

MPS 2023-2024

1 Kampioenschappen

1.1 Provinciale kampioenschappen

1.1.1 Individueel (cross / indoor / outdoor / ½ marathon)

Alleen voor cadetten en scholieren, alleen de zege telt.

Cad	10 euro
Schol	10 euro

1.1.2 Aflossing (indoor / outdoor)

Hier wel voor AL de verschillende categoriën, alleen de provinciale titel komt in aanmerking (niet de 2° of 3° plaats...)

Provinciale titel (Team)	4 * 5 euro (5 euro / winnende deelnemer)
--------------------------	--

1.2 Vlaamse kampioenschappen

1.2.1 Individueel (cross / indoor / outdoor / ½ marathon / marathon)

Categorie	1° plaats	2° plaats	3° plaats	Finale plaats
Cadet	20 euro	15 euro	10 euro	5 euro
Scholier	20 euro	15 euro	10 euro	5 euro
Junior	30 euro	20 euro	10 euro	5 euro
Belofte	50 euro	30 euro	20 euro	10 euro
Senior	75 euro	50 euro	25 euro	15 euro
Master 35/40	20 euro	15 euro	10 euro	-
Master 45/50	20 euro	10 euro	5 euro	-
Master 55 plus	10 euro	-	-	-

Finale plaats is gelijk aan een 'top 8' plaats

1.3 Belgische kampioenschappen

1.3.1 Individueel (cross / indoor / outdoor / ½ marathon / 10km weg / marathon)

Categorie	1° plaats	2° plaats	3° plaats	Finale plaats
Cadet	40 euro	30 euro	20 euro	10 euro
Scholier	40 euro	30 euro	20 euro	10 euro
Junior	50 euro	40 euro	30 euro	10 euro

Belofte	50 euro	40 euro	30 euro	10 euro
Senior/AC	250 euro	200 euro	150 euro	50 euro
Master 35/40	40 euro	30 euro	20 euro	-
Master 45/50	30 euro	20 euro	10 euro	-
Master 55 plus	20 euro	15 euro	10 euro	-

Finale plaats is gelijk aan een **'top 8'** plaats

1.3.2 Aflossing

Categorie	1° plaats	2° plaats	3° plaats	Finale plaats
Cadet	25 euro	20 euro	10 euro	-
Scholier	25 euro	20 euro	10 euro	-
Junior	25 euro	20 euro	10 euro	-
Senior/AC	30 euro	25 euro	20 euro	-
Master 35/40	25 euro	20 euro	10 euro	-
Master 45/50	20 euro	15 euro	10 euro	-
Master 55 plus	10 euro	-	-	-

1.4 Europese kampioenschappen

1.4.1 Selectie

'Automatische opname' in ROBA-topsportteam

1.4.2 Prestatie (individueel / aflossing)

Niet voor masters want daar zijn immers geen selectievoorwaarden.

Categorie	1° plaats	2° plaats	3° plaats	Finale plaats
Scholier/U18	150 euro	100 euro	75 euro	50 euro
Junior/U20	200 euro	150 euro	100 euro	75 euro
Belofte/U24	300 euro	200 euro	150 euro	100 euro
Senior/AC	1000 euro	500 euro	300 euro	150 euro

Finale plaats is gelijk aan een **'top 8'** plaats

1.5 Werldkampioenschappen / Olympische spelen

1.5.1 Selectie

'Automatische opname' in ROBA-topsportteam

1.5.2 Prestatie (individueel / aflossing)

Niet voor masters want daar zijn immers geen selectievoorwaarden.

Categorie	1° plaats	2° plaats	3° plaats	Finale plaats
Scholier/U18	300 euro	200 euro	100 euro	75 euro
Junior/U20	500 euro	300 euro	200 euro	100 euro
Belofte/U24	1000 euro	750 euro	500 euro	250 euro
Senior/AC	2000 euro	1500 euro	1000 euro	500 euro

Finale plaats is gelijk aan een 'top 8' plaats

2 Prestaties Indoor

Prestatiepremie

Categorie	Gouden label	Zilveren label	Bronzen label
Cadet	50 euro	40 euro	30 euro
Scholier	60 euro	50 euro	40 euro
Junior	100 euro	75 euro	50 euro
Belofte	150 euro	100 euro	75 euro
Senior/AC	250 euro	200 euro	150 euro
Master	50 euro	40 euro	30 euro

