

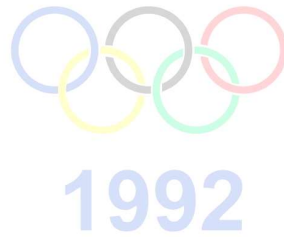


Atletizm Antrenörlüğü Spor Geçmişi Puanlaması

İlgili puanlama, sadece Antrenörlük Eğitimi Bölümünü tercih eden ve tercih ettiği spor dalına yönelik Spor Geçmişi Belgelerini, ön kayıtlar sırasında başvuru sistemine yükleyen ve ilgili belgeleri Fiziksel Algı, Beceri Geliştirme Kursu süresi içerisinde teslim eden adaylar için gerçekleştirilecektir.

Spor Geçmişi Puanları için Genel Kriterler

- **Milli Sporcular** Spor Geçmişinden tam puan (100) alırlar. **Milli Sporcu Statüsünde değerlendirilebilmek için;** Milli oldukları yarışmaların yer tarih ve organizasyon çeşidini belirten Spor Genel Müdürlüğü'nden alınmış onaylı "Milli Sporcu Belgesi" ni 2023 Özel Yetenek Sınavları başvuruları sırasında sisteme yüklemek zorundadırlar. Başvuruları sırasında ilgili belgeyi sisteme yüklemeyen aday öğrencilerin, millilik durumları **değerlendirmeye alınmayacaktır.**
- **Milli Sporcu olmayanlar;** resmi yarışmalarda gerçekleştirdikleri en iyi derecelere göre, Spor Geçmişi Puan Tablolarında (Kadınlar: Tablo 5-6-7 ve Erkekler: Tablo 8-9-10) belirtilen puanları alırlar. Kullanılacak olan belgeler İlgili kurum (Atletizm Federasyonu, Spor Genel Müdürlüğü, Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü) onaylı ve asıl olacaktır. Belgeler sisteme yüklenmek zorundadır.





Tablo 5: Kadınlar Spor Geçmiş Değerlendirme Tablosu

SGP	100m	100m Eng	200m	400m	400m Eng	4x100	4x400	800m	1500m
100	12.60	14.87	26.05	58.42	1:03.22	49.35	3:55.99	2:17.10	4:45.19
96	12.67	14.96	26.20	58.75	1:03.58	49.61	3:57.30	2:17.75	4:46.66
92	12.73	15.05	26.34	59.09	1:03.94	49.88	3:58.63	2:18.40	4:48.14
88	12.80	15.14	26.49	59.42	1:04.31	50.14	3:59.96	2:19.06	4:49.62
84	12.86	15.23	26.64	59.76	1:04.67	50.41	4:01.29	2:19.73	4:51.12
80	12.93	15.32	26.79	1:00.10	1:05.04	50.67	4:02.64	2:20.39	4:52.62
76	12.99	15.41	26.93	1:00.44	1:05.41	50.94	4:03.99	2:21.06	4:54.13
72	13.06	15.50	27.07	1:00.75	1:05.74	51.19	4:05.22	2:21.74	4:55.66
68	13.13	15.60	27.24	1:01.13	1:06.16	51.49	4:06.72	2:22.42	4:57.19
64	13.19	15.69	27.39	1:01.48	1:06.53	51.76	4:08.10	2:23.10	4:58.73
60	13.26	15.79	27.54	1:01.83	1:06.91	52.04	4:09.48	2:23.79	5:00.28
56	13.33	15.88	27.69	1:02.18	1:07.29	52.32	4:10.87	2:24.48	5:01.84
52	13.40	15.97	27.85	1:02.53	1:07.68	52.60	4:12.27	2:25.17	5:03.41
48	13.46	16.07	28.00	1:02.89	1:08.06	52.88	4:13.68	2:25.88	5:05.00
44	13.53	16.17	28.16	1:03.25	1:08.45	53.16	4:15.10	2:26.58	5:06.59
40	13.60	16.26	28.32	1:03.61	1:08.84	53.44	4:16.53	2:27.29	5:08.19
36	13.67	16.36	28.48	1:03.97	1:09.23	53.73	4:17.97	2:28.01	5:09.81
32	13.74	16.46	28.64	1:04.33	1:09.63	54.02	4:19.41	2:28.73	5:11.44
28	13.81	16.56	28.80	1:04.70	1:10.03	54.31	4:20.87	2:29.45	5:13.08
24	13.89	16.66	28.96	1:05.07	1:10.43	54.60	4:22.34	2:30.19	5:14.73
20	13.96	16.76	29.12	1:05.44	1:10.83	54.90	4:23.81	2:30.92	5:16.39
16	14.03	16.86	29.29	1:05.82	1:11.24	55.19	4:25.30	2:31.66	5:18.06
12	14.10	16.96	29.45	1:06.20	1:11.65	55.49	4:26.79	2:32.41	5:19.75
8	14.18	17.06	29.62	1:06.58	1:12.06	55.79	4:28.30	2:33.17	5:21.45
4	14.25	17.16	29.79	1:06.96	1:12.48	56.09	4:29.82	2:33.93	5:23.17
1	14.32	17.27	29.96	1:07.34	1:12.90	56.40	4:31.35	2:34.69	5:24.89

