

STROKOVNI PROGRAM
SLOVENSKE ATLETIKE

MERILA

2026

MERILA ZA NASTOPE NA MEDNARODNIH TEKMOVANJIH V SEZONI 2026

Pregled mednarodnih tekmovanj v sezoni 2026

14. - 15. marec	Evropski pokal v metih / Nikozija (CIP)
20. - 22. marec	Svetovno prvenstvo v dvorani / Torun (POL)
18. - 21. julij	Evropsko prvenstvo U18 / Rieti (ITA)
5. - 9. avgust	Svetovno prvenstvo U20 / Eugene (ZDA)
10. - 16. avgust	Evropsko prvenstvo / Birmingham (VBR)
21. avgust - 3. september	Sredozemske igre / Taranto (ITA)
19. -20. september	Svetovno prvenstvo v cestnih tekih / Kopenhagen (DAN)
31. oktober – 13. november	Olimpijske igre mladih Dakar/ (SEN)
13. december	Evropsko prvenstvo v krosu / Beograd (SRB)

Preostala meddržavna tekmovanja v sezoni 2026

28. januar	Troboj: Slovenija – Srbija – Hrvaška / Beograd (SRB)
31. maj	Brixia miting / Brixen (ITA)
26. september	Peterboj reprezentanc U16 / (SLO)
29. november	Carsolina Cross/Trst (ITA)

Balkanska prvenstva v sezoni 2026

14. februar	Balkansko prvenstvo v dvorani U20 / Beograd (SRB)
21. februar	Balkansko prvenstvo v dvorani / Beograd (SRB)
18. - 19. julij	Balkansko prvenstvo za člane in članice / Volos (GRČ)
4. julij	Balkansko prvenstvo U18 / Novo mesto (SLO)
11. julij	Balkansko prvenstvo U20 / Craiova (ROM)

SVETOVNO PRVENSTVO V DVORANI – ČLANI IN ČLANICE

Torun (POL), 20. - 22. marec 2026

MOŠKI	DISCIPLINA	ŽENSKE
6,59	60 m	7,20
45,80	400 m	51,75
1:45,90	800 m	2:00,90
3:36,00	1500 m	4:06,00
7:33,00	3000 m	8:35,00
7,65	60 m ovire	8,02
2,30 m	višina	1,96 m
5,90 m	palica	4,70 m
8,17 m	daljin	6,75 m
16,90 m	troskok	14,15 m
21,20 m	krogla	18,90 m

DISCIPLINA	KVOTA
60 m	56
400 m	30
800 m	30
1500 m	30
3000 m	15
60 m ovire	48
višina, palica	12
daljina, troskok, krogla	16
mnogoboj	14
štafete	n/a

Rok za doseganje norm je od 1. novembra 2025 do 8. marca 2026.

Na tekmovanju lahko nastopita največ 2 atleta na disciplino.

Nacionalna zveza lahko prijavi v tekaških disciplinah (razen na 800 m) eno atletinjo ali enega atleta brez doseženega kriterija le v primeru, da nima atletov in atletinj, ki so dosegli kriterije za tekmovanje.

Atleti se lahko uvrstijo na SP na osnovi:

- izpolnjenega rezultatskega kriterija;
- svetovnih lestvic (World Top lists), ki veljajo od 1. novembra 2025 do vključno 8. marca 2026.

Reprezentanco za SP predlaga Strokovni svet AZS (SS AZS) in potrdi Upravni odbor AZS (UO AZS) po nastopu na zadnjem tekmovanju, ki šteje za izpolnitev norm in po informaciji World Athletics (WA) o udeležencih SP (11. marec 2026).

Vse ostale informacije so v originalu na spletni strani Svetovne atletike (WA).

EVROPSKI ZIMSKI POKAL V METIH

Nikozija (CIP), 14. - 15. marec 2026

ČLANI EA norma	ČLANI AZS norma	ML. ČLANI AZS norma	DISCIPLINA	ML. ČLANICE AZS norma	ČLANICE AZS norma	ČLANICE EA norma
20,00 m	18,30 m	16,80 m	krogla	14,30 m	14,30 m	17,50 m
63,00 m	58,00 m	51,50 m	disk	48,00 m	48,00 m	58,00 m
75,00 m	71,00 m	64,00 m	kladivo	58,00 m	58,00 m	69,00 m
80,00 m	73,15 m	68,00 m	kopje	50,00 m	50,00 m	58,00 m

Rok za doseganje norm je od 1. januarja 2025 do 1. marca 2026.

