.80	7.00
Drei		11.40	11.80	12.20	12.50	12.80	13.00	13.20	13.50
Kugel	12.00 (3kg)	12.50 (4kg)	13.00 (4kg)	13.00 (5kg)	13.50 (5kg)	13.00 (6kg)	13.50 (6kg)	12.50 (7.26kg)	13.80
Diskus	33.00 (0.75kg)	37.00 (1kg)	39.00 (1kg)	37.00 (1.5kg)	39.00 (1.5kg)	37.00 (1.75kg)	39.00 (1.75kg)	39.00 (2kg)	42.00
Speer	40.00 (400g)	43.00 (600g)	45.00 (600g)	47.00 (700g)	48.00 (700g)	46.00 (800g)	48.00 (800g)	50.00 (800g)	54.00
Hammer	32.00 (3kg)	32.00 (4kg)	35.00 (4kg)	34.00 (5kg)	37.00 (5kg)	38.00 (6kg)	40.00 (6kg)	38.00 (7.26kg)	45.00
Mehrkampf	2600 (5-Kampf)	3700 (6-Kampf)	4000 (6-Kampf)	5800 (10-Kampf)	6200	5900	6200	6300	6700
600m / 800m	1:39.00 (600m)	1:34.00 (600m)	1:31.00 (600m)	2:05.00 (800m)	2:03.00	2:00.00	1:58.00	1:57.00	1:56.00
1000m / 1500m	3:00.00 (1000m)	2:55.00 (1000m)	2:50.00 (1000m)	4:25.00 (1500m)	4:20.00	4:15.00	4:10.00	4:05.00	4:00.00
2000m / 3000m / 5000m	6:50.00 (2000m)	6:40.00 (2000m)	6:30.00 (2000m)	10:15.00 (3000m)	10:00.00 (3000m)	16:40.00 (5000m)	16:15.00	15:50.00	15:25.00
2000m St / 3000m St				6:57.00 (2000m St)	6:46.00 (2000m St)	10:15.00 (2000m St)	10:00.00	9:45.00	9:30.00