Labels zijn gebaseerd op de MPS Prestaties Tabellen

3 Prestaties Outdoor

Prestatiepremie

Categorie	Gouden label	Zilveren label	Bronzen label
Cadet	50 euro	40 euro	30 euro
Scholier	60 euro	50 euro	40 euro
Junior	100 euro	75 euro	50 euro
Belofte	150 euro	100 euro	75 euro
Senior/AC	250 euro	200 euro	150 euro
Master	50 euro	40 euro	30 euro

Labels zijn gebaseerd op de MPS Prestaties Tabellen

MPS Prestaties Tabellen

Indoor Looppoeven

60 meter

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames	Mas Heren	Mas Dames
Gouden Label	6,87	7,64	7,08	7,87	7,35	7,95	7,66	8,07	7,68	8,39
Zilveren Label	6,99	7,70	7,21	7,95	7,45	8,01	7,75	8,26	7,77	8,55
Bronzen Label	7,06	7,76	7,28	8,01	7,52	8,06	7,83	8,42	7,84	8,69

200 meter

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames	Mas Heren	Mas Dames
Gouden Label	21,34	24,21	22,20	25,01	23,08	25,46	24,34	26,41	24,38	27,38
Zilveren Label	21,77	24,30	22,53	25,39	23,23	25,93	24,84	26,61	24,86	27,83
Bronzen Label	22,19	24,51	22,98	25,90	23,54	26,40	25,18	26,81	25,31	28,40

400 meter

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames	Mas Heren	Mas Dames
Gouden Label	47,48	55,51	49,94	57,70	51,84	58,15	54,69	59,75	55,16	61,40
Zilveren Label	48,43	56,51	51,55	58,10	52,49	59,30	55,61	61,36	56,12	62,42
Bronzen Label	49,38	57,51	51,79	58,58	52,98	60,42	56,34	62,10	57,28	64,90

800 meter

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames	Mas Heren	Mas Dames
Gouden Label	1.49.54	2.07.00	1.54.40	2.11.00	1.58.01	2.13.00	2.05.34	2.18.75	2.02.46	2.20.00
Zilveren Label	1.51.03	2.10.00	1.55.00	2.13.00	2.00.18	2.16.00	2.07.37	2.20.20	2.04.20	2.22.40
Bronzen Label	1.52.02	2.12.20	1.56.35	2.15.00	2.01.14	2.18.50	2.08.72	2.22.30	2.06.08	2.26.36

1500 meter

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames	Mas Heren	Mas Dames
Gouden Label	3.43.55	4.22.00	3.54.31	4.32.00	4.06.11	4.42.00	4.19.00	4.51.00	4.12.70	4.47.94
Zilveren Label	3.46.60	4.26.50	3.59.31	4.37.50	4.09.93	4.45.50	4.22.41	4.56.00	4.16.18	4.54.85
Bronzen Label	3.49.65	4.31.40	4.01.88	4.39.00	4.12.55	4.49.00	4.27.53	5.00.00	4.20.27	4.58.50

3000 meter

Label	AC Heren	AC Dames
Gouden Label	8.03.50	9.44.00
Zilveren Label	8.10.25	9.52.50
Bronzen Label	8.19.50	10.05.30

Horden

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames	Mas Heren	Mas Dames
	60mH	60mH	60mH	60mH	60mH	60mH	60mH	60mH	60mH	60mH
	1.067m	0.84m	1.067m	0.84m	0.914m	0.762m	0.914m	0.762m	1.067m	0.84m
Gouden Label	8,12	8,76	8,78	9,15	8,64	9,10	9,00	9,33	9,80	11,04
Zilveren Label	8,43	9,12	9,02	9,37	9,00	9,42	9,44	9,72	10,08	11,22
Bronzen Label	8,59	9,43	9,31	9,94	9,40	9,53	9,91	10,18	10,53	11,40

