

T/P 9...15-sarjojen yleisurheilulajit 2011

Ei muutoksia edelliseen vuoteen nähden

	T/P 9	T/P 10	T/P 11	T/P 12	T/P 13	T/P14	T/P15
Pika- ja aitajuoksut	40m	60m	60m	60m	60m	100m	100m
				200m	200m	300m	300m
		60m aj	60m aj	60m aj	60m aj	P 100m aj	P 100m aj
		(7kpl; 60cm)	(7kpl; 60cm)	(6kpl; 76,2cm)	(6kpl; 76,2cm)	(10kpl; 83,8cm)	(10kpl; 83,8cm)
		(10,50m;6,50m)	(10,50m;6,50m)	(11,50m;7,50m)	(11,50m;7,50m)	(13,00m; 8,50m)	(13,00m; 8,50m)
						T 80m aj	T 80m aj
						(8kpl; 76,2cm)	(8kpl; 76,2cm)
						(12,00m; 8,00m)	(12,00m; 8,00m)
						200m aj	200m aj
Kestävyysslajit	1000m	1000m	1000m	1000m	1000m	800m	800m
						2000m	2000m
						1500m ej (76,2cm)	1500m ej (76,2cm)
maasto	1km	1,5km	1,5km	2km	2km	3km	3km
maantie	1-2km	2km	2km	3km	3km	4km	4km
kävely	600m	1000m	1000m	2000m	2000m	3000m	3000m
Viestit	8x40m sukk.	4x50m	4x50m	4x100m	4x100m	4x100m	4x100m
	(sekaviestit)	4x600m	4x600m	4x600m	4x600m	4x800m	4x800m
	(vähint. 1 T/P)			4x60m aj	4x60m aj	4x80m aj	4x80m aj
Hypyt	korkeus	korkeus	korkeus	korkeus	korkeus	korkeus	korkeus
				seiväs	seiväs	seiväs	seiväs
	pituus	pituus	pituus	pituus	pituus	pituus	pituus
	<-----1 m ponnistusalue ----->					3-loikka	3-loikka

Heitot	kuula	kuula	kuula	kuula	kuula	kuula	kuula
	(2kg)	(2/2,5kg)	(2/2,5kg)	(2,5/3kg)	(2,5/3kg)	(T3,0, P4kg)	(T3,0, P4kg)
		kiekko	kiekko	kiekko	kiekko	kiekko	kiekko
		(600g)	(600g)	(600g)	(600g)	(T 750g, P 1000g)	(T 750g, P 1000g)
				moukari	moukari	moukari	moukari
				(T 2,5/ P 3kg)	(T 2,5/ P 3kg)	(T3,0, P4kg)	(T3,0, P4kg)
	junnukeihäs	keihäs	keihäs	keihäs	keihäs	keihäs	keihäs
	(350g)	(400g)	(400g)	(400g)	(400g)	(T400g, P600g)	(T400g, P600g)
Moniottelut	3-ottelu	3-ottelu	3-ottelu	4-ottelu/T	4-ottelu/T	5-ottelu/T	5-ottelu/T
	40m	60m	60m	60m aj,	60m aj	80m aj	80m aj
	pituus	pituus	pituus	pituus	pituus	pituus	pituus
	kuula	kuula	kuula	kuula	kuula	keihäs	keihäs
				800m	800m	korkeus	korkeus
						800m	800m
	4-ottelu	4-ottelu	4-ottelu	4-ottelu/P	4-ottelu/P	5-ottelu/P	5-ottelu/P
	40m	60m aj	60m aj	60m aj	60m aj	100m aj	100m aj
	korkeus	korkeus	korkeus	kuula,	kuula	pituus	pituus
	junnukeihäs	keihäs	keihäs	korkeus	korkeus	keihäs	keihäs
	800m	800m	800m	800m	800m	seiväs	seiväs
						1000m	1000m
				5-ottelu/P	5-ottelu/P		
				60m	60m		
				pituus	pituus		
				keihäs	keihäs		
				kiekko	kiekko		
				800m	800m		
				5-ottelu/T	5-ottelu/T		
				60m	60m		
				pituus	pituus		
				korkeus	korkeus		
				keihäs	keihäs		
				800m	800m		