

Indoor baanwedstrijden	V	V35	V40	V45	V50	V55
40 meter						
60 meter						
3000 meter snelwandelen						
Hoogspringen						
Kogelstoten						
Driekamp						
Outdoor baanwedstrijden	V	V35	V40	V45	V50	V55
40 meter						
60 meter						
80 meter						
100 meter		12,7			17,6	
150 meter						
200 meter		27,8				
300 meter						
400 meter		1.00.10				
600 meter						
700 meter						
800 meter		2.19.50				
1000 meter		3.47,01				
1500 meter		4.49.00			6.36.80	
1 Engelse mijl		5.28.30				
2000 meter						
3000 meter		10.58,40		12.34,60		15.02,02
2 Engelse mijl						
5000 meter				21.11,41	24.36	
10000 meter		46.51,4	56.41,2		46.55	
1 uur				13.030,00	12.042,00	13.120,00
1 uur snelwandelen						
20000 meter snelwandelen						
30000 meter snelwandelen						
60 meter horden						
80 meter horden						
100 meter horden						
110 meter horden						
300 meter horden						
400 meter horden						
1000 meter hindernis						
1500 meter hindernis						
2000 meter hindernis						
3000 meter hindernis						
Verspringen		4,8			2,81	
Hinkstapsprong						
Hoogspringen		1,3				
Polstokhoogspringen						

Kogelstoten	9,5	6,25
Kogelslingeren		
Discuswerpen	22,54	13,52
Balwerpen		
Speerwerpen	26,52	12,1
Tweekamp		
Driekamp	1628	
Vierkamp		
Vijfkamp		
Zeskamp		1273
Zevenkamp		
Achtkamp		
Negenkamp		
Tienkamp		
4 x 40 m. estafette		
4 x 60 m. estafette		
4 x 80 m. estafette		
4 x 100 m. estafette		
4 x 200 m. estafette		
4 x 400 m. estafette		
4 x 800 m. estafette		
4 x 1500 m. estafette		
Zweedse estafette		
Olympische estafette	5.02,09	

Wegwedstrijden	V	V35	V40	V45	V50	V55
10 km	46.00	52.09	42.55	45.25	44.31	45.45
15 km	1.09.59	1.19.01	1.06.50	1.07.17	1.09.22	1.09.28
10 Engelse mijl	1.17.39		1.18.18	1.13.37	1.17.05	
20 km	1.41.57					1.55.32
Halve Marathon	1.41.39	1.55.12	1.34.51	1.37.35	1.37.20	1.40.21
25 km			2.08.05			
30 km				2.28.44	2.29.42	
Marathon		4.47.51	3.44.49	3.33.09	3.49.31	3.40.09
50 engelse mijl						
100 km						
100 engelse mijl						

V60 V65 V70 V75

V60 V65 V70 V75

V60	V65	V70	V75
51.25	56.26		1.05.16

1.56.09