

CMAA PERFORMANCE STANDARDS

WOMEN TRACK

	GOLD	SILV	BRON	MEDAL		GOLD	SILV	BRON	MEDAL
<b>100m</b>					<b>5000m</b>				
W35 :	13.9	15.1	16.4	17.7	W35 :	19 : 04.7	20 : 48.8	22 : 32.9	24 : 17.0
W40 :	14.0	15.3	16.6	17.8	W40 :	19 : 32.2	21 : 18.7	23 : 05.3	24 : 51.9
W45 :	14.7	16.0	17.4	18.7	W45 :	20 : 00.3	21 : 49.4	23 : 38.5	25 : 27.6
W50 :	15.1	16.4	17.8	19.2	W50 :	21 : 00.5	23 : 02.8	24 : 58.0	26 : 53.2
W55 :	15.8	17.2	18.6	20.0	W55 :	22 : 28.4	24 : 31.0	26 : 33.6	28 : 36.2
W60 :	16.5	18.0	19.5	21.0	W60 :	23 : 45.7	25 : 55.3	28 : 04.9	30 : 14.5
W65 :	17.4	19.0	20.6	22.2	W65 :	25 : 42.0	28 : 02.2	30 : 22.3	32 : 42.5
W70 :	19.4	21.1	22.9	24.6	W70 :	28 : 57.5	31 : 35.4	34 : 13.4	36 : 51.3
W75 :	21.1	23.0	24.9	26.8	W75 :	32 : 41.9	35 : 40.2	38 : 38.6	41 : 36.9
W80 :	25.3	27.7	30.0	32.3	W80 :	36 : 55.7	40 : 17.1	43 : 38.6	47 : 00.0
<b>200m</b>					<b>10000m</b>				
W35 :	27.6	30.1	32.6	35.2	W35 :	39 : 54.1	43 : 31.7	47 : 09.4	50 : 47.0
W40 :	28.8	31.5	34.1	36.7	W40 :	41 : 12.1	44 : 56.9	48 : 41.6	52 : 26.4
W45 :	30.1	32.8	35.6	38.3	W45 :	42 : 32.8	46 : 24.8	50 : 16.9	54 : 9.0
W50 :	31.1	33.9	36.7	39.6	W50 :	43 : 55.3	47 : 54.8	51 : 54.4	55 : 54.0
W55 :	32.5	35.4	38.4	41.3	W55 :	46 : 17.7	50 : 30.2	54 : 42.8	58 : 55.3
W60 :	35.2	38.4	41.6	44.8	W60 :	51 : 36.6	56 : 18.1	60 : 59.6	65 : 41.1
W65 :	36.6	39.9	43.2	46.5	W65 :	55 : 17.2	60 : 18.7	65 : 20.3	70 : 21.9
W70 :	40.3	43.9	47.6	51.3	W70 :	60 : 13.7	65 : 42.2	71 : 10.7	76 : 39.2
W75 :	45.8	50.0	54.1	58.3	W75 :	68 : 22.3	74 : 35.2	80 : 48.2	87 : 1.1
W80 :	56.6	61.8	1 : 06.9	1 : 12.1	W80 :	71 : 47.4	78 : 19.0	84 : 50.6	91 : 22.2
<b>400m</b>					<b>100m HURDLES</b>				
W35 :	1 : 04.9	1 : 10.8	1 : 16.7	1 : 22.6	W35 :	17.2	18.8	20.3	21.9
W40 :	1 : 06.4	1 : 12.4	1 : 18.5	1 : 24.5	<b>80m HURDLES</b>				
W45 :	1 : 07.9	1 : 14.1	1 : 20.3	1 : 26.4	W40 :	13.6	14.9	16.1	17.4
W50 :	1 : 11.6	1 : 18.1	1 : 24.6	1 : 31.1	W45 :	14.7	16.0	17.3	18.6
W55 :	1 : 14.8	1 : 21.6	1 : 28.5	1 : 35.3	W50 :	15.5	16.9	18.3	19.8