Atletizm branşı resmi yarışmalar puanlama sistemi gereğince, Puan karşılığı bulunmayan derecelerin puanı, en yakın kötü derecenin puanı olarak verilir



Tablo 6: Kadınlar Spor Geçmiş Değerlendirme Tablosu

SGP	2000m Eng	3000m	3000m Eng	5000m	10000m	3km Yürüyüş	5km Yürüyüş	10km Yürüyüş	20km Yürüyüş
100	7:20.30	10:14.63	11:39.07	17:44.26	37:25.72	15:47	26:59	55:33	1:54:20
96	7:22.83	10:18.00	11:43.75	17:50.23	37:38.71	15:55	27:12	55:58	1:55:12
92	7:25.38	10:21.40	11:48.45	17:56.23	37:51.78	16:02	27:24	56:24	1:56:04
88	7:27.95	10:24.81	11:53.18	18:02.27	38:04.92	16:10	27:37	56:49	1:56:56
84	7:30.53	10:28.24	11:57.93	18:08.35	38:18.15	16:18	27:49	57:15	1:57:49
80	7:33.12	10:31.70	12:02.72	18:14.46	38:31.45	16:25	28:02	57:41	1:58:41
76	7:35.73	10:35.17	12:07.53	18:20.61	38:44.84	16:33	28:15	58:07	1:59:35
72	7:38.36	10:38.67	12:12.38	18:26.80	38:58.31	16:41	28:28	58:33	2:00:28
68	7:41.00	10:42.19	12:17.25	18:33.03	39:11.86	16:49	28:41	58:59	2:01:22
64	7:43.66	10:45.73	12:22.16	18:39.29	39:25.50	16:57	28:54	59:26	2:02:16
60	7:46.34	10:49.30	12:27.10	18:45.60	39:39.23	17:04	29:07	59:53	2:03:11
56	7:49.03	10:52.88	12:32.07	18:51.95	39:53.04	17:12	29:20	1:00:20	2:04:06
52	7:51.75	10:56.50	2:37.07	18:58.34	40:06.95	17:21	29:33	1:00:47	2:05:01
48	7:54.48	11:00.13	12:42.11	19:04.77	40:20.95	17:29	29:47	1:01:14	2:05:56
44	7:57.23	11:03.79	12:47.18	19:11.25	40:35.04	17:37	30:00	1:01:42	2:06:53
40	8:00.00	11:07.48	12:52.28	19:17.77	40:49.24	17:45	30:14	1:02:09	2:07:49
36	8:02.78	11:11.19	12:57.42	19:24.33	41:03.53	17:53	30:27	1:02:37	2:08:46
32	8:05.59	11:14.92	13:02.60	19:30.95	41:17.92	18:02	30:41	1:03:05	2:09:43
28	8:08.42	11:18.69	13:07.82	19:37.61	41:32.42	18:10	30:55	1:03:33	2:10:33
24	8:11.26	11:22.48	13:13.07	19:44.31	41:47.02	18:18	31:09	1:04:02	2:11:39
20	8:14.13	11:26.30	13:18.36	19:51.07	42:01.73	18:27	31:23	1:04:31	2:12:37
16	8:17.02	11:30.15	13:23.69	19:57.88	42:16.54	18:36	31:37	1:05:00	2:13:36
12	8:19.94	11:34.02	13:29.06	20:04.74	42:31.48	18:44	31:51	1:05:29	2:14:36
8	8:22.87	11:37.93	13:34.47	20:11.65	42:46.52	18:53	32:06	1:05:58	2:15:36
4	8:25.83	11:41.87	13:39.93	20:18.62	43:01.69	19:02	32:20	1:06:28	2:16:36
1	8:28.81	11:45.84	13:45.43	20:25.64	43:16.97	19:11	32:35	1:06:58	2:17:37

