



**TÜRKİYE ATLETİZM FEDERASYONU**  
**100. YIL CUMHURİYET SEZONU - 2023**  
**TURKCELL TÜRKİYE 20 YAŞ ALTI (U20) – 23 YAŞ ALTI (U23) ŞAMPİYONASI STATÜSÜ**

<b>YARIŞMA TARİHİ VE YERİ</b>	<b>10 – 11 HAZİRAN 2023 - BURSA</b>
<b>U20 KATEGORİSİ YARIŞMA KAYIT LİNKİ VE KAYIT SON TARİHİ</b>	<b>6 HAZİRAN 2023 Saat 17:00'a kadar ekli link üzerinden yapılacaktır.</b> <a href="https://forms.gle/aVcxPsg4aEwdkGDz7">https://forms.gle/aVcxPsg4aEwdkGDz7</a>
<b>U23 KATEGORİSİ YARIŞMA KAYIT LİNKİ VE KAYIT SON TARİHİ</b>	<b>6 HAZİRAN 2023 Saat 17:00'a kadar ekli link üzerinden yapılacaktır.</b> <a href="https://forms.gle/UNtMNGMzQ2A3nZSn8">https://forms.gle/UNtMNGMzQ2A3nZSn8</a>
<b>TEKNİK TOPLANTI TARİHİ VE YERİ</b>	<b>9 HAZİRAN 2023 Saat 17:00 Osmangazi Gençlik Merkezi toplantı salonunda</b>

Federasyonumuzun 2023 yılı faaliyet programında yer alan Turkcell 20 Yaş Altı (U20) ve 23 Yaş Altı (U23) Türkiye Şampiyonası yukarıdaki tabloda belirtilen tarih ve yerlerde statüde bulunan hükümlere göre düzenlenecek olup, yarışmaların Teknik Toplantısı yarışma tarihinden bir gün önce Osmangazi Gençlik Merkezi toplantı salonunda yapılacaktır.

### **GENEL KONULAR**

1. Yarışmalar, TAF Yarışma Talimatına, WA yarışma ve teknik kuralları ile bu statüde belirtilen özel hükümlere uygun olarak düzenlenecektir.
2. Yarışmalara U23 kategorisinde 2001 – 2002 – 2003 doğumlu, U20 kategorisinde ise 2004 - 2005 doğumlu kadın ve erkek sporcular katılabilir.
3. TAF Yarışma Talimatı hükümleri uyarınca;
  - U23 kategorisinde 2001 – 2002 – 2003 doğumlu sporcuların dışında sporcu yarışamaz.
  - U20 kategorisinde 2004 – 2005 doğumlu sporcular yarışabilir,
  - 2006 - 2007 doğumlu sporcular isterlerse U20 kategorisinde yarışabilirler.
  - Daha küçük yaştaki sporcular yarışmalara katılamaz.
4. Sporcular yarışmalara 2023 yılı vizeli lisansları ile katılacaklardır. Sporcuların programda belirtilen saatlerde çağrı odasında bulunmaları ve lisans kontrollerini yaptırmaları gerekmektedir.
5. Yarışmalar uluslararası takvimde yer almakta olup, yabancı uyruklu sporcuların da katılımına açıktır. Yabancı uyruklu sporcular, teknik toplantıda pasaportlarını ibraz edeceklerdir. Yabancı uyruklu sporcular final koşabilir fakat madalya alamazlar.
6. Bir sporcu en fazla üç (3) branşta yarışabilecektir.
7. Yarışmalar sonunda U20 Balkan Şampiyonasına katılacak U20 milli takımı teknik kurul tarafından belirlenecektir. Milli takım kadrosunda yer alacak antrenörler, şampiyonada birinci olan sporcuların antrenörleri arasından sporcusunun IAAF puan sıralamasındaki durumuna göre belirlenecektir.
8. Yürüyüş branşında Avrupa U20 Şampiyonasına katılacak sporcuların tespitinde bu yarışma sonuçları dikkate alınacaktır.
9. Statü sonunda yer alan katılım baraj dereceleri Teknik Kurul tarafından alınan karar gereği uygulanacak ve kayıtlı sporcularla ilgili nihai karar teknik kurul tarafından verilecektir.
10. Yarışmaların kayıtları, yukarıda belirtilen tarihe kadar ekli link üzerinden yapılacaktır. Kayıt formuna sporcunun ad-soyadı, doğum tarihi, TC kimlik numarası vb tüm bilgiler girilmelidir. Teknik Toplantıda teyit edilmeyen kayıtlar iptal edilecektir. Bu nedenle Teknik Toplantı sırasında yeni kayıt ve branş değişikliği yapılmayacak, varsa, gönderilmiş olan liste üzerinde zorunlu değişiklikler yapılacaktır.
11. Yarışmalarda WA kurallarının uygulanması ile ilgili itirazlar; yarışma anında veya yarışma sonuçlarının ilan edilmesinden sonra ilk 30dk içerisinde sektör Başhakemine sözlü veya yazılı olarak WA Yarışma Kural 8.2 yapılacaktır. Bazı durumlarda Lider hakem WA Yarışma Kural 19.2, Başhakem WA Yarışma Kural 18.6 ve İtiraz Jürisi WA Yarışma Kural 8.9 "hala uygulanabilir olması şartı ile yeni bir bilgi veya belgenin kendilerine ulaşması durumunda verdikleri kararı tekrar gözden geçirebilirler". Yeniden gözden geçirme ile ilgili durum yarışmanın madalya tören saatine kadar tamamlanmış olmalıdır.
12. Teknik Toplantı tarihinde 16:00 – 18:30 saatleri arasında sahada güvenlik amaçlı olarak atma antrenmanları yapılmayacaktır. Daha öncesi ve sonrasındaki saatlerde yapılabilir.