V članski kategoriji lahko nastopita 2 atleta na disciplino. Eden mora izpolniti EA normo, drugi pa lahko nastopi z izpolnjeno normo AZS. V primeru, da ni atletov, ki izpolnjujejo EA norme, lahko nastopi le 1 atlet, ki izpolnjuje normo AZS.

V kategoriji mlajših članov lahko nastopi le 1 atlet z izpolnjeno AZS normo.

V kategoriji U23 lahko izjemoma nastopijo atleti, ki bodo najkasneje 31.12.2026 dopolnili 16 let (disk in kopje) oziroma 18 let (krogla in kladivo).

EVROPSKO PRVENSTVO NA PROSTEM

Birmingham (VBR), 10. - 16. avgust 2026

MOŠKI	DISCIPLINA	ŽENSKE
10,15	100 m	11,18
20,45	200 m	22,85
45,25	400 m	51,20
1:44,80	800 m	1:59,80
3:33,50	1500 m	4:03,50
13:08,00	5000 m	15:05,00
27:50,00	10.000 m	32:00,00
8:20,00	3000 m zapreke	9:28,00
13,40	110m ovire / 100m ovire	12,88
49,00	400m ovire	55,30
N/A	4x100 m	N/A
N/A	4x400 m	N/A
N/A	4x100 m mešana št.	N/A
N/A	4x400 m mešana št.	N/A
2;09:30	Maraton	2;27:00
1;26:15 (1;21:00 na 20 km)	polmaraton (tekmovalna hoja)	1;36:20 (1;31:00 na 20 km)
3;11:00 (2;33:00 na 35 km)	maraton (tekmovalna hoja)	3;40:00 (2;57:00 na 35 km)
2,27 m	višina	1,94 m
5,82 m	palica	4,60 m
8,05 m	daljina	6,77 m
16,80 m	troskok	14,20 m
20,80 m	krogla	18,20 m
65,50 m	disk	61,00 m
8300	mnogoboj	6320
77,00 m	kladivo	71,50 m
83,00 m	kopje	60,80 m

Za uvrstitev na tekmovanje in izpolnjevanje norm, ter za pridobivanje točk svetovne lestvice veljajo naslednja **kvalifikacijska obdobja**:

10.000 m, maraton, polmaraton v tekmovalni hoji, maraton v tekmovalni hoji in mnogoboji: Kvalifikacijsko obdobje traja od 25. januarja 2025 do 26. julija 2026 do polnoči (ne glede na časovni pas).

Štafetne discipline: Kvalifikacijsko obdobje traja od 1. januarja 2025 do 26. julija 2026 do polnoči (ne glede na časovni pas).

Vse ostale discipline: Kvalifikacijsko obdobje traja 12 mesecev, in sicer od 27. julija 2025 do polnoči 26. julija 2026 (ne glede na časovni pas).

Individualne discipline: vsaka zveza članica bo lahko v vsaki disciplini sodelovala z največ tremi atleti ob upoštevanju spodaj navedenih pogojev.

Štafete: vsaka zveza članica lahko v vsaki štafetni disciplini prijavi eno kvalificirano ekipo po evropskem rankingu. Skupno je lahko prijavljenih osem atletov.

KVOTE

Disciplina	Kvota
100 m	36
200 m	36
400 m	36
800 m	32
1500 m	30
5000 m	25
10.000 m	27
Maraton	60
3000 m zapreke	34
110 m ovire / 100 m ovire	36
400 m ovire	36
Polmaraton, hoja	35
Maraton	35
4x100 m štafeta	16
4x400 m štafeta	16
4x100 m mešana štafeta	8
4x400 m mešana štafeta	8
višina	30
palica	30
daljina	30
troskok	30
krogla	30
disk	30
kladivo	30

