Die unten stehenden Werte dienen der Orientierung und sollten nicht als absolute Normwerte verstanden werden.

	50m		75m		100m		600m		1000m/ 800m		Weit-sprung		Hoch-sprung		Ballwurf männl.: <12: 80g ≥12: 200g weibl.: ≥14: 200g		Kugelstoßen männl.: <16: 4kg ≥16: 5kg weibl.: ≥16: 4kg	
AK	m	w	m	w	m	w	m	w	m	w	m	w	m	w	m	w	m	w
10	8,0	8,2	-	-	-	-	2:10	2:10	3:30	2:45	3,90	3,80	1,25	1,20	38	32	-	-
11	7,6	7,8	11,4	11,5	13,8	14,0	2:00	2:00	3:20	2:42	4,30	4,20	1,40	1,30	46	38	-	-
12	7,2	7,4	10,8	11,2	13,4	13,8	1:50	1:55	3:10	2:33	4,60	4,50	1,50	1,40	55	43	8,5	7,5
13	7,0	7,2	10,2	10,9	13,0	13,5	1:45	1:50	3:00	2:30	5,20	5,00	1,60	1,45	60	45	10,0	8,6
14	6,8	7,0	9,7	10,5	12,5	13,3	1:40	1:45	2:58	2:26	5,50	5,20	1,70	1,55	65	47	11,8	10,0
15	6,6	6,8	9,4	10,0	12,0	12,8			2:55	2:20	5,90	5,50	1,78	1,66	70	50	12,0	11,0
16					11,7	12,5			2:50	2:17	6,20	5,80	1,86	1,70	75	53	12,6	11,5
17					11,5	12,3					6,50	6,00	1,90		80		14,0	12,5
18					11,3	12,1												