

		Pupillen				Junioren		
	Mini	C	B	A	D	C	B	A
Indoor baanwedstrijden								
40 meter		7,1	6,1	6,1	5,5	5,8	4,9	5,7
40 meter horden				8,3				
60 meter							7,9	
3000 meter snelwandelen								16.04.60
Hoogspringen		0,9	1,1	1,25	1,45	1,35	1,65	1,65
Kogelstoten		6,63	6,28	7,27	7,72	10,47	11,1	8,98
Driekamp		712	1572	2252	1809	1927	1626	1799
Vierkamp				189				
	Mini	C	B	A	D	C	B	A
Outdoor baanwedstrijden								
40 meter	8,2	7	6,35					
60 meter				8,5	8,7			
80 meter			10,7	10,5	10,5	10,6	10,7	
100 meter						12,4	11,76	11,5
150 meter								
200 meter		53,4	46,2	40,5			28,76	24,6
300 meter							41,5	
400 meter					1.15.90	1.12.70	57,5	56,1
600 meter		2.35,19			1.48.00	1.41.70	1.52.90	
700 meter			2.51.30	2.32.80	2.17.00			
800 meter					2.45.00	2.09.80	2.11.90	2.09.80
1000 meter		3.47.90	3.31.00	3.22.20	3.01.97	3.07.00	2.58.79	3.04.90
1000 meter snelwandelen					6.22.30			
1500 meter						4.46.30	4.34.60	4.24.00
1 Engelse mijl							5.30,32	5.11,42
2000 meter								
3000 meter					12.09,57	11.57,06	9.54.10	9.55.10
3000 meter snelwandelen						18.38.60		
2 Engelse mijl								
5000 meter				17.23,00				17.04.80
10000 meter								
10000 meter snelwandelen							1.00.10	
1 uur								
1 uur snelwandelen								10.403,68 m
40 meter horden	9,4	8,9	8,5					
60 meter horden				10,40				
80 meter horden								
100 meter horden						19,4		
110 meter horden								
300 meter horden								
400 meter horden								
1000 meter hindernis								
1500 meter hindernis								4.45.2
2000 meter hindernis								
3000 meter hindernis								
4 minutenloop	850	975	975					
6 minutenloop				1400 m				
Vortex werpen	11,00	18	18,5	25				
Slingeren	10,50	13,00	18	19,5				
Polstokverspringen				4,55				

Medicienbal stoten	3,80	6	6,2					
Hurkhoogspringen	0,70	0,8	0,95					
Verspringen	2,15	3,23	3,82	4,22	4,49	5,54	5,85	6,27
Hinkstapsprong							11,17	11,83
Hoogspringen	0,90	1	1,1	1,3	1,45	1,6	1,7	1,7
Polstokhoogspringen								
Kogelstoten		5,28	6,2	9,1	9,49	14,34	11,91	11,35
Kogelslingeren							11,42	29,86
Discuswerpen					21,81	33,06	33,34	35,92
Balwerpen		26,24	35	36	14,62			
Speerwerpen					28,52	40,76	47,55	50,6
Tweekamp			718	1012				
Driekamp		833	1864	2433	1645	2110	1569	2365
Vierkamp		1404	2369	2837	2210	2921		
Vijfkamp		1105	2472	3336	2641	3409	2371	4051
Vierkamp, nieuwe stijl	151	239	187					
Vijfkamp, nieuwe stijl	257	278	242	250				
Zeskamp, nieuwe stijl	315	384	317	286				
Zeskamp, alleen junioren		1595	1828	2350	1298	3810	2588	3273
Zevenkamp					2499	3202	6752	6859
Achtkamp							2290	3391
Negenkamp								
Tienkamp								
4 x 40 m. estafette								
4 x 60 m. estafette				44,1		43,3		
4 x 80 m. estafette					56	47,5		
4 x 100 m. estafette						54	50	50,2
4 x 200 m. estafette								
4 x 400 m. estafette								3.58.2
4 x 800 m. estafette								
4 x 1500 m. estafette								
Zweedse estafette								
Olympische estafette								
	Mini	C	B	A	D	C	B	A
Wegwedstrijden								
10 km							40,39	35,55
15 km								
10 Engelse mijl								
20 km								
halve Marathon								1.25.11