EVROPSKO PRVENSTVO U18

Rieti (ITA), 18. – 21. julij 2026

Kvota	Moški	Disciplina	Ženske
32	10,85	100 m	12,05
32	22,10	200 m	25,00
32	49,40	400 m	57,00
32	1:54,20	800 m	2:12,80
24	3:55,00	1500 m	4:30,00
15	8:24,00	3000 m	9:44,00
32	14,25	110/100 m ovire	14,05
32	55,00	400 m ovire	1:02,30
24	6:00,00	2000 m zapreke	7:00,00
25	23:30,00	5000 m hoja	26:10,00
16	NES	Mešana štafeta 100-200-300-400	NES
24	2,01	višina	1,74
24	4,60	palica	3,65
24	7,00	daljina	5,90
24	14,10	troskok	12,20
24	16,80	krogla	14,40
24	52,50	disk	40,50
24	63,00	kladivo	58,00
24	62,00	kopje	46,00
20	6700	deseterboj / sedmerboj	5200

Rok za doseganje norm je od 1. januarja 2026 do 5. julija 2026.

Na tekmovanju lahko nastopita le 2 atleta z doseženo normo na disciplino.

Če v določeni disciplini izpolni normo več atletov, kot jih lahko nastopi, se upošteva najboljši rezultat sezone teh atletov. V primeru enakega prvega rezultata se upošteva drugi najboljši rezultat.

O nastopu štafet (4x100 m, 4x400 m) na tekmovanju bo odločil SS AZS.

V primeru, da ima izpolnjeno normo več atletov je obvezen nastop na Prvenstvu Slovenije U18.

SVETOVNO PRVENSTVO U20
Eugene (ZDA), 3.-6. avgust 2026

Kvota	Moški	Disciplina	Ženske
64	10,50	100 m	11,78
64	21,25	200 m	24,35
56	47,40	400 m	55,20
48	1:50,00	800 m	2:09,00
45	3:47,50	1500 m	4:27,00
20	8:04,00	3000 m	9:27,00
18	14:08,00	5000 m	16:25,00
30	9:00,00	3000 m zapreke	10:36,00
56	14,05	110 m ovire / 100 m ovire	14,10
56	53,00	400 m ovire	1:00,75
34	20:50,00 (43:30,00 na 10 km)	5000 m hoja	24:00,00 (49:20,00)
28	2,12 m	višina	1,81 m
28	5,12 m	palica	4,05 m
28	7,58 m	daljina	6,22 m
28	15,45 m	troskok	13,00 m
28	18,30 m	krogla (6 kg / 4 kg)	14,50 m
28	56,00 m	diks (1,75 kg / 1 kg)	49,00 m
28	68,00 m	kladivo (6 kg / 4 kg)	57,50 m
28	68,50 m	kopje (800 g / 600 g)	49,50 m
24	7100	mnogoboj	5280
24	ni norme	4 x 100 m	ni norme
24	ni norme	4 x 400 m	ni norme

Rok za doseganje norm je od 1. januarja 2026 do 25. julija 2026.

Na tekmovanju lahko nastopita le 2 atleta z doseženo normo na disciplino.

Če v neki disciplini izpolnilo normo več atletov, kot jih lahko nastopi, se upošteva najboljši rezultat sezone teh atletov. V primeru enakega prvega rezultata se upošteva drugi najboljši rezultat.

O nastopu štafet (4 x 100 m, 4 x 400 m) na tekmovanju bo odločil SS AZS.

V primeru, da ima izpolnjeno normo več atletov, je obvezen nastop na Prvenstvu Slovenije U20.

Na prvenstvu lahko nastopijo atleti, ki bodo do 31. decembra 2026 dopolnili 16 let. V primeru nastopa atletov kategorije U18 mora trener atleta podati pisno izjavo, da se z nastopom strinja.

SREDOZEMSKÉ IGRE

Taranto (ITA), 21. avgust – 3. september 2026

Nosilec tekmovanja je Olimpijski komite Slovenije (OKS). SS AZS bo po prejetih informacijah OKS določil in objavil kriterije za nastop na tekmovanju.

