

Indoor

PK indoor		cad	schol	mas	jun	Sen
	1	6	10	6	10	15
	2	4	8	4	8	12
	3	2	6	2	6	8
	4-8	1	2	1	2	4

VAL indoor		cad	schol		AC
	1	12	15		30
	2	9	12		24
	3	6	8		16
	4-8	3	5		8
	deelname	2	3		3

BK indoor		cad	schol	mas	J/B	AC
	1	20	25	15	30	60
	2	15	20	10	25	40
	3	10	15	5	20	30
	4-8	5	8		10	15
	deelname	3	3		3	5

BK estafette						AC
	1					25
	2					20
	3					15
	4-8					10
	deelname					5

Clubrecord		cad	schol	mas	jun	AC
	Individueel	4	5	4	5	10
	Estafette	3	4	3	4	4

Belgisch Record individueel*		30	30	15	50	150
Belgisch Record estafette*		15	15	10	15	75

*** Enkel voor records erkend door KBAB/VAL.**

Jaarboek*	1	20	20		20	80
	2	18	18		18	72
	3	16	16		16	64
	4	14	14		14	56
	5	12	12		12	48
	6	10	10		10	40
	7	8	8		8	32
	8	6	6		6	24
	9	4	4		4	16
	10	2	2		2	8

*** Enkel voor kampioenschnummers: 60-60H-200-400-800-1500-3000-ver-hinkstap-kogel-polsstok-hoog**

Outdoor

PK outdoor		cad	schol	mas*	jun	AC
	1	12	15	12	15	20
	2	8	12	8	12	16
	3	5	8	5	8	12
	4-8	3	5	3	5	8
PK estafette	1	6	8	6	8	10
	2	4	6	4	6	8
	3	3	4	3	4	6
	4-8	2	2	2	2	3

*Vermits voor Masters het PK en VAL-kampioenschap tijdens dezelfde wedstrijd worden betwist is geen cumul mogelijk. Enkel hoogste waardering wordt toegekend. Vanaf M50 en W50 worden de behaalde punten gehalveerd.

VAL outdoor		cad	schol	mas*	jun	AC
	1	20	30	20		40
	2	15	24	15		32
	3	10	16	10		24
	4-8	7	10	7		16
	deelname	4	4	4		4

BK outdoor		cad	schol	mas*	jun	AC	Beloften
	1	36	45	24	45	80	45
	2	24	36	16	36	64	36
	3	16	24	10	24	48	24
	4-8	9	15		15	32	15
	deelname	4	4		4	10	4

*Masters: halvering punten vanaf M50 - W50

BK estafette		cad	schol	mas	jun	AC
	1	16	20	16	20	30
	2	12	15	12	15	20
	3	8	10	8	10	15
	4-8	5	7		7	10
	deelname	4	4		4	4

*Masters: halvering punten vanaf M50 - W50

		cad	schol	mas	jun	AC
Clubrecord	Individueel	5	7	5	7	15
	Estafette	4	4	4	4	4
Belgisch Record	individueel*	30	30	30	50	150
Belgisch Record	estafette*	15	15	15	25	75

* Enkel voor records erkend door KBAB/VAL.

Jaarboek*		cad	schol	mas	jun	AC
	1	40	40		40	300
	2	36	36		36	250
	3	32	32		32	200
	4	28	28		28	170
	5	24	24		24	150
	6	20	20		20	130
	7	18	18		18	110
	8	16	16		16	90

9	14	14	14	70
10	12	12	12	50

* Enkel voor kampioensnummers

Wegwedstrijden

	BK	
1/2 marathon - Marathon - Berglopen - 100 km	Mas	AC
1	24	80
2	16	64
3	10	48
4-10	6	32
deelname	2	5

*Masters: halvering punten vanaf M50 - W50

Veldlopen

PK veldlopen	cad	schol	mas	jun	sen
1	15	15	12	15	30
2	12	12	8	12	24
3	8	8	5	8	18
4-5	5	5	3	5	12
6-10	2	2		2	8

zowel korte cross als lange cross komen in aanmerking

*Masters: halvering punten vanaf M50 - W50

BK veldlopen	cad	schol	mas	jun	sen
1	25	25	25	25	120
2	20	20	20	20	100
3	15	15	15	15	75
4-10	10	10	10	10	50
11-20	7	7		7	25
deelname	4	4		4	4

zowel korte cross als lange cross komen in aanmerking

*Masters: halvering punten vanaf M50 - W50

Selecties

	cad	schol	mas	jun	AC
Beker van Vlaanderen	5	5	5		10
BVV - Promotie*	3	3	3		5
BVV - Kampioen*	5	5	5		10

***Premies voor promotie en kampioen zijn niet cumulatief**

	cad	schol	mas	jun	AC	-23
Interprovinciale match	3	3				
Interland of Europabeker	5	10	5	15	40	15

**Voor een selectie op EK-niveau worden deze punten vermenigvuldigd met 4
Voor een selectie op WK-niveau worden deze punten vermenigvuldigd met 6
Voor een selectie op niveau Olympische spelen-Paralympics: extra bonus 100 p.**