**TÜRKİYE ATLETİZM FEDERASYONU**  
**100. YIL CUMHURİYET SEZONU - 2023**  
**TURKCELL TÜRKİYE 20 YAŞ ALTI (U20) – 23 YAŞ ALTI (U23) ŞAMPİYONASI STATÜSÜ**

13. Belirtilen süre içerisinde kayıtlarını yaptırmayanlar 150TL geç kayıt bedeli yatırarak dekontlarını teknik toplantı saatine kadar teslim ettikleri takdirde kayıtları kabul edilecektir.

**TEKNİK KONULAR**

- 100m, 200m, 400m, 100m engelli, 110m engelli yarışmaları katılım sayısı dikkate alınarak seçme-final olarak koşulacaktır. Anılan branşlarda yabancı uyruklu sporcuların finale kalması durumunda final yarışmaları Teknik Delege kararı ile A – B final olarak yapılabilecektir.
- Sporcuların yarışmalarda seri-kulvarları WA TR20.3.1 maddesi gereğince Teknik Delege tarafından belirlenecektir.
- Sporcular WA Kural TR4.4.1 gereği yarışmaya kayıtlı olmasına rağmen katılım sağlamaz ise kayıtlı olduğu diğer branşlarda da yarışmalara katılamaz. Ayrıca herhangi bir eleme turunda tur atlamış ancak sonraki tura katılmayan sporcu WA Kural TR4.4.2 gereği daha sonraki katılacağı yarışmalara katılamaz.
- Alan yarışmalarında sporcuların katılım sayısına göre yarışmalar gruplar halinde yapılabilir. Sporcu sayısı sekizden fazla ise ilk üç atış/atlayış sonrasında ilk sekiz sırada yer alan sporcular tersten sıralanarak üç atış/atlayış daha yapacaklardır.
- Sporcuların grupları Teknik Delege tarafından daha önceki yarışmalarda elde ettikleri derecelere göre belirlenecektir.
- Üç adım atlama yarışmaları, kadınlarda 9-11 metre, erkeklerde 11-13 metre mesafedeki basma tahtasından yapılacaktır. Sporcular başladıkları mesafeden yarışmayı tamamlamak zorundadır.
- Yarışmalarda kontrol odası uygulaması yapılacaktır. Sporcular çağrı odasına yarışma saatinden, koşularda 20dk, atma ve atlamalarda 40dk, sıırıkla atlamada 60dk, yüksek atlamada 50dk önce alınacaklardır.
- Atma branşlarında, kendi malzemeleri ile yarışacak olan sporcuların malzemelerini, yarışmanın başlamasından iki (2) saat önce teknik direktöre imza karşılığı teslim etmeleri gerekmektedir.
- Katılacak sporcuların göğüs numaraları Türkiye Atletizm Federasyonu tarafından sağlanacaktır.
- Teknik Kurul tarafından alınan karar gereği 3000m, 3000m Engelli ve 5000m branşları için yarışma bitirme zamanları uygulanacaktır. Branşlara göre bu zamanlar teknik toplantıda ilan edilecek, verilen süre içerisinde yarışmayı tamamlayamayan sporcular sonuçlarda DNF olarak gösterilecektir.
- 10000m Yürüyüş branşında kadınlar için bitirme zamanı 57:00.00, erkekler için bitirme zamanı 55:00.00 olarak uygulanacaktır.
- Yarışma branşlarının günleri Balkan Şampiyonası branş günlerine göre düzenlenmiştir.
- Yarışmalarda yüksek atlama ve sıırıkla atlama branşlarının başlama ve ara yükselme dereceleri aşağıda belirtilmiştir.

