

Sandnes IL bonus, gjeldende fra 1. januar 2022

Nivå	Hva	Klasse	Beløp	Kommentar
Nasjonalt	Kretsrekord	Senior	2000	Øvelser som inngår i NM Hovedmesterskap, samt hel- og halvmaraton
	Norsk rekord	Senior	10000	Øvelser som inngår i NM Hovedmesterskap, samt hel- og halvmaraton
		U20/U23	5000	Øvelser som inngår i UM Hovedmesterskap, samt hel- og halvmaraton
NM	Gullmedalje	Senior	5000	Øvelser som inngår i NM Hovedmesterskap, hel- og halvmaraton og terreng
		U20/U23	2500	Øvelser som inngår i Junior-NM, hel og halvmaraton og terreng
NM	Sølv/bronse	Senior	3000	Øvelser som inngår i NM Hovedmesterskap, hel- og halvmaraton og terreng
		U20/23	1500	Øvelser som inngår i Junior-NM, hel og halvmaraton og terreng
INTERNASJONALT				
EM/VM/OL	Medalje	Senior	10000	Øvelser som inngår Hovedmesterskap, hel- og halvmaraton og terreng
		U20/U23	5000	Øvelser som inngår Hovedmesterskap, hel- og halvmaraton og terreng
EM/VM/OL	Finalekvalifisering	Senior	5000	Gjelder for alle øvelser som inngår i EM/VM/OL Hovedmesterskap
		U18/20/23	2500	Gjelder for alle øvelser som inngår i UEM/UVM Hovedmesterskap