

ΕΜΠΟΔΙΑ/HURDLES

ΓΥΝΑΙΚΩΝ	Ηλικία	Αγώνισμα	Ύψος	Αριθμός Εμποδίων	Απόσταση 1ου Ε	Ενδιάμεση Απόσταση	Απόσταση Έως Τερματισμό
Short	Γ 35-39	100 m	.840m (33")	10	13m	8.5m	10.5m
	Γ 40-49	80m	.762m (30")	8	12m	8m	12m
	Γ 50-59	80m	.762m (30")	8	12m	7m	19m
	Γ 60+	80m	.686m (27")	8	12m	7m	19m
Long	Γ 35-49	400m	.762m (30")	10	45m	35m	40m
	Γ 50-59	300m	.762m (30")	7	50m	35m	40m
	Γ 60-69	300m	.686m (27")	7	50m	35m	40m
	Γ 70+	200m	.686m (27")	5	20m	35m	40m
ΑΝΔΡΩΝ	Ηλικία	Αγώνισμα	Ύψος	Αριθμός Εμποδίων	Απόσταση 1ου Ε	Ενδιάμεση Απόσταση	Απόσταση Έως Τερματισμό
Short	A 35-49	110m	.991m (39")	10	13,72m	9.14m	14.02m
	A 50-59	100m	.914m (36")	10	13m	8.5m	10.5m
	A 60-69	100m	.840m (33")	10	12m	8m	16m
	A 70-79	80m	.762m (30")	8	12m	7m	19m
	M80+	80m	.686m (27")	8	12m	7m	19m
Long	A 35-49	400m	.914m (36")	10	45m	35m	40m
	A 50-59	400m	.840m (33")	10	45m	35m	40m
	A 60-69	300m	.762m 30")	7	50m	35m	40m
	A 70-79	300m	.686m (27")	7	50m	35m	40m
	A 80+	200m	.686m (27")	5	20m	35m	40m