**U20 YÜKSEK ATLAMA**

KADINLAR	1.50m	1.55m	1.60m	1.65m	1.68m	+3cm	1.77m	+2cm
ERKEKLER	1.70m	1.75m	1.80m	1.85m	1.90m	+3cm	2.17m	+2cm

**U20 SIRIKLA ATLAMA**

KADINLAR	2.50m	+20cm	3.00m	+10cm	4.00m	+5cm	
ERKEKLER	3.20m	+20cm	4.00m	+10cm	4.80m	+5cm	

**U23 YÜKSEK ATLAMA**

U23 KADINLAR	1.50m	1.55m	1.60m	1.65m	1.70m	+3cm	1.82m	+2cm
U23 ERKEKLER	1.70m	1.75m	1.80m	+5cm	2.00m	+3cm	2.18m	+2cm

**U23 SIRIKLA ATLAMA**

U23 KADINLAR	2.50m	2.60m	2.70m	2.80m	2.90m	3.00m	3.10m	+5cm
U23 ERKEKLER	3.20m	+20cm	4.20m	4.40m	+10cm	4.80	+5cm	--

**TÜRKİYE ATLETİZM FEDERASYONU**  
**100. YIL CUMHURİYET SEZONU - 2023**  
**TURKCELL TÜRKİYE 20 YAŞ ALTI (U20) – 23 YAŞ ALTI (U23) ŞAMPİYONASI STATÜSÜ**

14. Çoklu branşlarda, Yüksek atlama ve Sırıkla atlama branşları çıta başlangıç ve ara yükselme dereceleri aşağıdaki gibi uygulanacaktır.

U20 YÜKSEK ATLAMA KADINLAR	1.40	1.43	1.46	1.49	1.52	1.55	+3
U20 YÜKSEK ATLAMA ERKEKLER	1.60	1.63	1.66	1.69	1.72	1.75	+3
U20 SIRIKLA ATLAMA ERKEKLER	2.50	2.60	2.70	2.80	2.90	3.00	+10
U23 YÜKSEK ATLAMA KADINLAR	1.40	1.43	1.46	1.49	1.52	1.55	+3
U23 YÜKSEK ATLAMA ERKEKLER	1.60	1.63	1.66	1.69	1.72	1.75	+3
U23 SIRIKLA ATLAMA ERKEKLER	3.25	3.35	3.45	3.55	3.65	3.75	+10

**Engelli Koşullarda Uygulanan Ölçüler**

KATEGORİ	MESAFE	ENGEL YÜKSEKLİĞİ	1.ENGEL	ENGEL ARASI	SON ENGEL	ENGEL SAYISI
U20 KADIN	100m.	0.838m	13.00m.	8.50m.	10.50m.	10 adet
	400m.	0.762m	45m.	35m.	40m.	10 adet
	3000m.Eng	0.762m (± 3	--	--	--	28 kuru-7 su eng.
U20 ERKEK	110m.	1.00m	13.72m.	9.14m.	14.02m.	10 adet
	400m.	0.914m	45m.	35m.	40m.	10 adet
	3000m.Eng.	0.914m (± 3 mm)	--	--	--	28 kuru-7 su eng.
U23 KADIN	100m.	0.838m	13.00m.	8.50m.	10.50m.	10 adet
	400m.	0.762m	45m.	35m.	40m.	10 adet
	3000m.Eng	0.762m (± 3	--	--	--	28 kuru-7 su eng.
U23 ERKEK	110m.	1.067m	13.72m.	9.14m.	14.02m.	10 adet
	400m.	0.914m	45m.	35m.	40m.	10 adet
	3000m.Eng.	0.914m (± 3 mm)	--	--	--	28 kuru-7 su eng.

