

Pointtabler (piger og drenge)

15 meter sprint	
Resultat	Point
< 4,0 sek	5
4,0-4,4 sek	4
4,5-4,9 sek	3
5,0-5,4 sek	2
>5,4 sek	1

20m sprint	
Resultat	Point
< 4,5 sek	5
4,5-5,0 sek	4
5,1-5,5 sek	3
5,6-6,0 sek	2
> 6,0 sek	1

30 meter sprint	
Resultat	Point
< 5,5 sek	5
5,5-6,2 sek	4
6,3-7,0 sek	3
7,1-7,8 sek	2
> 7,8 sek	1

Stående længdespring	
Resultat	Point
> 2,00 meter	5
1,51-2,00	4
1,11-1,50	3
0,70-1,10	2
< 0,7meter	1

Højdespring	
Resultat	Point
> 1,20 meter	5
1,06-1,20	4
0,91-1,05	3
0,81-0,90	2
< 0,80 meter	1

20 meter hæk	
Resultat	Point
< 6,0 sek	5
6,0-6,5 sek	4
6,6-7,2 sek	3
7,3-7,9 sek	2
> 7,9 sek	1

Kuglestød (2 kg)	
Resultat	Point
> 7,0 meter	5
5,51-7,00	4
4,01-5,50	3
2,50-4,00	2
< 2,50 meter	1

"Skum" Spydkast	
Resultat	Point
> 20,00 meter	5
15,00-20,00	4
10,01-15,00	3
5,00-10,00	2
< 5 meter	1

30 meter hæk	
Resultat	Point
< 7,3 sek	5
7,3-7,9 sek	4
8,0-8,6 sek	3
8,7-9,3 sek	2
> 9,3 sek	1