W60 :	1 : 20.4	1 : 27.7	1 : 35.0	1 : 42.3	W55 :	16.3	17.8	19.3	20.7
W65 :	1 : 26.6	1 : 34.5	1 : 42.3	1 : 50.2	W60 :	19.5	21.2	23.0	24.8
W70 :	1 : 40.9	1 : 50.1	1 : 59.3	2 : 08.4	W65 :	20.9	22.8	24.7	26.6
W75 :	1 : 59.2	2 : 10.1	2 : 20.9	2 : 31.8	W70 :	27.1	29.6	32.0	34.5
W80 :	2 : 34.8	2 : 48.9	3 : 03.0	3 : 17.1	W75 :	30.7	33.5	36.3	39.0
<b>800m</b>					W80 :	32.2	35.1	38.1	41.0
W35 :	2 : 32.3	2 : 46.1	2 : 59.9	3 : 13.8	<b>400m HURDLES</b>				
W40 :	2 : 34.1	2 : 48.1	3 : 02.2	3 : 16.2	W35 :	1 : 18.8	1 : 26.0	1 : 33.2	1 : 40.3
W45 :	2 : 36.0	2 : 50.2	3 : 04.4	3 : 18.6	W40 :	1 : 18.8	1 : 26.0	1 : 33.2	1 : 40.3
W50 :	2 : 50.4	3 : 05.9	3 : 21.3	3 : 36.8	W45 :	1 : 17.6	1 : 24.7	1 : 31.8	1 : 40.3
W55 :	3 : 04.1	3 : 20.9	3 : 37.6	3 : 54.4	<b>300m HURDLES</b>				
W60 :	3 : 14.6	3 : 32.3	3 : 49.9	4 : 07.6	W50 :	58.7	1 : 04.1	1 : 09.4	1 : 14.8
W65 :	3 : 33.0	3 : 52.4	4 : 11.8	4 : 31.1	W55 :	1 : 04.0	1 : 09.8	1 : 15.6	1 : 21.4
W70 :	3 : 52.2	4 : 13.4	4 : 34.5	4 : 55.6	W60 :	1 : 12.5	1 : 19.1	1 : 25.7	1 : 32.3
W75 :	4 : 29.5	4 : 53.9	5 : 18.4	5 : 42.9	W65 :	1 : 17.1	1 : 24.1	1 : 31.1	1 : 38.2
W80 :	5 : 21.3	5 : 50.5	6 : 19.7	6 : 48.9	<b>2000m STEEPLECHASE</b>				
<b>1500m</b>					W35 :	11 : 19.3	12 : 21.1	13 : 22.8	14 : 24.6
W35 :	5 : 01.2	5 : 28.5	5 : 55.9	6 : 23.3	W40 :	11 : 19.3	12 : 21.1	13 : 22.8	14 : 24.6
W40 :	5 : 11.8	5 : 40.1	6 : 08.4	6 : 36.8	W45 :	11 : 19.3	12 : 21.1	13 : 22.8	14 : 24.6
W45 :	5 : 22.7	5 : 52.1	6 : 21.4	6 : 50.7	W50 :	11 : 19.3	12 : 21.1	13 : 22.8	14 : 24.6
W50 :	5 : 45.9	6 : 17.4	6 : 48.8	7 : 20.3	W55 :	11 : 26.6	12 : 29.0	13 : 31.4	14 : 33.9
W55 :	6 : 05.0	6 : 38.1	7 : 11.3	7 : 44.5	W60 :	13 : 42.9	14 : 57.8	16 : 12.6	17 : 27.4
W60 :	6 : 29.2	7 : 04.6	7 : 40.0	8 : 15.4	W65 :	17 : 21.5	18 : 56.2	20 : 30.9	22 : 05.6
W65 :	7 : 02.5	7 : 40.9	8 : 19.3	8 : 57.7	W70 :	18 : 13.6	19 : 53.0	21 : 32.4	23 : 11.8
W70 :	7 : 33.9	8 : 15.2	8 : 56.4	9 : 37.7					
W75 :	9 : 12.4	10 : 02.6	10 : 52.9	11 : 43.1					
W80 :	10 : 50.4	11 : 49.5	12 : 48.6	13 : 47.8					