**Atma Branşlarında Uygulanan Ağırlıklar**

KATEGORİ	GÜLLE	DİSK	ÇEKİÇ	CİRİT
U20 KADINLAR	4kg.	1kg.	4kg.	600g
U20 ERKEKLER	6kg.	1.750kg.	6kg.	800g
U23 KADINLAR	4kg.	1kg.	4kg.	600g
U23 ERKEKLER	7,26kg.	2kg.	7.26kg.	800g

**20 Yaş Altı (U20) Kategorisi Yarışma Branşları**

KADINLAR		ERKEKLER	
1. Gün	2. Gün	1. Gün	2. Gün
100m S/F	200m S/F	100m S/F	200m S/F
400m Seçme	400m Final	400m Seçme	400m Final
800m	1500m	1500m	800m
3000m	5000m	5000m	3000 metre
400m Engel	100m Engel S/F	400m Engel	110m Engel S/F
3000m Steeple	Yüksek Atlama	Yüksek Atlama	3000m Steeple
Sırıkla Atl.	Uzun Atlama	Uzun Atlama	Sırıkla Atlama
Üç adım Atl.	Gülle Atma	Disk Atma	Üç adım Atlama
Disk Atma	Çekiç Atma	Cirit Atma	Gülle Atma
Cirit Atma	-----	10000m Yürüyüş	Çekiç Atma
10000m Yürüyüş	-----	Dekaton	
Heptatlon		-----	

**TÜRKİYE ATLETİZM FEDERASYONU**  
**100. YIL CUMHURİYET SEZONU - 2023**  
**TURKCELL TÜRKİYE 20 YAŞ ALTI (U20) – 23 YAŞ ALTI (U23) ŞAMPİYONASI STATÜSÜ**

**23 Yaş Altı (U23) Kategorisi Yarışma Branşları**

KADINLAR		ERKEKLER	
1. GÜN	2. GÜN	1. GÜN	2. GÜN
100 metre	200 metre	100 metre	200 metre
400 metre Seçme	400 metre Final	400 metre Seçme	400 metre Final
800 metre	1500 metre	1500 metre	800 metre
3000 metre	5000 metre	5000 metre	3000 metre
400m Engel	100m Engel	400m Engel	110m Engel
3000m Steeple	Yüksek Atlama	Yüksek Atlama	3000m Steeple
Sırıkla Atlama	Uzun Atlama	Uzun Atlama	Sırıkla Atlama
Üç Adım Atlama	Gülle Atma	Disk Atma	Üç adım Atlama
Disk Atma	Çekiç Atma	Cirit Atma	Gülle Atma
Cirit Atma	-----	10000m Yürüyüş	Çekiç Atma
10000m Yürüyüş	-----	-----	-----
Heptatlon		Dekatlon	

