

亀岡市ジュニア陸上教室 中学生等級表 (男子) H30年度～

種目	特 級 全日中入賞程度	1 級 全日中標準程度	2 級	3 級 中2 Eランク程度
100m	11.03	11.20	11.40	11.64
200m	22.20	22.75	23.10	23.54
400m	50.48	51.60	52.50	53.94
800m	1.59.00	2.00.50	2.02.50	2.05.00
1500m	4.05.09	4.08.50	4.12.00	4.18.00
3000m	8.54.28	8.57.00	9.04.00	9.15.00
110mH	14.41	15.00	15.40	16.04
走高跳	1.88	1.85	1.76	1.70
棒高跳	4.20	4.00	3.50	3.30
走幅跳	6.70	6.55	6.30	6.00
三段跳	13.50	13.00	12.70	12.30
砲丸投	13.92	13.00	12.20	12.00
円盤投(24年度より1.5kg)	39.00	36.00	34.00	33.00
四種競技	2657	2500	2250	2000
4×100mR	43.50	43.99	47.74	46.49

亀岡市ジュニア陸上教室 中学生等級表 (女子) H30年度～

種目	特 級 全日中入賞程度	1 級 全日中標準程度	2 級	3 級 中2 Eランク程度
100m	12.25	12.53	12.70	13.04
200m	25.23	25.80	26.25	26.74
800m	2.13.57	2.16.50	2.18.75	2.21.00
1500m	4.34.81	4.38.00	4.43.00	4.48.00
3000m	9.51.00	9.57.00	10.00.00	10.10.00
100mH	14.31	14.80	15.10	15.64
走高跳	1.63	1.60	1.54	1.51
走幅跳	5.60	5.45	5.20	4.95
砲丸投	13.38	12.50	12.00	11.50
円盤投	34.00	30.00	27.50	25.00
四種競技	2773	2630	2365	2100
4×100mR	49.02	49.50	50.00	50.50