### CAA PERFORMANCE STANDARDS

10km ROAD RUN	GOLD	SILV	BRON	MEDAL
	----	----	----	-----
W35 :	40 : 11.5	43 : 50.8	47 : 30.0	51 : 09.2
W40 :	41 : 12.9	44 : 57.7	48 : 42.5	51 : 87.3
W45 :	42 : 15.8	46 : 06.3	49 : 56.8	53 : 47.3
W50 :	43 : 18.3	47 : 14.5	51 : 10.7	55 : 06.9
W55 :	45 : 58.8	50 : 09.6	54 : 20.4	58 : 31.2
W60 :	48 : 37.4	53 : 02.6	57 : 27.9	61 : 53.1
W65 :	53 : 01.1	57 : 50.3	62 : 39.5	67 : 28.7
W70 :	61 : 34.1	67 : 09.9	72 : 45.7	78 : 21.6
W75 :	69 : 24.9	75 : 43.5	82 : 02.1	88 : 20.8
W80 :	72 : 53.1	79 : 30.7	86 : 08.3	92 : 45.8

5000m TRACK WALK	GOLD	SILV	BRON	MEDAL
	----	----	----	-----
W35 :	27 : 29.3	29 : 59.2	32 : 29.1	34 : 59.1
W40 :	28 : 30.8	31 : 06.3	33 : 41.8	36 : 17.3
W45 :	29 : 34.5	32 : 15.9	34 : 57.2	37 : 38.5
W50 :	30 : 22.0	33 : 07.7	35 : 53.3	38 : 39.0
W55 :	33 : 26.8	36 : 29.3	39 : 31.7	42 : 34.2
W60 :	34 : 30.2	37 : 38.4	40 : 46.6	43 : 54.8
W65 :	35 : 37.9	38 : 52.2	42 : 06.6	45 : 20.9
W70 :	37 : 39.8	41 : 05.2	44 : 30.7	47 : 56.1
W75 :	41 : 42.3	45 : 29.8	49 : 17.3	53 : 04.7
W80 :	47 : 51.7	52 : 12.7	56 : 33.8	60 : 54.9

10km ROAD WALK	GOLD	SILV	BRON	MEDAL
	----	----	----	-----
W35 :	56 : 00.0	61 : 05.4	66 : 10.9	71 : 16.3
W40 :	58 : 30.0	63 : 49.1	69 : 08.2	74 : 27.2
W45 :	61 : 06.7	66 : 40.0	72 : 13.3	77 : 46.7
W50 :	62 : 27.5	68 : 08.1	73 : 48.8	79 : 29.5
W55 :	68 : 38.3	74 : 52.7	81 : 07.1	87 : 21.4
W60 :	71 : 03.8	77 : 31.5	83 : 59.1	90 : 26.7
W65 :	73 : 04.7	79 : 43.3	86 : 21.9	93 : 00.6
W70 :	77 : 27.7	84 : 30.3	91 : 32.8	98 : 35.3
W75 :	83 : 47.5	91 : 24.6	99 : 01.6	106 : 38.7
W80 :	90 : 35.5	98 : 49.6	107 : 03.7	115 : 17.9

MARATHON	GOLD	SILV	BRON	MEDAL
	----	----	----	-----
W35 :	196 : 34.7	214 : 26.9	232 : 19.2	250 : 11.4
W40 :	204 : 30.3	223 : 05.7	241 : 41.2	260 : 16.7
W45 :	212 : 45.0	232 : 05.5	251 : 25.9	270 : 46.4
W50 :	213 : 04.6	232 : 26.8	251 : 49.0	271 : 11.3
W55 :	234 : 10.7	255 : 28.0	276 : 45.3	298 : 02.7
W60 :	258 : 13.0	281 : 41.5	305 : 09.9	328 : 38.4
W65 :	301 : 12.5	328 : 35.5	355 : 58.4	383 : 21.4
W70 :	319 : 17.9	348 : 19.5	377 : 21.1	406 : 22.7
W75 :	335 : 15.8	365 : 44.5	396 : 13.2	426 : 41.9
W80 :	352 : 01.6	384 : 01.7	416 : 01.8	448 : 02.0

