

Ergbattle afstanden

**Vrouwen**

		leeftijd																							
gewicht	38	40	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64	66	68	70	72	74	76	78	80	82	84	86
40	266	266	264	262	260	258	256	254	252	250	247	245	242	240	237	234	231	229	225	222	219	215	212	208	204
42	270	270	268	266	264	261	259	257	255	253	250	248	245	243	240	237	234	231	228	225	222	218	214	210	206
44	273	273	271	269	267	265	262	260	258	256	253	251	248	245	243	240	237	234	231	228	224	221	217	213	209
46	276	276	274	272	270	267	265	263	261	258	256	253	251	248	245	243	240	237	233	230	227	223	219	215	211
48	279	279	277	275	272	270	268	266	264	261	259	256	254	251	248	245	242	239	236	233	229	225	222	218	213
50	282	282	279	277	275	273	271	269	266	264	261	259	256	253	251	248	245	242	238	235	231	228	224	220	215
52	284	284	282	280	278	276	274	271	269	266	264	261	259	256	253	250	247	244	241	237	234	230	226	222	218
54	287	287	285	283	281	278	276	274	271	269	266	264	261	258	256	253	250	246	243	240	236	232	228	224	220
56	290	290	288	285	283	281	279	276	274	271	269	266	264	261	258	255	252	249	245	242	238	234	230	226	222
58	292	292	290	288	286	283	281	279	276	274	271	269	266	263	260	257	254	251	247	244	240	236	232	228	224
60	295	295	293	290	288	286	284	281	279	276	274	271	268	265	262	259	256	253	250	246	242	238	234	230	225
62	297	297	295	293	290	288	286	283	281	278	276	273	270	267	265	261	258	255	252	248	244	240	236	232	227
64	299	299	297	295	293	290	288	286	283	281	278	275	272	270	267	264	260	257	254	250	246	242	238	234	229
66	302	302	300	297	295	293	290	288	285	283	280	277	275	272	269	266	262	259	256	252	248	244	240	236	231
68	304	304	302	300	297	295	293	290	288	285	282	279	277	274	271	268	264	261	257	254	250	246	242	237	233
70	306	306	304	302	299	297	295	292	290	287	284	282	279	276	273	270	266	263	259	256	252	248	244	239	234
72	308	308	306	304	302	299	297	294	292	289	286	284	281	278	275	271	268	265	261	257	254	250	245	241	236
74	311	311	308	306	304	301	299	296	294	291	288	285	283	280	276	273	270	267	263	259	255	251	247	242	238
76	313	313	310	308	306	303	301	298	296	293	290	287	284	281	278	275	272	268	265	261	257	253	249	244	239
78	315	315	312	310	308	305	303	300	298	295	292	289	286	283	280	277	274	270	266	263	259	255	250	246	241
80	317	317	314	312	310	307	305	302	299	297	294	291	288	285	282	279	275	272	268	264	260	256	252	247	242
82	319	319	316	314	312	309	307	304	301	299	296	293	290	287	284	280	277	273	270	266	262	258	253	249	244
84	320	320	318	316	313	311	308	306	303	300	298	295	292	289	285	282	279	275	271	268	264	259	255	250	245
86	322	322	320	318	315	313	310	308	305	302	299	296	293	290	287	284	280	277	273	269	265	261	256	252	247
88	324	324	322	320	317	315	312	309	307	304	301	298	295	292	289	285	282	278	275	271	267	262	258	253	248
90	326	326	324	321	319	316	314	311	308	306	303	300	297	294	290	287	284	280	276	272	268	264	259	255	250
92	328	328	326	323	321	318	315	313	310	307	304	301	298	295	292	289	285	281	278	274	270	265	261	256	251
94	330	330	327	325	322	320	317	314	312	309	306	303	300	297	294	290	287	283	279	275	271	267	262	257	252
96	331	331	329	327	324	321	319	316	313	311	308	305	302	298	295	292	288	284	281	277	272	268	264	259	254
98	333	333	331	328	326	323	320	318	315	312	309	306	303	300	297	293	290	286	282	278	274	270	265	260	255