SVETOVNO PRVENSTVO V CESTNIH TEKIH

Kopenhagen (DEN), 19. – 20. september 2026

Moški	DISCIPLINA	Ženske
3:38,00	milja (rezultat 1500 m)	4:08,00
13:25,00	5 km	15:15;00
1;02:30	polmaraton	1;10:45

Rok za doseganje norm je od 1. oktobra 2025 do 6. septembra 2025.

MLADINSKE OLIMPIJSKE IGRE

Dakar (SEN), 31. oktober – 13. november 2026

Nosilec tekmovanja je OKS. SS AZS bo po prejetih informacijah OKS določil in objavil kriterije za nastop na tekmovanju.

28. EVROPSKO PRVENSTVO V KROSU

13. december, Beograd (SRB)

SS AZS bo predlagal UO AZS v potrditev sestavo reprezentance za evropsko prvenstvo v krosu na podlagi sledečih kriterijev:

Za štafeto so norme naslednje:

Za štafeto (člani) je norma 1000 točk po tablicah WA in potrditev pripravljenosti na Prvenstvu Slovenije v krosu.

Izbirna tekma in preverjanje forme bo na Prvenstvu Slovenije v krosu. Mlajši mladinci, ki bi želeli nastopiti na EP v krosu morajo tudi na PS nastopiti v starejše mladinski kategoriji.

Za daljšo razdaljo pa so naslednje norme:

Mladinci (U20)

3000 m	5000 m	3000 m zapreke	10 km
8:41,00	15:15,00	9:37,00	32:40

Mladinke (U20)

3000 m	5000 m	3000 m zapreke	10 km
10:10,00	17:50,00	11:10,00	38:10

Mlajši člani (U23)

3000m	5000m	3000m zapreke	10km
8:24,00	14:38,00	9:22,00	31:30

Mlajše članice (U23)

3000 m	5000 m	3000 m zapreke	10 km
9:48,00	17:15,00	10:50,00	36:30

Člani

3000 m	5000 m	3000 m zapreke	10 km
8:15,00	14:20,00	9:10,00	30:50

Članice

3000 m	5000 m	3000 m zapreke	10 km
9:34,00	16:50,00	10:35,00	35:30

Kriteriji za nastop mora biti dosežen od 1. januarja 2026 do 30. oktobra 2026.

TROBOJ ČLANSKIH REPREZENTANC SRBIJA – HRVAŠKA - SLOVENIJA

Beograd (SRB), 28. januar 2026

V reprezentanco bodo imenovani atleti in atletinje v članski kategoriji (izjemoma mladinci). V vsaki disciplini nastopata dva atleta.

Sestavo reprezentance za nastop na troboju reprezentanc bo predlagal SS AZS na osnovi rezultatov doseženih v poletni sezoni 2025 in v zimski sezoni do vključno 18. januarja 2026, potrdil pa UO AZS.

Razpisane discipline:

- moški: 60 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 4 x 400 m, 60 m ovire, skok v višino, skok v daljino, skok s palico, troskok, suvanje krogle.
- ženske: 60 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 4 x 400 m, 60 m ovire, skok v višino, skok v daljino, skok s palico, troskok, suvanje krogle.

37. BRIXIA MITING

Bressanone (ITA), maj 2026

V reprezentanco bodo imenovani atleti in atletinje v mlajše mladinski starostni kategoriji (letnika rojstva 2009 in 2010). **Izbirna tekma** za reprezentanco bo **Atletski pokal Slovenije za mlajše mladince, ki bo 10. maja 2026.**

Na tekmovanju lahko nastopi samo en atlet v posamezni disciplini.

Ko prejmemo razpis organizatorja, bomo obvestili klube o točnem datumu in predvidenih disciplinah, ki bodo na programu tekmovanja.

Razpisane discipline:

- Mlajši mladinci: 110 ovire, 100 m, 200 m, 400 m, 400 m ovire, 800 m, 1500 m, 2000 m zapreke, 4x100 m, 5000 m hoja, palica, troskok, višina, daljina, kladivo, krogla, disk, kopje.
- Mlajše mladike : 100 m ovire, 100 m, 200 m, 400 m, 400 m ovire, 800 m, 1500 m, 2000 m zapreke, 4x100 m, 5000 m hoja, palica, troskok, višina, daljina, kladivo, krogla, disk, kopje.

