

Gren/Poäng	10 p	9 p	8 p	7 p	6 p	5 p	4 p	3 p	2 p	1 p	
400m	1	1,07	1,14	1,21	1,28	1,35	1,42	1,49	1,56	2,03	minuter
50m häck	7,6	8,9	10,2	11,5	12,8	14,1	15,4	16,7	18	19,3	sekunder
50m	6,6	7,2	7,8	8,4	9	9,6	10,2	10,8	11,4	12	sekunder
Längdhopp	510	475	440	405	370	335	300	265	230	195	centimeter
Visselspjut	50	45	40	35	30	25	20	15	10	5	meter