Indoor Kampproeven

Hoogspringen

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames	Mas Heren	Mas Dames
Gouden Label	2M07	1M78	1M97	1M70	1M88	1M65	1M72	1M58	1M70	1M55
Zilveren Label	2M00	1M75	1M93	1M66	1M78	1M60	1M65	1M52	1M66	1M46
Bronzen Label	1M97	1M71	1M87	1M62	1M75	1M55	1M62	1M49	1M62	1M44

Verspringen

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames	Mas Heren	Mas Dames
Gouden Label	7M26	6M00	6M97	5M82	6M42	5M50	6M01	5M30	6M00	5M00
Zilveren Label	7M04	5M85	6M73	5M60	6M30	5M30	5M81	5M10	5M86	4M80
Bronzen Label	6M91	5M72	6M54	5M45	6M17	5M21	5M70	4M95	5M66	4M71

Polstokspringen

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames	Mas Heren	Mas Dames
Gouden Label	4M80	3M72	4M50	3M48	4M20	3M20	3M41	3M00	3M96	2M90
Zilveren Label	4M62	3M60	4M25	3M35	3M90	3M10	3M11	2M90	3M64	2M80
Bronzen Label	4M55	3M50	3M95	3M25	3M70	3M00	2M90	2M70	3M40	2M70

Hinkstapspringen

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames	Mas Heren	Mas Dames
Gouden Label	14M95	12M00	14M05	11M55	13M31	11M00	12M05	10M63	12M00	10M40
Zilveren Label	14M38	11M77	13M60	11M30	12M95	10M65	11M51	10M30	11M72	10M21
Bronzen Label	14M10	11M60	13M26	11M07	12M77	10M34	11M28	10M00	11M60	9M98

Kogelstoten

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames	Mas Heren	Mas Dames
	7,25 kg	4 kg	6 kg	4 kg	5 kg	3 kg	4 kg	3 kg	7,25 kg	4 kg
Gouden Label	15M50	14M00	14M80	12M00	14M80	12m75	13M53	12M00	12M64	11M45
Zilveren Label	15M00	13M50	14M10	11M75	14M00	12m00	12M50	11M30	12M05	10M60
Bronzen Label	14M10	13M00	13M60	11M50	13M20	11m50	12M01	10M80	11M76	10M20

Meerkamp

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames
	7 kamp	5 kamp	7 kamp	5 kamp	7 kamp	5 kamp	6 kamp	5 kamp
Gouden Label	5350 p	4150 p	5150 p	3800 p	4950 p	3100 p	3550 p	3150 p
Zilveren Label	5250 p	4100 p	5050 p	3700 p	4850 p	3050 p	3450 p	3050 p
Bronzen Label	5150 p	4050 p	4950 p	3650 p	4750 p	3000 p	3350 p	2950 p

Outdoor Loopproeven

100 meter

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames	Mas Heren	Mas Dames
Gouden Label	10,62	11,90	10,96	12,28	11,41	12,41	11,93	12,62	11,96	13,15
Zilveren Label	10,83	12,00	11,19	12,41	11,59	12,52	12,09	12,93	12,11	13,42
Bronzen Label	10,94	12,10	11,30	12,51	11,70	12,60	12,21	13,20	12,23	13,65

200 meter

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames	Mas Heren	Mas Dames
Gouden Label	21,34	24,21	22,20	25,01	23,08	25,46	24,34	26,41	24,38	27,38
Zilveren Label	21,77	24,30	22,53	25,39	23,23	25,93	24,84	26,61	24,86	27,83
Bronzen Label	22,19	24,51	22,98	25,90	23,54	26,40	25,18	26,81	25,31	28,40

400 meter

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames	Mas Heren	Mas Dames
Gouden Label	47,48	55,51	49,94	57,70	51,84	58,15	54,69	59,75	55,16	61,40
Zilveren Label	48,43	56,51	51,55	58,10	52,49	59,30	55,61	61,36	56,12	62,42
Bronzen Label	49,38	57,51	51,79	58,58	52,98	60,42	56,34	62,10	57,28	64,90

800 meter

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames	Mas Heren	Mas Dames
Gouden Label	1.49.54	2.07.00	1.54.40	2.11.00	1.58.01	2.13.00	2.05.34	2.18.75	2.02.46	2.20.00
Zilveren Label	1.51.03	2.10.00	1.55.00	2.13.00	2.00.18	2.16.00	2.07.37	2.20.20	2.04.20	2.22.40
Bronzen Label	1.52.02	2.12.20	1.56.35	2.15.00	2.01.14	2.18.50	2.08.72	2.22.30	2.06.08	2.26.36