PETEROBOJ PIONIRSKIH REPREZENTANC

Ptuj (SLO), 28. september 2026

V reprezentanco bodo imenovani atleti in atletinje v pionirski starostni kategoriji (letnika rojstva 20011 in 2012). **Izbirna tekma** za izbor atletov v reprezentanco bo **Prvenstvo Slovenije za pionirje in pionirke U16**, ki bo potekalo **12. in 13. septembra 2026.**

Razpisane discipline:

- Pionirji: 100 m, 300 m, 1000 m, 3000 m, 100 m ovire (84,0 / 8,50), 300 m ovire (76,2), skok v višino, skok v daljino, skok s palico, suvanje krogle (4 kg), met diska (1 kg), met kopja (600 g), met kladiva (4 kg), štafeta 4 x 100 m, 3000 m hoja.

- Pionirke: 100 m, 300 m, 600 m, 2000, 100 m ovire (76,2 / 8,25), 300 m ovire (76,2), skok v višino, skok v daljino, skok s palico, suvanje krogle (3 kg), met diska (1 kg), met kopja (500 g), met kladiva (3 kg), štafeta 4 x 100 m, 3000 m hoja.

Mešana štafeta 4x300 m (dva pionirja, dve pionirki; vrstni red: fant – dekle – fant – dekle).

BALKANSKA PRVENSTVA – SPLOŠNA DOLOČILA

Za vsa balkanska prvenstva veljajo sledeče splošne določbe:

Atleti, ki bodo izpolnili zahtevane kriterije za nastop se morajo obvezno prijaviti na tekmovanje (izraziti interes za nastop). Rok za oddajo končne prijave je 15 dni pred tekmovanjem do 23:59 ure na elektronski naslov marija.sestak@atletska-zveza.si.

Kjer bo na disciplino prijavljenih več atletov, kot dovoljujejo pravila (tabela spodaj), bo prijavljeno najvišje možno število atletov, upoštevni kriterij pa bo najboljši rezultat sezone. V primeru enakega prvega rezultata se upošteva drugi najboljši rezultat sezone. Če atlet v sezoni nima rezultata, ne more nastopiti na balkanskem prvenstvu.

Atleti lahko nastopijo le na prvenstvu v svoji starostni kategoriji. Izjema je balkansko dvoransko prvenstvu U20, kjer lahko nastopijo tudi mlajši mladinci (U18), ker v svoji starostni kategoriji nimajo tekmovanja.

Kvote za število atletov in atletinj je za vsa balkanska prvenstva 2 atleta na disciplino in ena štafeta na disciplino

BALKANSKO PRVENSTVO V DVORANI U20 - odpovedano

BALKANSKO PRVENSTVO V DVORANI ČLANI IN ČLANICE

Beograd, 21. februar 2026

Moški	Disciplina	Ženske
6,85	60 m	7,60
8,20	60 m ovire	8,40
48,00	400 m	55,30
1:51,00	800 m	2:09,00
3:50,00	1500 m	4:30,00
8:25,00	3000 m	9:45,00
7,45 m	daljina	6,20 m
2,12 m	višina	1,82 m
15,60 m	trokok	13,30 m
5,10 m	palica	4,10 m
18,00 m	krogla	14,50 m
/	4x400 m	/

Kriteriji za nastop morajo biti doseženi **od 1. januarja 2026 do 8. februarja 2026.**

BALKANSKO PRVENSTVO ZA ČLANE IN ČLANICE

Volos (GRE) 18.-19. julij 2026

MOŠKI	DISCIPLINA	ŽENSKE
10,60	100 m	11,75
21,20	200 m	23,90
47,30	400 m	54,00
1:49,50	800 m	2:06,50
3:45,00	1500 m	4:20,00
8:18,00	3000 m	9:40,00
14:15,00	5000 m	16:10,00
14,20	110 m / 100 m ovire	13,65
52,00	400 m ovire	59,20
9:10,00	3000 m zapreke	10:30,00
2,12 m	višina	1,82 m
5,10 m	palica	4,10 m
7,50 m	daljina	6,25 m
15,80 m	troskok	13,40 m
18,00 m	krogla	14,00 m
57,00 m	disk	52,00 m
70,00 m	kladivo	62,00 m
73,00 m	kopje	52,00 m
/	4 x 100 m	/
/	4 x 400 m	/
6900	deseterboj / sedmerboj	4900