WAVA 20K WALK START



CMAA PERFORMANCE STANDARDS

MEN TRACK

	GOLD	SILV	BRON	MEDAL		GOLD	SILV	BRON	MEDAL
<b>100m</b>									
M35 :	12.2 secs	13.3 secs	14.4 secs	15.5 secs	1500m				
M40 :	12.4	13.6	14.7	15.8	M35 :	4 : 13	4 : 36	4 : 59	5 : 22
M45 :	12.7	13.9	15.0	16.2	M40 :	4 : 23	4 : 47	5 : 11	5 : 35
M50 :	13.0	14.2	15.4	16.6	M45 :	4 : 33	4 : 58	5 : 23	5 : 48
M55 :	13.3	14.5	15.8	17.0	M50 :	4 : 42	5 : 8	5 : 33	5 : 59
M60 :	14.0	15.3	16.6	17.8	M55 :	4 : 56	5 : 23	5 : 50	6 : 17
M65 :	14.5	15.8	17.1	18.5	M60 :	5 : 6	5 : 34	6 : 2	6 : 30
M70 :	15.1	16.5	17.9	19.3	M65 :	5 : 34	6 : 4	6 : 34	7 : 5
M75 :	16.2	17.7	19.2	20.7	M70 :	5 : 52	6 : 24	6 : 56	7 : 28
M80 :	18.1	19.8	21.4	23.1	M75 :	6 : 51	7 : 29	8 : 6	8 : 44
M85 :	21.1	23.0	24.9	26.8	M80 :	7 : 41	8 : 23	9 : 5	9 : 47
M90 :	26.7	29.1	31.5	34.0	M85 :	9 : 17	10 : 8	10 : 58	11 : 49
M95 :	26.7	29.1	31.5	34.0	M90 :	10 : 54	11 : 53	12 : 53	13 : 52
<b>200m</b>					<b>5000m</b>				
M35 :	24.3 secs	26.5 secs	28.8 secs	31.0 secs	M35 :	15 : 40	17 : 5	18 : 31	19 : 56
M40 :	25.1	27.3	29.6	31.9	M40 :	16 : 16	17 : 44	19 : 13	20 : 42
M45 :	25.8	28.2	30.5	32.8	M45 :	16 : 53	18 : 25	19 : 57	21 : 29
M50 :	26.1	28.5	30.9	33.3	M50 :	17 : 16	18 : 50	20 : 24	21 : 58
M55 :	26.8	29.3	31.7	34.1	M55 :	18 : 24	20 : 4	21 : 45	23 : 25
M60 :	28.5	31.1	33.7	36.3	M60 :	18 : 49	20 : 32	22 : 14	23 : 57
M65 :	29.5	32.2	34.8	37.5	M65 :	20 : 32	22 : 24	24 : 16	26 : 8
M70 :	31.2	34.0	36.9	39.7	M70 :	21 : 46	23 : 45	25 : 43	27 : 42
M75 :	34.0	37.1	40.2	43.3	M75 :	24 : 36	26 : 50	29 : 4	31 : 19
M80 :	38.4	41.9	45.4	48.9	M80 :	28 : 2	30 : 35	33 : 8	35 : 41
M85 :	45.2	49.4	53.5	57.6	M85 :	36 : 13	39 : 31	42 : 49	46 : 6
M90 :	59.7	65.2	70.6	76.0	M90 :	48 : 33	52 : 57	57 : 22	61 : 47