**MALİ KONULAR**

1. Yarışmaya katılacak bütün sporcular, temsilci ve antrenörler Gençlik ve Spor İl Müdürlüğüne müracaat ederek İl Müdürlükleri tarafından imzalı tek katile listesi ile yarışmaya katılacaklardır.
2. Yarışma sonrasında, bu statünün sonunda belirtilen baraj derecelerini geçen aşağıdaki sayıdaki sporcu, temsilci ve antrenörlerin kanuni harcırahları, bağlı oldukları Gençlik ve Spor İl Müdürlükleri tarafından ödenebilecektir.
  - 1 - 3 sporcusu barajı geçen ilin : 1 Antrenörüne,
  - 4 - 6 sporcusu barajı geçen ilin : 1 Antrenör, 1 temsilcisine,
  - 7 - 10 sporcusu barajı geçen ilin : 2 Antrenör, 1 temsilcisine,
  - 11 - 15 sporcusu barajı geçen ilin : 3 Antrenör, 1 temsilcisine,
  - 16 - 19 sporcusu barajı geçen ilin : 4 Antrenör, 1 temsilcisine,
  - 20 ve daha fazla sporcusu barajı geçen ilin : 5 Antrenör, 1 temsilcisine.
3. Harcırah baraj derecelerini geçemeyen sporcular ile antrenör ve temsilcilerin kanuni harcırahları bağlı oldukları Gençlik ve Spor İl Müdürlükleri tarafından ödenebilecektir.
4. Harcırah ödemesinde sporcuların ikamet ettikleri iller dikkate alınacak olup, sezon içinde ikametlerini gerçeğe uygun olmayan, değişik illerden beyan eden sporcular hakkında disiplin soruşturması açılacaktır. Yarışın yapıldığı ilin sporcularına ödeme yapılmayacaktır.
5. Yarışma tarihinde milli takım kamplarında bulunan sporcular kamp müdürü veya branş koordinatörü tarafından yazılacak dilekçe ile de yarışmalara katılabilir. Dilekçeler teknik toplantıda federasyon görevlisine teslim edilmelidir.
6. TOHM'a kayıtlı sporcuların yarışma öncesinde ilgili TOHM il branş sorumlusundan yarışmaya katılacağına dair evrak getirmesi kaydıyla (il katile listesinde yer alması zorunludur) baraj derecesini geçip geçmediğine bakılmaksızın harcırahları ödenecektir. TOHM'a kayıtlı antrenörler sporcusunun yarışmaya katılması, yarışma öncesinde ilgili TOHM il branş sorumlusundan yarışmaya katılacağına dair evrak getirmesi (il katile listesinde yer alması zorunludur) ve sporcusunun harcırah baraj derecesini geçmesi koşuluyla iller için tanınan antrenör ödeme sayısı dışında harcırahları Atletizm Federasyonu Başkanlığı tarafından ödenecektir.
7. Olimpik kadroda yer alan sporcular yarışmaya katılacağına dair evrak getirmesi kaydıyla (il katile listesinde olması zorunludur) baraj derecesini geçip geçmediğine bakılmaksızın harcırahları Atletizm federasyonu tarafından ödenecektir. Olimpik kadro antrenörlerinin harcırahları (il katile listesinde yer alması zorunludur), sporcusunun harcırah barajını geçmesi kaydıyla koşuluyla iller için tanınan antrenör ödeme sayısı dışında harcırahları Atletizm Federasyonu Başkanlığı tarafından ödenecektir.
8. Yarışma sonunda TOHM ve Olimpik Kadro sporcuları için ayrı ayrı bordro düzenlenecektir.
9. Yarışmaya iştirak edecek TOHM, Olimpik kadro sporcu ve antrenörlerine yapılacak otobüs ödemelerinde Federasyonumuzun illerden istemiş olduğu uygulamadaki en son rayiç bedelleri dikkate alınacaktır.



**TÜRKİYE ATLETİZM FEDERASYONU**  
**100. YIL CUMHURİYET SEZONU - 2023**  
**TURKCELL TÜRKİYE 20 YAŞ ALTI (U20) – 23 YAŞ ALTI (U23) ŞAMPİYONASI STATÜSÜ**

10. Yarışma yerine 800km ve daha uzak mesafeden gelenlere bir gün yevmiye fazla ödenir. (Kanuni harcırah sınırını geçmemek kaydıyla).

### ÖDÜL

1. Yarışma sonuçlarına göre branşlarında ilk üç sırayı alan sporcuların madalyaları Atletizm Federasyonu Başkanlığı tarafından verilecektir.

### HÜKÜM BULUNMAYAN HALLER

1. Türkiye Atletizm Federasyonu tarafından organize edilen yarışmaların statüsündeki teknik konularla ilgili sorumluluk, Yarışma statüsünün yayımlandığı andan itibaren Türkiye Atletizm Federasyonu Başkanlığı tarafından bölgeler için görevlendirilen Teknik Delege'dedir. Yarışma statüsü ile ilgili anlaşılmayan konular ve yarışmalar sırasında meydana gelen tüm teknik konulardaki anlaşmazlıklar Teknik Delege tarafından çözümlenecektir.
2. Yarışma statüsü dışında kalan hususlarla ilgili TAF talimatları geçerlidir.
3. TAF talimatlarında hükmü bulunmayan hallerde TAF Yönetim Kurulu kararı geçerlidir.