Kriteriji za nastop morajo biti doseženi **od 1. januarja 2026 do 5. julija 2026.**

BALKANSKO PRVENSTVO ZA MLAJŠE MLADINCE

Novo mesto (SLO) 4. julij 2026

Norme Balkanske atletske zveze

MOŠKI	DISCIPLINA	ŽENSKE
11,86	100 m	13,90
24,18	200 m	28,47
53,76	400 m	1:05,95
2:04,70	800 m	2:32,80
4:18,56	1500 m	5:19,75
9:17,59	3000 m	11:34,02
N/A	5000 m	N/A
N/A	100 m ovire	17,22
16,59	110 m ovire	N/A
N/A	400 m ovire	N/A
N/A	3000 m zapreke	N/A
6:47,93	2000 m zapreke	8:29,19
46,56	4 x 100 m	57,14
N/A	4 x 400 m	N/A
N/A	4 x 400 m mešano	N/A
1,69 m	višina	1,41 m
N/A	palica	N/A
5,71 m	daljina	4,37 m
12,07 m	troskok	9,34 m
12,06 m	krogla	11,03 m
37,53 m	disk	36,99 m
44,17 m	kladivo	42,41 m
48,08 m	kopje	36,77 m
N/A	mnogoboj	N/A

Kriteriji za nastop morajo biti doseženi **od 1. januarja 2026 do 22. junija 2026.**

Ker bo prvenstvo v Sloveniji, bosta v reprezentanci v vseh disciplinah nastopila po dva atleta z doseženimi balkanskimi normami. V primeru, da bo v določeni disciplini izpolnilo normo več atletov, odloča drugi najboljši rezultat sezone.

Balkanske norme U18 so veljavne le v letu 2026, ker bo tekmovanje potekalo v Sloveniji.

BALKANSKO PRVENSTVO ZA STAREJŠE MLADINCE

Craiova (ROM), 11. julij 2026

MOŠKI	DISCIPLINA	ŽENSKE
10,80	100 m	12,05
21,90	200 m	24,70
48,60	400 m	56,30
1:52,70	800 m	2:12,60
3:55,00	1500 m	4:34,00
8:35,10	3000 m	10:05,00
15:11,70	5000 m	17:35,00
14,50 (0,991m)	110 m / 100 m ovire	14,30
54,05	400 m ovire	1:02,00
9:40,00	3000 m zapreke	11:00,00
2,04 m	višina	1,74 m
4,85 m	palica	3,75 m
7,20 m	daljina	5,95 m
14,95 m	troskok	12,40 m
16,50 m (6kg)	krogla	13,50 m
53,00 m (1,75kg)	disk	45,00 m
64,00 m (6kg)	kladivo	55,00 m
64,00 m	kopje	46,00 m
/	4 x 100 m	/
/	4 x 400 m	/
6200	deseterboj / sedmerboj	4600

Kriteriji za nastop morajo biti doseženi od **od 1. januarja 2026 do 28. junija 2026.**

Sklepi Strokovnega sveta Atletske zveze Slovenije:

- V primeru napake v dokumentu Merila 2026 veljajo merila organizatorja (razen za Balkanska prvenstva).
- Če je v neki disciplini izpolnilo normo več atletov, kot jih lahko nastopi, se upošteva najboljši rezultat sezone teh atletov. V primeru enakega prvega rezultata se upošteva drugi najboljši rezultat.
- Potnike na mednarodno tekmovanje predlaga SS AZS, potrdi pa UO AZS.

Sklep Upravnega odbora Atletske zveze Slovenije:

- UO AZS na predlog SS AZS lahko zavrne/prepreči nastop tekmovalcu z doseženo normo, če na vseh tekmovanjih v tekoči sezoni pred tekmovanjem (EP, SP, OI) kaže zelo slabo pripravljenost oz. če sploh ne tekmuje (poškodba).

Strokovni svet AZS

predsednik

Ladislav Mesarič