M95 :	60.9	66.4	72.0	77.5	M95 :	55 : 26	60 : 28	65 : 31	70 : 33
<b>400m</b>					<b>10000m</b>				
M35 :	54	59	1 : 3	1 : 8	M35 :	33 : 17	36 : 18	39 : 20	42 : 21
M40 :	56	1 : 1	1 : 6	1 : 11	M40 :	34 : 15	37 : 22	40 : 29	43 : 36
M45 :	58	1 : 3	1 : 8	1 : 13	M45 :	35 : 15	38 : 28	41 : 40	44 : 52
M50 :	59	1 : 4	1 : 10	1 : 15	M50 :	35 : 34	38 : 49	42 : 3	45 : 17
M55 :	62	1 : 7	1 : 13	1 : 18	M55 :	37 : 12	40 : 35	43 : 58	47 : 21
M60 :	64	1 : 10	1 : 16	1 : 21	M60 :	38 : 54	42 : 27	45 : 59	49 : 31
M65 :	67	1 : 13	1 : 19	1 : 25	M65 :	42 : 36	46 : 29	50 : 21	54 : 14
M70 :	73	1 : 20	1 : 27	1 : 33	M70 :	45 : 23	49 : 31	53 : 39	57 : 46
M75 :	81	1 : 28	1 : 36	1 : 43	M75 :	52 : 2	56 : 46	61 : 30	66 : 14
M80 :	94	1 : 42	1 : 51	1 : 59	M80 :	59 : 27	64 : 51	70 : 16	75 : 40
M85 :	1 : 53	2 : 3	2 : 13	2 : 24	M85 :	77 : 7	84 : 7	91 : 8	98 : 8
M90 :	2 : 32	2 : 46	2 : 59	2 : 73	M90 :	102 : 7	111 : 24	120 : 42	129 : 59
<b>800m</b>					<b>110m HURDLES</b>				
M35 :	2 : 7	2 : 19	2 : 30	2 : 42	M35 :	15.8 secs	17.2 secs	18.6 secs	20.1 secs
M40 :	2 : 9	2 : 21	2 : 33	2 : 44	M40 :	16.8	18.3	19.8	21.4
M45 :	2 : 11	2 : 23	2 : 35	2 : 47	M45 :	17.9	19.5	21.1	22.8
M50 :	2 : 16	2 : 28	2 : 41	2 : 53	<b>100m HURDLES</b>				
M55 :	2 : 23	2 : 36	2 : 49	3 : 3	M50 :	16.9	18.5	20.0	21.5
M60 :	2 : 29	2 : 42	2 : 56	3 : 9	M55 :	17.6	19.2	20.8	22.4
M65 :	2 : 43	2 : 58	3 : 13	3 : 28	M60 :	18.1	19.7	21.4	23.0
M70 :	2 : 52	3 : 8	3 : 24	3 : 39	M65 :	20.0	21.8	23.7	25.5
M75 :	3 : 16	3 : 34	3 : 51	4 : 9	<b>80m HURDLES</b>				
M80 :	3 : 54	4 : 15	4 : 36	4 : 57	M70 :	16.3	17.8	19.3	20.7
M85 :	4 : 39	5 : 4	5 : 29	5 : 54	M75 :	17.9	19.5	21.1	22.7
M90 :	5 : 34	6 : 5	6 : 35	7 : 6	M80 :	20.7	22.6	24.5	26.4
M95 :	6 : 39	7 : 16	7 : 52	8 : 28					



