

LANDSLIÐSLÁGMÖRK 2019

Grunntala í hverjum flokki fyrir sig er meðaltal 15 efstu keppenda á heimslista 2017.

100% af grunntölu setur keppanda í afreksmannahóp.

90% eru A-lágmörk sem er skilyrði fyrir þátttöku á HM

85% eru B-lágmörk sem er skilyrði fyrir þátttöku á EM

80% eru C-lágmörk sem er skilyrði fyrir þátttöku á öðrum mótum, svo sem NM, WEC o.a.

Keppandi þarf að hafa náð lágmörkum á tímabilinu 365 – 70 dögum fyrir upphaf viðkomandi móts. Árangur á meistaramótum á mótaskrá KRAFT gildir sem lágmark.

Sömuleiðis árangur á mótum erlendis viðurkenndum af IPF og/eða viðkomandi landssambandi þar sem keppt er með leyfi stjórnar KRAFT.

Opinn flokkur kvenna Í BÚNAÐI

		47	52	57	63	72	84	84+
	100%	430	462,5	502,5	535	600	602,5	620
PL	A 90	387,5	415	452,5	480	540	542,5	557,5
PL	B 85	365	392,5	427,5	455	510	512,5	527,5
PL	C 80	345	370	402,5	427,5	480	482,5	495
BP	100%	105	120	135	145	165	167,5	182,5
BP	A 90	95	107,5	120	130	147,5	150	165
BP	B 85	90	102,5	115	122,5	140	142,5	155
BP	C 80	85	95	107,5	115	132,5	135	145

Opinn flokkur karla Í BÚNAÐI

		59	66	74	83	93	105	120	120+
	100%	645	700	805	885	902,5	1020	995	1077,5
PL	A 90	580	630	725	795	812,5	917,5	895	970
PL	B 85	550	595	685	752,5	767,5	867,5	845	915
PL	C 80	515	560	645	707,5	722,5	815	795	862,5
BP	100%	185	212,5	237,5	275	290	315	327,5	355
BP	A 90	165	190	215	247,5	260	282,5	295	320
BP	B 85	157,5	180	200	232,5	245	267,5	277,5	302,5
BP	C 80	147,5	170	190	220	232,5	252,5	262,5	285

Opinn flokkur kvenna ÁN BÚNAÐAR

		47	52	57	63	72	84	84+
	100	337,5	387,5	415	440	480	487,5	540
PL	A 90	302,5	347,5	372,5	395	432,5	437,5	485
PL	B 85	280	330	352,5	375	407,5	415	460
PL	C 80	270	310	332,5	352,5	385	390	432,5
BP	100	77,5	92,5	100	107,5	117,5	115	125
BP	A 90	70	82,5	90	97,5	105	102,5	112,5
BP	B 85	65	77,5	85	90	100	97,5	105
BP	C 80	62,5	75	80	85	95	92,5	100

Opinn flokkur karla ÁN BÚNAÐAR

		59	66	74	83	93	105	120	120+
	100	555	627,5	705	755	805	840	865	940
PL	A 90	500	565	635	680	725	757,5	777,5	845
PL	B 85	470	535	600	640	685	715	735	800
PL	C 80	445	502,5	565	605	645	672,5	692,5	752,5
BP	100	152,5	165	187,5	197,5	212,5	217,5	232,5	252,5
BP	A 90	137,5	147,5	167,5	177,5	190	195	210	227,5
BP	B 85	130	140	160	167,5	180	185	197,5	215
BP	C 80	122,5	132,5	150	157,5	170	175	185	202,5