Atletizm branşı resmi yarışmalar puanlama sistemi gereğince, Puan karşılığı bulunmayan derecelerin puanı, en yakın kötü derecenin puanı olarak verilir



Tablo 7: Kadınlar Spor Geçmişi Değerlendirme Tablosu

SGP	Yüksek	Sırk	Uzun	Üçadım	Gülle	Disk	Çekiç	Cirit	Heptatlon
100	1,65	3,20	5,40	12,00	12,50	40,00	40,00	40,00	4500
96	1,64	3,15	5,36	11,96	12,40	39,60	39,60	39,60	4450
92	1,63	3,10	5,32	11,92	12,30	39,20	39,20	39,20	4400
88	1,62	3,05	5,28	11,88	12,20	38,80	38,80	38,80	4350
84	1,61	3,03	5,24	11,84	12,10	38,40	38,40	38,40	4300
80	1,60	3,00	5,20	11,80	12,00	38,00	38,00	38,00	4250
76	1,59	2,98	5,16	11,76	11,90	37,60	37,60	37,60	4200
72	1,58	2,95	5,12	11,72	11,80	37,20	37,20	37,20	4160
68	1,57	2,93	5,08	11,68	11,70	36,80	36,80	36,80	4120
64	1,56	2,90	5,04	11,64	11,60	36,40	36,40	36,40	4080
60	1,55	2,88	5,00	11,60	11,50	36,00	36,00	36,00	4040
56	1,54	2,85	4,96	11,55	11,40	35,60	35,60	35,60	4000
52	1,53	2,83	4,92	11,50	11,20	35,20	35,20	35,20	3960
48	1,52	2,80	4,88	11,45	11,00	34,80	34,80	34,80	3920
44	1,51	2,78	4,84	11,40	10,80	34,40	34,40	34,40	3880
40	1,50	2,75	4,80	11,35	10,60	34,00	34,00	34,00	3840
36	1,49	2,73	4,76	11,30	10,40	33,60	33,60	33,60	3800
32	1,48	2,70	4,72	11,25	10,20	33,20	33,20	33,20	3760
28	1,47	2,68	4,68	11,20	10,00	32,80	32,80	32,80	3720
24	1,46	2,65	4,64	11,15	9,80	32,40	32,40	32,40	3680
20	1,45	2,63	4,60	11,10	9,60	32,00	32,00	32,00	3640
16	1,44	2,60	4,58	11,00	9,40	31,60	31,60	31,60	3600
12	1,43	2,58	4,56	10,90	9,20	31,20	31,20	31,20	3560
8	1,42	2,55	4,54	10,80	9,00	30,80	30,80	30,80	3520
4	1,41	2,53	4,52	10,70	8,80	30,40	30,40	30,40	3480
1	1,40	2,50	4,50	10,60	8,60	30,00	30,00	30,00	3440

Atletizm branşı resmi yarışmalar puanlama sistemi gereğince, Puan karşılığı bulunmayan derecelerin puanı, en yakın kötü derecenin puanı olarak verilir