CMAA PERFORMANCE STANDARDS

	GOLD	SILVER	BRONZE	MEDAL
<b>400m HURDLES</b>				
M35	59.43	64.83	70.23	75.63
M40	62.48	68.16	73.84	79.52
M45	65.69	71.67	77.64	83.61
M50	68.83	75.08	81.34	87.60
M55	70.90	77.34	83.79	90.23
<b>300m HURDLES</b>				
M50	45.53	49.67	53.81	57.95
M55	49.01	53.46	57.92	62.37
M60	51.63	56.32	61.01	65.71
M65	54.22	59.15	64.08	69.01
M70	60.02	65.48	70.94	76.39
M75	68.12	74.31	80.50	86.70
M80	82.92	90.46	98.00	105.54

A rare photograph - Doug Bennett - concentrating



	GOLD	SILVER	BRONZE	MEDAL
<b>3000m STEEPLECHASE</b>				
M35	10 : 25	11 : 22	12 : 19	13 : 16
M40	10 : 38	11 : 36	12 : 34	13 : 32
M45	10 : 51	11 : 51	12 : 50	13 : 49
M50	11 : 36	12 : 39	13 : 42	14 : 46
M55	12 : 28	13 : 36	14 : 43	15 : 51
<b>2000m STEEPLECHASE</b>				
M60	8 : 35	9 : 22	10 : 9	10 : 55
M65	9 : 16	10 : 6	10 : 57	11 : 47
M70	10 : 25	11 : 22	12 : 19	13 : 16
M75	11 : 46	12 : 50	13 : 54	14 : 58
M80	13 : 48	15 : 3	16 : 19	17 : 34
<b>10km ROAD RUN</b>				
M35	33 : 9	36 : 10	39 : 11	42 : 12
M40	33 : 53	36 : 58	40 : 3	43 : 8
M45	34 : 38	37 : 47	40 : 56	44 : 4
M50	35 : 38	38 : 52	42 : 7	45 : 21
M55	37 : 27	40 : 51	44 : 16	47 : 40
M60	38 : 45	42 : 16	45 : 47	49 : 19
M65	43 : 20	47 : 16	51 : 13	55 : 9
M70	44 : 57	49 : 2	53 : 7	57 : 13
M75	50 : 36	55 : 13	59 : 49	1 : 4 : 25
M80	56 : 57	1 : 2 : 8	1 : 7 : 19	1 : 12 : 29
M85	1 : 6 : 1	1 : 12 : 1	1 : 18 : 1	1 : 24 : 2
<b>5000m TRACK WALK</b>				
M35	22 : 59	25 : 5	27 : 10	29 : 15
M40	24 : 9	26 : 21	28 : 33	30 : 44
M45	25 : 22	27 : 41	29 : 59	32 : 18
M50	25 : 27	27 : 46	30 : 4	32 : 23
M55	26 : 31	28 : 55	31 : 20	33 : 45
M60	28 : 42	31 : 19	33 : 55	36 : 32
M65	30 : 41	33 : 28	36 : 15	39 : 3
M70	34 : 14	37 : 20	40 : 27	43 : 34
M75	36 : 30	39 : 50	43 : 9	46 : 28
M80	40 : 7	43 : 45	47 : 24	51 : 3
M85	50 : 13	54 : 47	59 : 21	1 : 3 : 55
<b>20km ROAD WALK</b>				
M35	1 : 39 : 54	1 : 48 : 59	1 : 58 : 3	2 : 7 : 8
M40	1 : 44 : 54	1 : 54 : 26	2 : 3 : 58	2 : 13 : 30
M45	1 : 50 : 9	2 : 0 : 10	2 : 10 : 10	2 : 20 : 11
M50	1 : 50 : 9	2 : 0 : 10	2 : 10 : 10	2 : 20 : 11
M55	1 : 56 : 51	2 : 7 : 28	2 : 18 : 5	2 : 28 : 43
M60	2 : 4 : 56	2 : 16 : 17	2 : 27 : 39	2 : 39 : 0
M65	2 : 12 : 34	2 : 24 : 37	2 : 36 : 40	2 : 48 : 43
M70	2 : 26 : 24	2 : 39 : 43	2 : 53 : 1	3 : 6 : 20
M75	2 : 50 : 17	3 : 5 : 46	3 : 21 : 15	3 : 36 : 44
M80	2 : 56 : 19	3 : 12 : 21	3 : 28 : 22	3 : 44 : 24
<b>MARATHON</b>				
M35	2 : 36 : 44	2 : 50 : 59	3 : 5 : 14	3 : 19 : 29
M40	2 : 43 : 55	2 : 58 : 49	3 : 13 : 43	3 : 28 : 38
M45	2 : 51 : 26	3 : 7 : 1	3 : 22 : 36	3 : 38 : 11
M50	2 : 53 : 37	3 : 9 : 24	3 : 25 : 11	3 : 40 : 58
M55	3 : 2 : 19	3 : 18 : 53	3 : 35 : 28	3 : 52 : 2
M60	3 : 9 : 41	3 : 26 : 56	3 : 44 : 11	4 : 1 : 25
M65	3 : 30 : 43	3 : 49 : 53	4 : 9 : 2	4 : 28 : 11
M70	3 : 56 : 8	4 : 17 : 35	4 : 39 : 3	5 : 0 : 31
M75	4 : 34 : 36	4 : 59 : 34	5 : 24 : 31	5 : 49 : 29
M80	6 : 4 : 30	6 : 37 : 38	7 : 10 : 47	7 : 43 : 55