Ergbattle afstanden

**Mannen**

leeftijd																									
gewicht	38	40	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64	66	68	70	72	74	76	78	80	82	84	86
50	323	323	321	318	316	313	311	308	306	303	300	297	294	291	288	284	281	277	274	270	266	261	257	252	247
52	326	326	324	321	319	316	314	311	309	306	303	300	297	294	290	287	284	280	276	272	268	264	259	255	250
54	329	329	327	325	322	319	317	314	311	309	306	303	300	297	293	290	286	283	279	275	271	266	262	257	252
56	332	332	330	327	325	322	320	317	314	311	309	306	302	299	296	292	289	285	281	277	273	269	264	259	254
58	335	335	333	330	328	325	323	320	317	314	311	308	305	302	299	295	291	288	284	280	276	271	267	262	257
60	338	338	336	333	331	328	325	323	320	317	314	311	308	304	301	298	294	290	286	282	278	274	269	264	259
62	341	341	338	336	333	331	328	325	322	319	316	313	310	307	304	300	296	293	289	285	280	276	271	266	261
64	344	344	341	339	336	333	331	328	325	322	319	316	313	309	306	302	299	295	291	287	283	278	273	268	263
66	346	346	344	341	339	336	333	330	327	325	321	318	315	312	308	305	301	297	293	289	285	280	275	270	265
68	349	349	346	344	341	338	336	333	330	327	324	321	317	314	311	307	303	299	295	291	287	282	277	272	267
70	351	351	349	346	344	341	338	335	332	329	326	323	320	316	313	309	306	302	298	293	289	284	279	274	269
72	354	354	351	349	346	343	341	338	335	332	329	325	322	319	315	311	308	304	300	295	291	286	281	276	271
74	356	356	354	351	348	346	343	340	337	334	331	328	324	321	317	314	310	306	302	297	293	288	283	278	273
76	359	359	356	353	351	348	345	342	339	336	333	330	326	323	319	316	312	308	304	299	295	290	285	280	274
78	361	361	358	356	353	350	347	344	341	338	335	332	329	325	321	318	314	310	306	301	297	292	287	282	276
80	363	363	361	358	355	352	350	347	344	341	337	334	331	327	324	320	316	312	308	303	299	294	289	284	278
82	366	366	363	360	357	355	352	349	346	343	339	336	333	329	326	322	318	314	310	305	301	296	291	285	280
84	368	368	365	362	360	357	354	351	348	345	341	338	335	331	327	324	320	316	311	307	302	298	292	287	281
86	370	370	367	365	362	359	356	353	350	347	343	340	337	333	329	326	322	318	313	309	304	299	294	289	283
88	372	372	369	367	364	361	358	355	352	349	345	342	339	335	331	327	324	319	315	311	306	301	296	290	285
90	374	374	371	369	366	363	360	357	354	351	347	344	341	337	333	329	325	321	317	312	308	303	298	292	286
92	376	376	374	371	368	365	362	359	356	353	349	346	342	339	335	331	327	323	319	314	309	304	299	294	288
94	378	378	376	373	370	367	364	361	358	355	351	348	344	341	337	333	329	325	320	316	311	306	301	295	289
96	380	380	378	375	372	369	366	363	360	356	353	350	346	342	339	335	331	326	322	317	313	308	302	297	291
98	382	382	379	377	374	371	368	365	361	358	355	351	348	344	340	336	332	328	324	319	314	309	304	298	292
100	384	384	381	379	376	373	370	367	363	360	357	353	350	346	342	338	334	330	325	321	316	311	306	300	294
102	386	386	383	380	378	375	371	368	365	362	358	355	351	348	344	340	336	331	327	322	317	312	307	301	295
104	388	388	385	382	379	376	373	370	367	364	360	357	353	349	345	341	337	333	329	324	319	314	309	303	297
106	390	390	387	384	381	378	375	372	369	365	362	358	355	351	347	343	339	335	330	325	321	315	310	304	298
108	392	392	389	386	383	380	377	374	370	367	364	360	356	353	349	345	341	336	332	327	322	317	311	306	300