Tablo 8: Erkekler Spor Geçmişi Değerlendirme Tablosu

SGP	100m	110m Eng	200m	400m	400m Eng	4x100	4x400	800m	1500m
100	11.08	15.29	22.69	50.61	56.14	43.40	3:22.58	1:57.11	4:01.26
96	11.11	15.35	22.77	50.80	56.38	43.56	3:23.32	1:57.51	4:02.12
92	11.15	15.43	22.86	51.02	56.67	43.75	3:24.21	1:57.91	4:02.98
88	11.18	15.49	22.93	51.19	56.89	43.89	3:24.89	1:58.32	4:03.85
84	11.21	15.55	23.01	51.38	57.14	44.05	3:25.64	1:58.72	4:04.73
80	11.25	15.62	23.10	51.59	57.41	44.23	3:26.48	1:59.13	4:05.61
76	11.28	15.68	23.17	51.76	57.64	44.37	3:27.16	1:59.55	4:06.49
72	11.31	15.74	23.25	51.93	57.86	44.52	3:27.85	1:59.96	4:07.38
68	11.34	15.80	23.32	52.11	58.09	44.67	3:28.55	2:00.38	4:08.28
64	11.38	15.87	23.41	52.32	58.37	44.85	3:29.40	2:00.80	4:09.18
60	11.42	15.95	23.51	52.55	58.67	45.05	3:30.34	2:01.22	4:10.09
56	11.45	16.01	23.59	52.73	58.90	45.20	3:31.05	2:01.64	4:11.00
52	11.49	16.09	23.68	52.95	59.19	45.38	3:31.93	2:02.07	4:11.92
48	11.52	16.14	23.75	53.11	59.40	45.52	3:32.57	2:02.50	4:12.85
44	11.56	16.21	23.83	53.31	59.66	45.69	3:33.37	2:02.94	4:13.79
40	11.59	16.28	23.92	53.51	59.92	45.86	3:34.18	2:03.38	4:14.73
36	11.63	16.36	24.01	53.74	1:00.21	46.05	3:35.08	2:03.82	4:15.67
32	11.66	16.42	24.09	53.92	1:00.45	46.21	3:35.82	2:04.26	4:16.63
28	11.70	16.50	24.19	54.15	1:00.75	46.40	3:36.73	2:04.71	4:17.59
24	11.74	16.57	24.28	54.36	1:01.02	46.58	3:37.57	2:05.16	4:18.56
20	11.77	16.63	24.36	54.55	1:01.27	46.74	3:38.32	2:05.61	4:19.53
16	11.81	16.73	24.47	54.83	1:01.63	46.97	3:39.42	2:06.07	4:20.52
12	11.84	16.76	24.52	54.93	1:01.77	47.06	3:39.85	2:06.53	4:21.51
8	11.88	16.84	24.62	55.17	1:02.08	47.26	3:40.80	2:07.00	4:22.51
4	11.92	16.92	24.71	55.39	1:02.36	47.45	3:41.66	2:07.47	4:23.52
1	11.96	17.00	24.81	55.63	1:02.67	47.65	3:42.62	2:07.94	4:24.54

Atletizm branşı resmi yarışmalar puanlama sistemi gereğince, Puan karşılığı bulunmayan derecelerin puanı, en yakın kötü derecenin puanı olarak verilir



Tablo 9: Erkekler Spor Geçmişi Değerlendirme Tablosu

SGP	2000m Eng	3000m	3000m Eng	5000m	10000m	5km Yürüyüş	10km Yürüyüş	20km Yürüyüş	Oktatlon
100	6:20.76	8:46.69	9:50.16	15:03.36	31:54.39	24:01	49:15	1:41:58	4500
96	6:22.51	8:48.66	9:52.86	15:06.72	32:02.14	24:10	49:32	1:42:31	4450
92	6:24.27	8:50.63	9:55.57	15:10.11	32:09.93	24:19	49:50	1:43:09	4400
88	6:26.04	8:52.62	9:58.30	15:13.52	32:17.78	24:29	50:08	1:43:46	4350
84	6:27.83	8:54.62	10:01.04	15:16.95	32:25.68	24:38	50:26	1:44:24	4300
80	6:29.63	8:56.64	10:03.81	15:20.40	32:33.63	24:48	50:45	1:45:01	4250
76	6:31.43	8:58.67	10:06.59	15:23.88	32:41.63	24:58	51:03	1:45:40	4200
72	6:33.26	9:00.71	10:09.40	15:27.38	32:49.69	25:08	51:22	1:46:18	4160
68	6:35.09	9:02.77	10:12.22	15:30.90	32:57.80	25:17	51:41	1:46:57	4120
64	6:36.93	9:04.84	10:15.06	15:34.45	33:05.97	25:27	52:00	1:47:36	4080
60	6:38.79	9:06.93	10:17.92	15:38.02	33:14.19	25:37	52:19	1:48:15	4040
56	6:40.67	9:09.03	10:20.80	15:41.62	33:22.48	25:47	52:38	1:48:54	4000
52	6:42.55	9:11.14	10:23.71	15:45.24	33:30.82	25:57	52:57	1:49:34	3960
48	6:44.45	9:13.27	10:26.63	15:48.89	33:39.23	26:08	53:17	1:50:14	3920
44	6:46.37	9:15.42	10:29.58	15:52.57	33:47.70	26:18	53:36	1:50:54	3880
40	6:48.30	9:17.59	10:32.55	15:56.28	33:56.24	26:28	53:56	1:51:35	3840
36	6:50.24	9:19.77	10:35.54	16:00.01	34:04.84	26:39	54:16	1:52:16	3800
32	6:52.20	9:21.97	10:38.55	16:03.78	34:13.51	26:49	54:36	1:52:57	3760
28	6:54.17	9:24.18	0:41.59	16:07.57	34:22.24	27:00	54:57	1:53:39	3720
24	6:56.16	9:26.41	10:44.66	16:11.40	34:31.05	27:10	55:17	1:54:21	3680
20	6:58.17	9:28.67	10:47.75	16:15.26	34:39.93	27:15	55:25	1:54:38	3640
16	7:00.19	9:30.94	10:50.86	16:19.14	34:48.89	27:20	55:35	1:54:59	3600
12	7:02.23	9:33.23	10:54.00	16:23.07	34:57.92	27:25	55:44	1:55:16	3560
8	7:04.29	9:35.54	10:57.17	16:27.02	35:07.03	27:30	55:54	1:55:37	3520
4	7:06.37	9:37.87	11:00.37	16:31.01	35:16.21	27:35	56:05	1:55:59	3480
1	7:08.46	9:40.22	11:03.60	16:35.04	35:25.49	27:40	56:13	1:56:16	3440