PERFORMANCE STANDARDS

- FIELD EVENTS

December 1993

FIELD

PERFORMANCE STANDARDS					- FIELD EVENTS					December 1993					FIELD						
N.REC.	GOLD	SILV	BRNZ	MEDAL	N.REC.	GOLD	SILV	BRNZ	MEDAL	GOLD	SILV	BRON	MEDAL	GOLD	SILV	BRON	MEDAL				
<b>HIGH JUMP</b>					<b>SHOT PUT 3.0kg</b>					<b>HIGH JUMP</b>					<b>SHOT PUT 6.0kg</b>						
W35	: 1.88	: 1.42	1.26	1.10	0.94	W50	: 9.30	:11.48	10.20	8.93	7.65	W35	1.82	1.62	1.42	1.21	W50	14.55	12.93	11.31	9.70
W40	: 1.59	: 1.40	1.24	1.09	0.93	W55	: 8.97	:10.66	9.48	8.29	7.11	W40	1.74	1.54	1.35	1.16	W55	12.90	11.47	10.03	8.60
W45	: 1.51	: 1.33	1.18	1.04	0.89	W60	: 8.43	: 9.41	8.37	7.32	6.28	W45	1.65	1.47	1.29	1.10	<b>SHOT PUT 5.0kg</b>				
W50	: 1.16	: 1.28	1.13	0.99	0.85	W65	: 8.21	: 7.88	7.01	6.13	5.26	W50	1.57	1.39	1.22	1.05	W60	12.82	11.39	9.97	8.54
W55	: 1.13	: 1.16	1.03	0.90	0.77	W70	: 6.86	: 6.46	5.74	5.02	4.31	W55	1.53	1.36	1.19	1.02	W65	11.46	10.19	8.92	7.64
W60	: 1.20	: 1.10	0.98	0.86	0.73	W75	: 3.50	: 6.07	5.39	4.72	4.04	W60	1.41	1.25	1.10	0.94	<b>SHOT PUT 4.0kg</b>				
W65	: 1.19	: 1.01	0.90	0.78	0.67	W80	:	: 5.49	4.88	4.27	3.66	W65	1.34	1.19	1.04	0.89	W70	11.60	10.31	9.02	7.73
W70	: 0.73	: 0.90	0.80	0.70	0.60	W85	:	: 4.93	4.38	3.84	3.29	W70	1.23	1.09	0.95	0.82	W75	10.22	9.08	7.95	6.81
W75	:	: 0.90	0.80	0.70	0.60	<b>DISCUS 1.00kg</b>					W75	1.16	1.03	0.90	0.77	W80	8.48	7.54	6.60	5.65	
W80	:	: 0.90	0.80	0.70	0.60	W35	:31.98	:43.27	38.46	33.66	28.85	W80	1.01	0.90	0.79	0.67	W85	6.30	5.60	4.90	4.20
W85	:	: 0.90	0.80	0.70	0.60	W40	:30.58	:41.21	36.63	32.05	27.47	W85	0.88	0.79	0.69	0.59	W90	3.81	3.38	2.96	2.54
W90	:	: 0.90	0.80	0.70	0.60	W45	:29.08	:31.68	28.16	24.64	21.12	<b>POLE VAULT</b>					<b>DISCUS 2kg</b>				
<b>POLE VAULT</b>					W50	:26.90	:31.68	28.16	24.64	21.12	W35	4.04	3.59	3.14	2.69	W35	43.16	38.37	33.57	28.77	
W35	: 2.00	: 2.25	2.00	1.75	1.50	W55	:23.07	:30.91	27.48	24.04	20.61	W40	3.89	3.46	3.03	2.59	W40	41.11	36.54	31.97	27.40
W40	:	: 2.03	1.81	1.58	1.36	W60	:22.24	:27.71	24.63	21.56	18.48	W45	3.75	3.33	2.92	2.50	W45	41.11	36.54	31.97	27.40
W45	: 1.70	: 1.84	1.63	1.43	1.23	W65	:23.22	:21.90	19.46	17.03	14.60	W50	3.55	3.16	2.76	2.37	<b>DISCUS 1.5kg</b>				
W50	: 2.21	: 1.73	1.53	1.34	1.15	W70	:22.22	:17.88	15.90	13.91	11.92	W55	3.21	2.85	2.50	2.14	W50	47.32	42.07	36.81	31.55
W55	:	: 1.36	1.21	1.06	0.91	W75	: 6.12	:15.63	13.89	12.16	10.42	W60	2.97	2.64	2.31	1.98	W55	41.04	36.48	31.92	27.36
W60	:	: 1.12	0.99	0.87	0.74	W80	:	:10.21	9.08	7.94	6.81	W65	2.61	2.32	2.03	1.74	<b>DISCUS 1kg</b>				
W65	:	: 1.12	0.99	0.87	0.74	W85	:	:10.21	9.08	7.94	6.81	W70	2.28	2.03	1.77	1.52	W60	44.92	39.93	34.93	29.94
<b>LONG JUMP</b>					<b>JAVELIN 600g</b>					W75	2.02	1.80	1.57	1.35	W65	41.04	36.48	31.92	27.36		
W35	: 5.05	: 5.18	4.60	4.03	3.45	W35	:53.52	:42.43	37.72	33.00	28.29	W80	1.71	1.52	1.33	1.14	W70	36.75	32.67	28.58	24.50
W40	: 4.95	: 4.83	4.30	3.76	3.22	W40	:47.46	:39.01	34.68	30.34	26.01	W85	1.17	1.04	0.91	0.78	W75	29.97	26.64	23.31	19.98
W45	: 4.98	: 4.51	4.01	3.51	3.01	W45	:25.82	:35.87	31.88	27.90	23.91	<b>LONG JUMP</b>					W80	25.72	22.86	20.00	17.15
