

P/T 9...15-sarjojen yleisurheilulajit

Voimassa alkaen 1.1.2024

	P/T 9	P/T 10	P/T 11	P/T 12
Pika- ja aitajuoksut	40m	60m	60m	60m
				200m
		60m aj	60m aj	60m aj
		(7kpl; 60cm)	(7kpl; 60cm)	(6kpl; 76,2cm)
		(10,50m;6,50m)	(10,50m;6,50m)	(11,50m;7,50m)
				200m aj
				(76,2cm)
Kestävyysslajit	1000m	1000m	1000m	1000m
maasto	1km	1,5km	1,5km	2km
maantie	1-2km	2km	2km	3km
kävely	600m	1000m	1000m	2000m
Viestit	8x40m sukk. (sekaviest) (vähint. 1 T/P) 4x400m	4x50m 4x600m	4x50m 4x600m	4x100m 4x600m 4x60m aj
Hypyt	korkeus	korkeus	korkeus	korkeus
		seiväs	seiväs	seiväs
	pituus	pituus	pituus	pituus
		3-loikka	3-loikka	3-loikka
	<----- 1m ponnistusalue ----->			
Heitot	kuula (2kg)	kuula (2/2,5kg)	kuula (2/2,5kg)	kuula (2,5/3kg)
	kiekko (600g)	kiekko (600g)	kiekko (600g)	kiekko (T 600g, P750g)
	moukari (2,5 kg)	moukari (2,5 kg)	moukari (2,5 kg)	moukari (T 2,5/ P 3kg)
	Keihäs (400g)	keihäs (400g)	keihäs (400g)	keihäs (400g)
Moniottelut	3-ottelu 40m	3-ottelu 60m	3-ottelu 60m	4-ottelu/T 60m aj
	pituus	pituus	pituus	pituus
	kuula	kuula	kuula	kuula
				800m

	4-ottelu	4-ottelu	4-ottelu	4-ottelu/P
	40m	60m aj	60m aj	60m aj
	korkeus	korkeus	korkeus	kuula,
	keihäs	keihäs	keihäs	korkeus
	800m	800m	800m	800m
				5-ottelu/P
				60m aj
				pituus
				keihäs
				kiekko
				800m
				5-ottelu/T
				60m aj
				pituus
				korkeus
				keihäs
				800m

P/T 13	P/T14	P/T15
60m	100m	100m
200m	300m	300m
60m aj	P 80m aj	P 100m aj
(6kpl; 76,2cm)	(8kpl; 76,2cm)	(10kpl; 83,8cm)
(11,50m;7,50m)	(12,00m; 8,00m)	(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	300m aj	300m aj
(76,2cm)	(76,2cm)	(76,2cm)
1000m	800m	800m
	2000m	2000m
	1500m ej (76,2cm)	1500m ej (76,2cm)
2km	3 - 4 km	3 - 4 km
3km	4km	4km
2000m	3000m	3000m
4x100m	4x100m	4x100m
4x600m	4x800m	4x800m
4x60m aj	4x80m aj	4x80m aj
korkeus	korkeus	korkeus
seiväs	seiväs	seiväs
pituus	pituus	pituus
3-loikka	3-loikka	3-loikka
kuula	kuula	kuula
(2,5/3kg)	(T3,0, P4kg)	(T3,0, P4kg)
kiekko	kiekko	kiekko
(T 600g, P750g)	(T 750g, P 1000g)	(T 750g, P 1000g)
moukari	moukari	moukari
(T 2,5/ P 3kg)	(T3,0, P4kg)	(T3,0, P4kg)
keihäs	keihäs	keihäs
(400g)	(T400g, P600g)	(T400g, P600g)
4-ottelu/T	5-ottelu/T	5-ottelu/T
60m aj	80m aj	80m aj
pituus	pituus	pituus
kuula	keihäs	keihäs
800m	korkeus	korkeus
	800m	800m

4-ottelu/P	5-ottelu/P	5-ottelu/P
60m aj	80m aj	100m aj
kuula	pituus	pituus
korkeus	keihäs	keihäs
800m	seiväs	seiväs
	1000m	1000m
5-ottelu/P		
60m aj		
pituus		
keihäs		
kiekko		
800m		
5-ottelu/T		
60m aj		
pituus		
korkeus		
keihäs		
800m		