Atletizm branşı resmi yarışmalar puanlama sistemi gereğince, Puan karşılığı bulunmayan derecelerin puanı, en yakın kötü derecenin puanı olarak verilir



Tablo 10: Erkekler Spor Geçmişi Değerlendirme Tablosu

SGP	Yüksek	Sırik	Uzun	Üçadım	Gülle	Disk	Çekiç	Cirit	Dekatlon
100	1,95	4,10	6,70	14,00	15,00	40,00	45,00	50,00	5500
96	1,94	4,00	6,67	13,95	14,90	39,70	44,60	49,60	5450
92	1,93	3,98	6,64	13,90	14,80	39,40	44,20	49,20	5400
88	1,92	3,95	6,61	13,85	14,70	39,10	43,80	48,80	5350
84	1,91	3,93	6,58	13,80	14,60	38,80	43,40	48,40	5300
80	1,90	3,90	6,55	13,75	14,50	38,50	43,00	48,00	5250
76	1,89	3,88	6,52	13,70	14,40	38,20	42,60	47,60	5200
72	1,88	3,85	6,49	13,65	14,30	37,90	42,20	47,20	5150
68	1,87	3,83	6,46	13,60	14,20	37,60	41,80	46,80	5100
64	1,86	3,80	6,43	13,55	14,10	37,30	41,40	46,40	5050
60	1,85	3,78	6,40	13,50	14,00	37,00	41,00	46,00	5000
56	1,84	3,75	6,37	13,45	13,90	36,70	40,60	45,60	4960
52	1,83	3,73	6,34	13,40	13,80	36,40	40,20	45,20	4920
48	1,82	3,70	6,31	13,35	13,70	36,10	39,80	44,80	4880
44	1,81	3,68	6,28	13,30	13,60	35,80	39,40	44,40	4840
40	1,80	3,65	6,25	13,25	13,50	35,50	39,00	44,00	4800
36	1,79	3,63	6,21	13,20	13,40	35,20	38,60	43,60	4760
32	1,78	3,60	6,18	13,15	13,30	34,90	38,20	43,20	4720
28	1,77	3,58	6,15	13,10	13,20	34,60	37,80	42,80	4680
24	1,76	3,55	6,12	13,05	13,10	34,30	37,40	42,40	4640
20	1,75	3,53	6,08	13,00	13,00	34,00	37,00	42,00	4600
16	1,74	3,50	6,05	12,95	12,90	33,70	36,60	41,60	4560
12	1,73	3,48	6,02	12,90	12,80	33,40	36,20	41,20	4520
8	1,72	3,45	5,98	12,85	12,70	33,10	35,80	40,80	4480
4	1,71	3,43	5,94	12,80	12,60	32,80	35,40	40,40	4440
1	1,70	3,40	5,90	12,75	12,50	32,50	35,00	40,00	4400

Atletizm branşı resmi yarışmalar puanlama sistemi gereğince, Puan karşılığı bulunmayan derecelerin puanı, en yakın kötü derecenin puanı olarak verilir