W50	: 4.00	: 4.12	3.66	3.20	2.74	<b>JAVELIN 400g</b>					W85	17.74	15.77	13.80	11.83	W90	9.48	8.43	7.38	6.32	
W55	: 3.30	: 3.87	3.44	3.01	2.58	W50	:30.08	:34.66	30.81	26.96	23.11	W35	6.37	5.66	4.96	4.25	<b>JAVELIN 800g</b>				
W60	: 3.08	: 3.51	3.12	2.73	2.34	W55	:16.20	:30.89	27.45	24.02	20.59	W40	6.04	5.37	4.70	4.03	W35	67.99	60.44	52.88	45.33
W65	: 3.11	: 3.23	2.87	2.51	2.15	W60	:15.78	:25.52	22.69	19.85	17.02	W45	5.73	5.09	4.46	3.82	W40	58.90	52.35	45.81	39.27
W70	: 3.05	: 2.63	2.34	2.04	1.75	W65	:23.22	:21.60	19.20	16.80	14.40	W50	5.44	4.84	4.23	3.63	W45	51.02	45.35	39.68	34.01
W75	:	: 2.01	1.78	1.56	1.34	W70	:24.24	:17.67	15.70	13.74	11.78	W55	5.21	4.63	4.05	3.47	W50	51.02	45.35	39.68	34.01
W80	:	: 1.91	1.70	1.48	1.27	W75	:11.58	:14.59	12.97	11.35	9.73	W60	4.80	4.27	3.74	3.20	W55	44.38	39.45	34.52	29.59
<b>TRIPLE JUMP</b>					W80	:	:10.90	9.69	8.47	7.26	W65	4.51	4.01	3.51	3.01	<b>JAVELIN 600g</b>					
W35	: 9.82	:11.57	10.28	9.00	7.71	W85	:	:10.90	9.69	8.47	7.26	W70	4.03	3.58	3.14	2.69	W60	46.34	41.19	36.05	30.90
W40	: 9.55	: 9.92	8.82	7.71	6.61	<b>HAMMER 4KG</b>					W75	3.72	3.31	2.89	2.48	W65	40.98	36.43	31.88	27.32	
W45	: 9.12	: 8.51	7.56	6.62	5.67	W35	:23.96	:31.94	28.39	24.84	21.29	W80	3.31	2.94	2.57	2.21	W70	37.22	33.08	28.95	24.81
W50	: 8.13	: 8.51	7.56	6.62	5.67	W40	:27.84	:31.94	28.39	24.84	21.29	W85	2.02	1.79	1.57	1.35	W75	28.07	24.95	21.83	18.71
W55	:	: 7.87	7.00	6.12	5.25	W45	:22.70	:30.42	27.04	23.66	20.28	<b>TRIPLE JUMP</b>					W80	23.46	20.86	18.25	15.64
W60	: 4.21	: 7.20	6.40	5.60	4.80	<b>HAMMER 3KG</b>					W35	13.69	12.17	10.65	9.13	W85	14.80	13.16	11.51	9.87	
W65	: 6.89	: 6.71	5.97	5.22	4.48	W50	:24.84	:34.72	30.86	27.00	23.15	W40	12.79	11.37	9.95	8.53	<b>HAMMER 7.26KG</b>				
W70	: 5.79	: 5.26	4.68	4.09	3.51	W55	:10.76	:32.64	29.02	25.39	21.76	W45	11.95	10.62	9.29	7.96	W35	52.13	46.34	40.54	34.75
W75	:	: 4.38	3.89	3.40	2.92	W60	:21.92	:26.65	23.69	20.73	17.77	W50	11.44	10.17	8.90	7.63	W40	46.02	40.91	35.79	30.68
W80	:	: 4.38	3.89	3.40	2.92	W65	:19.66	:24.85	22.09	19.33	16.57	W55	10.94	9.72	8.51	7.29	W45	46.02	40.91	35.79	30.68
<b>SHOT PUT 4.0kg</b>					W70	: 5.44	:19.13	17.01	14.88	12.76	W60	10.16	9.03	7.90	6.77	<b>HAMMER 6KG</b>					
W35	:12.50	:12.47	11.09	9.70	8.32	W75	:	:13.91	12.36	10.82	9.27	W65	9.49	8.43	7.38	6.33	W50	49.09	43.63	38.18	32.73
W40	:11.45	:11.88	10.56	9.24	7.92	W80	:	:13.91	12.36	10.82	9.27	W70	8.37	7.44	6.51	5.58	W55	44.20	39.29	34.38	29.47
W45	: 9.24	:10.11	8.99	7.87	6.74	<b>SHOT PUT 7.62kg</b>					W75	7.95	7.07	6.18	5.30	<b>HAMMER 5KG</b>					
					W35	13.91	12.36	10.82	9.27	W80	6.65	5.91	5.18	4.44	W60	46.06	40.94	35.82	30.71		
					W40	13.25	11.77	10.30	8.83	W85	4.46	3.97	3.47	2.98	W65	39.94	35.51	31.07	26.63		
					W45	13.25	11.77	10.30	8.83	<b>HAMMER 4KG</b>					W70	38.23	33.99	29.74	25.49		
										W50	30.96	27.52	24.08	20.64	W75	30.96	27.52	24.08	20.64		
										W55	24.31	21.61	18.91	16.21	W80	24.31	21.61	18.91	16.21		
										W60	12.82	11.40	9.97	8.55	W85	12.82	11.40	9.97	8.55		