

P/T 9-15-sarjojen yleisurheilulajit

Voimassa alkaen 1.1.2014

	P/T 9	P/T 10	P/T 11	P/T 12	P/T 13	P/T14	P/T15
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	300m aj	300m aj
				(76,2cm)	(76,2cm)	(76,2cm)	(76,2cm)
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	3 - 4 km	3 - 4 km
maantie	1-2km	2km	2km	3km	3km	4km	4km
kävely	600m	1000m	1000m	2000m	2000m	3000m	3000m
Viestit	8x40m sukk. (sekaviest) (vähint. 1 T/P) 4x400m	4x50m 4x600m	4x50m 4x600m	4x100m 4x600m 4x60m aj	4x100m 4x600m 4x60m aj	4x100m 4x800m 4x80m aj	4x100m 4x800m 4x80m aj
Hypyt	korkeus	korkeus	korkeus	korkeus	korkeus	korkeus	korkeus
		seiväs	seiväs	seiväs	seiväs	seiväs	seiväs
	pituus	pituus	pituus	pituus	pituus	pituus	pituus
		3-loikka	3-loikka	3-loikka	3-loikka	3-loikka	3-loikka
	<----- 1m ponnistusalue ----->						
Heitot	kuula (2kg)	kuula (2/2,5kg)	kuula (2/2,5kg)	kuula (2,5/3kg)	kuula (2,5/3kg)	kuula (T3,0, P4kg)	kuula (T3,0, P4kg)
	kiekko (600g)	kiekko (600g)	kiekko (600g)	kiekko (T 600g, P750g)	kiekko (T 600g, P750g)	kiekko (T 750g, P 1000g)	kiekko (T 750g, P 1000g)
	moukari (2,5 kg)	moukari (2,5 kg)	moukari (2,5 kg)	moukari (T 2,5/ P 3kg)	moukari (T 2,5/ P 3kg)	moukari (T3,0, P4kg)	moukari (T3,0, P4kg)
	Keihäs (400g)	keihäs (400g)	keihäs (400g)	keihäs (400g)	keihäs (400g)	keihäs (T400g, P600g)	keihäs (T400g, P600g)
Moniottelut	3-ottelu 40m	3-ottelu 60m	3-ottelu 60m	4-ottelu/T 60m aj	4-ottelu/T 60m aj	5-ottelu/T 80m aj	5-ottelu/T 80m aj
	pituus	pituus	pituus	pituus	pituus	pituus	pituus
	kuula	kuula	kuula	kuula 800m	kuula 800m	keihäs korkeus 800m	keihäs korkeus 800m
	4-ottelu 40m	4-ottelu 60m aj	4-ottelu 60m aj	4-ottelu/P 60m aj	4-ottelu/P 60m aj	5-ottelu/P 100m aj	5-ottelu/P 100m aj
	korkeus	korkeus	korkeus	kuula,	kuula	pituus	pituus
	keihäs 800m	keihäs 800m	keihäs 800m	korkeus 800m	korkeus 800m	keihäs seiväs 1000m	keihäs seiväs 1000m
				5-ottelu/P 60m aj	5-ottelu/P 60m aj		
				pituus	pituus		
				keihäs	keihäs		
				kiekko 800m	kiekko 800m		
				5-ottelu/T 60m aj	5-ottelu/T 60m aj		
				pituus	pituus		
				korkeus	korkeus		
				keihäs 800m	keihäs 800m		