1500 meter

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames	Mas Heren	Mas Dames
Gouden Label	3.43.55	4.22.00	3.54.31	4.32.00	4.06.11	4.42.00	4.19.00	4.51.00	4.12.70	4.47.94
Zilveren Label	3.46.60	4.26.50	3.59.31	4.37.50	4.09.93	4.45.50	4.22.41	4.56.00	4.16.18	4.54.85
Bronzen Label	3.49.65	4.31.40	4.01.88	4.39.00	4.12.55	4.49.00	4.27.53	5.00.00	4.20.27	4.58.50

5000 meter

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Mas Heren	Mas Dames
Gouden Label	14.00.50	16.10.00	14.40.00	17.25.00	15.26.20	17.50.00
Zilveren Label	14.15.51	16.24.50	15.08.00	17.52.50	15.48.00	18.13.05
Bronzen Label	14.30.51	16.43.08	15.27.20	18.10.25	15.59.20	18.27.50

10000 meter

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Mas Heren	Mas Dames
Gouden Label	29.15.01	34.00.00	31.15.00	35.30.00	32.21.70	37.00.00
Zilveren Label	29.55.01	34.40.00	31.55.00	36.00.00	33.08.64	37.40.00
Bronzen Label	30.35.01	35.20.00	32.35.00	36.25.00	33.35.24	38.00.00

Horden

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames	Mas Heren	Mas Dames
	110MH	100MH	110MH	100MH	110MH	100MH	100MH	80MH	110MH	100MH
	1.067m	0.84m	1.067m	0.84m	0.914m	0.762m	0.914m	0.762m	1.067m	0.84m
Gouden Label	14,34	14,10	15,55	14,75	15,30	14,80	15,00	12,45	17,42	17,90
Zilveren Label	14,91	14,70	15,98	15,12	15,95	15,30	15,60	12,81	17,94	18,20
Bronzen Label	15,20	15,21	16,52	16,07	16,68	16,01	16,20	13,13	18,76	18,50

Horden

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames	Mas Heren	Mas Dames
	400MH	400MH	400MH	400MH	400MH	400MH	300MH	300MH	400MH	400MH
	0.914m	0.762m	0.914m	0.762m	0.84m	0.762m	0.762m	0.762m	0.914m	0.762m
Gouden Label	54,34	61,00	56,00	63,80	58,00	65,00	42,90	46,25	62,38	68,00
Zilveren Label	56,30	62,90	57,90	65,70	59,90	67,00	44,00	47,80	63,64	71,20
Bronzen Label	57,60	64,30	60,20	68,00	61,20	68,90	45,99	49,20	64,80	72,08

Steeple

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames	Mas Heren	Mas Dames
	3000M	3000M	3000M	3000M	2000M	2000M	1500M	1500M	3000M	3000M
Gouden Label	9.05.00	9.52.00	9.30.00	10.27.00	6.19.00	7.22.00	4.43.00	5.22.00	9.56.68	-
Zilveren Label	9.16.90	10.19.00	9.48.20	10.45.00	6.27.50	7.36.00	4.49.20	5.33.00	10.07.30	-
Bronzen Label	9.27.20	10.27.50	10.00.00	11.00.00	6.33.05	7.43.00	4.57.50	5.38.00	10.28.25	-

Marathon

Label	AC Heren	AC Dames	Mas Heren	Mas Dames
Gouden Label	2U16.40	2U41.03	2U33.40	2U56.20
Zilveren Label	2U20.50	2U44.50	2U37.35	3U01.00
Bronzen Label	2U25.18	2U50.00	2U40.00	3U05.00

Outdoor Kamproeven

Hoogspringen

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames	Mas Heren	Mas Dames
Gouden Label	2M07	1M78	1M97	1M70	1M88	1M65	1M72	1M58	1M70	1M55
Zilveren Label	2M00	1M75	1M93	1M66	1M78	1M60	1M65	1M52	1M66	1M46
Bronzen Label	1M97	1M71	1M87	1M62	1M75	1M55	1M62	1M49	1M62	1M44