Teknik Delege : Mustafa Akyavaş

Telefon No : 0531-3863176

### **TURKCELL 20 YAŞ ALTI (U20) TÜRKİYE ŞAMPİYONASI KATILIM VE HARCIRAH BARAJ DERECELERİ**

KADINLAR		BRANŞLAR	ERKEKLER	
KATILIM DERECELERİ	HARCIRAH DERECELERİ		HARCIRAH DERECELERİ	KATILIM DERECELERİ
13.50	13.04	100m	11.34	11.94
27.50	26.94	200m	22.94	24.24
1:02.54	59.84	400m	51.04	53.74
2:35.00	2:22.00	800m	1:56.00	2:05.00
5:15.00	4:54.00	1500m	4:01.00	4:20.00
11:40.00	10:42.00	3000m	8:52.00	9:30.00
19:45.00	18:05.00	5000m	15:30.00	16:30.00
12:40.00	11:28.00	3000m Engel	9:40.00	10:20.00
17.50	15.84	100m / 110m Engel	15.94	18.80
1:08.34	1:04.34	400m Engel	58.64	1:02.54
1.45	1.65	Yüksek Atlama	1.90	1.60
2.80	3.00	Sırıkla Atlama	4.00	3.40
5.00	5.30	Uzun Atlama	6.60	6.20
11.00	11.50	Üç Adım Atlama	13.80	12.80
9.50 (3kg/4kg)	11.50 (4kg)	Gülle Atma	13.80 (6kg)	12.00 (5kg/6kg)
25.00 (1kg/750gr)	33.00 (1kg)	Disk Atma	42.00 (1,750gr)	30.00 (1,750kg/1,5kg)
30.00 (4kg/3kg)	42.00 (4kg)	Çekiç Atma	47.00 (6kg)	32.00 (6kg/5kg)
25.00 (600gr/500gr)	37.00 (600gr)	Cirit Atma	47.00 (800gr)	32.00 (700gr)
1:00:00	54:30.00	10000m Yürüyüş	48:30.00	55:00.00
<del>59.00</del>	<del>52.14</del>	<del>4x100m</del>	<del>43.84</del>	<del>48.44</del>
<del>4:25.00</del>	<del>3:59.34</del>	<del>4x400m</del>	<del>3:26.54</del>	<del>3:40.00</del>
-----	3900 puan	Heptatlon / Dekatlon	5300 puan	-----

**TÜRKİYE ATLETİZM FEDERASYONU**  
**100. YIL CUMHURİYET SEZONU - 2023**  
**TURKCELL TÜRKİYE 20 YAŞ ALTI (U20) – 23 YAŞ ALTI (U23) ŞAMPİYONASI STATÜSÜ**

**TURKCELL 23 YAŞ ALTI (U23) TÜRKİYE ŞAMPİYONASI KATILIM VE HARCIRAH BARAJ DERECELERİ**

KADINLAR		BRANŞLAR	ERKEKLER	
KATILIM DERECELERİ	HARCR. DER.		HARCR. DER.	KATILIM DERECELERİ
13.54	12.54	100m	10.94	11.64
28.74	26.14	200m	22.24	23.54
1:01.24	58.54	400m	49.84	52.74
2:25.00	2:16.00	800m	1:53.64	2:02.00
5:10.00	4:46.00	1500m	3:53.00	4:05.00
11:00.00 (800m- 2:22.00/1500m-4:54.00)	10:35.00	3000m	8:45.00	9:00.00 (800m- 1:57.00.00/1500m- 4:01.00)
19:00.00 (1500m – 4:54.00/3000m - 10:42.00)	17:45.00	5000m	15:00.00	16:00.00 (1500m - 4:01.00/3000m – 8:52.00)
<del>42:00.00 (5000m-18:05.00)</del>	<del>36:00.00</del>	<del>10000m</del>	<del>31:35.00</del>	<del>36:00.00 (5000m-15:30.00)</del>
12:25.00	11:00.00	3000m Engel	9:20.00	10:00.00
17.74	15.14	100m/110m Engel	16.00	18.44
1:07.54	1:03.04	400m Engel	55.30	58.64
1.50	1.73	Yüksek Atlama	2.00	1.80
3.00	3.50	Sırıkla Atlama	4.40	4.00
5.30	5.70	Uzun Atlama	7.00	6.40
11.80	12.40	Üç adım Atlama	15.00	14.40
10.50 (3kg/4kg)	13.50	Gülle Atma	15.00	12.00 (5kg/6kg/7,26kg)
30.00 (1kg/750gr)	40.00	Disk Atma	50.00	35.00 (2kg/1,750kg/1,5kg)
33.00 (4kg/3kg)	48.00	Çekiç Atma	55.00	40.00 (7.26kg/6kg/5kg)
32.00 (600gr/500gr)	45.00	Cirit Atma	58.00	40.00 (800gr/700gr)
58:00.00	52:30.00	10000m Yürüyüş	46:30.00	55:30.00
-----	3900 Puan	Heptatlon / Dekatlon	5500 Puan	-----