

Jämsän kestävyysjuoksu- ja kävelykarnevaalit
TULOSBONUSRAJAT 2023

Laji	Bonusraja 1 100 €	Bonusraja 2 300 €	Bonusraja 3 500 €
M 800 m	1.49,50	1.47,00	1.44,70
M 1500 m	3.45,00	3.39,00	3.34,20
M 5000 m	14.00,00	13.40,00	13.07,00
M 10000 m	29.20,00	28.50,00	27,10,00
M 3000 m ej	8.55,00	8.40,00	8.15,00
M 10000 m kävely	40.50,00	40.00,00	38,40,00
N 800 m	2.05,00	2.02,00	1.59.80
N 1500 m	4.18,00	4.10,00	4.03,50
N 5000 m	16.10,00	15.50,00	14.57,00
N 10000 m	34.00,00	33.15,00	30,40,00
N 3000 m ej	10.28,00	9.55,00	9.23,00
N 5000 m kävely	22.00,00	21.15,00	20.30,00

Bonusraja 2 = n. Yleisen sarjan EM- raja

Bonusraja 3 = MM- raja

Kävelyissä ei ole arvokisamatkoja

Lisäbonukset Suomenennätyksestä

Yleinsarja 200 €

Sarjat 17, 19 ja 22 v 100 €

Bonustaulukko koskee vain Suomen Urheiluliiton yleisurheilulisenssin omaavia urheilijoita.
Rahasummat tilitetään Suomen Urheiluliiton Tukisäätiön urheilijarahastoon kyseisen urheilijan tilille.