Verspringen

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames	Mas Heren	Mas Dames
Gouden Label	7M26	6M00	6M97	5M82	6M42	5M50	6M01	5M30	6M00	5M00
Zilveren Label	7M04	5M85	6M73	5M60	6M30	5M30	5M81	5M10	5M86	4M80
Bronzen Label	6M91	5M72	6M54	5M45	6M17	5M21	5M70	4M95	5M66	4M71

Polsstokspringen

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames	Mas Heren	Mas Dames
Gouden Label	4M80	3M72	4M50	3M48	4M20	3M20	3M41	3M00	3M96	2M90
Zilveren Label	4M62	3M60	4M25	3M35	3M90	3M10	3M11	2M90	3M64	2M80
Bronzen Label	4M55	3M50	3M95	3M25	3M70	3M00	2M90	2M70	3M40	2M70

Hinkstapspringen

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames	Mas Heren	Mas Dames
Gouden Label	14M95	12M00	14M05	11M55	13M31	11M00	12M05	10M63	12M00	10M40
Zilveren Label	14M38	11M77	13M60	11M30	12M95	10M65	11M51	10M30	11M72	10M21
Bronzen Label	14M10	11M60	13M26	11M07	12M77	10M34	11M28	10M00	11M60	9M98

Kogelstoten

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames	Mas Heren	Mas Dames
	7,25 kg	4 kg	6 kg	4 kg	5 kg	3 kg	4 kg	3 kg	7,25 kg	4 kg
Gouden Label	15M50	14M00	14M80	12M00	14M80	12m75	13M53	12M00	12M64	11M45
Zilveren Label	15M00	13M50	14M10	11M75	14M00	12m00	12M50	11M30	12M05	10M60
Bronzen Label	14M10	13M00	13M60	11M50	13M20	11m50	12M01	10M80	11M76	10M20

Discuswerpen

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames	Mas Heren	Mas Dames
	2 kg	1 kg	1,75 kg	1 kg	1,5 kg	1 kg	1 kg	1 kg	2 kg	1 kg
Gouden Label	50M00	45M00	44M50	38M50	46M00	36M50	45M00	32M00	38M40	35M00
Zilveren Label	46M95	41M00	41M05	37M00	41M40	34M50	40M95	30M00	35M24	33M75
Bronzen Label	44M20	38M75	39M14	35M50	38M77	32M00	37M30	28M50	33M78	32M50

Speerwerpen

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames	Mas Heren	Mas Dames
	800g	600g	800g	600g	700g	600g	600g	500g	800g	600g
Gouden Label	65M50	43M50	56M10	41M00	55M00	37M50	46M36	36M00	47M60	33M55
Zilveren Label	62M40	41M00	52M08	39M00	50M73	35M00	42M19	33M00	43M84	29M00
Bronzen Label	58M80	39M50	49M95	37M50	47M33	33M00	39M20	30M00	41M24	27M05

Hamerslingeren

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames	Mas Heren	Mas Dames
	7,25 kg	4 kg	6,25 kg	4 kg	5 kg	4 kg	4 kg	3 kg	7,25 kg	4 kg
Gouden Label	59M00	46M00	55M00	42M00	53M00	39M75	40M01	35M00	39M90	35M00
Zilveren Label	56M25	43M75	50M50	39M50	49M50	35M00	35M00	33M25	36M20	32M75
Bronzen Label	50M18	41M00	45M00	35M25	44M80	30M15	31M00	29M10	34M55	28M00

Meerkamp

Label	AC Heren	AC Dames	Jun Heren	Jun Dames	Schol Heren	Schol Dames	Cad Heren	Cad Dames
	10 kamp	7 kamp	10 kamp	7 kamp	10 kamp	7 kamp	8 kamp	6 kamp
Gouden Label	7150 p	5250 p	6535 p	4750 p	6000 p	4300 p	4500 p	3850 p
Zilveren Label	6550 p	4900 p	6234 p	4400 p	5900 p	4100 p	4000 p	3600 p
Bronzen Label	6350 p	4500 p	5926 p	4280 p	5400 p	3700 p	3850 p	3400 p