

**LÖPNING 20 m**

	Juni -14	Dec -14	Dec -15	Juni -16	Dec -16	Dec -17	Maj -18
<b>F1</b> Åk 2 och yngre	3,97 s	3,41 s	3,72 s	3,81 s	3,53 s	3,98 s	
<b>F2</b> Åk 3-4	3,25 s	3,16 s	3,54 s	3,56 s	3,55 s	3,59 s	
<b>F3</b> Åk 5-6	3,10 s	3,22 s	3,34 s	3,28 s	3 31 s	3,30 s	
<b>F4</b> Åk 7-9	3,18 s	2,75 s	3,10 s	3,31 s	3,31 s	3,20 s	
<b>F5</b> Gy och äldre	2,72 s	<b>2,65 s</b>	3,16 s	3,25 s	3,37 s	3,07 s	
<b>FV</b> Veteranklass	3,19 s	3,03 s	3,61 s	3,56 s	-	3,66 s	
<b>P1</b> Åk 2 och yngre	3,59 s	3,30 s	3,64 s	4,00 s	3,72 s	5,48 s	
<b>P2</b> Åk 3-4	-	3,28 s	3,56 s	4,28 s	3,64 s	3,76 s	
<b>P3</b> Åk 5-6	3,16 s	3,00 s	-	-	-	-	
<b>P4</b> Åk 7-9	2,97 s	2,90 s	3,12 s	3,16 s	-	-	
<b>P5</b> Gy och äldre	<b>2,66 s</b>	2,81 s	-	-	3,28 s	2,91 s	
<b>PV</b> Veteranklass	2,75 s	2,72 s	3,19 s	3,25 s	3,32 s	2,99 s	

**STILLASTÅENDE LÄNGDHOPP**

	Juni -14	Dec -14	Dec -15	Juni -16	Dec -16	Dec -17	Maj -18
<b>F1</b> Åk 2 och yngre	1,45 m	1,72 m	1,64 m	1,67 m	1,63 m	1,60 m	
<b>F2</b> Åk 3-4	1,96 m	1,90 m	1,87 m	1,88 m	1,92 m	1,80 m	
<b>F3</b> Åk 5-6	2,33 m	2,05 m	2,06 m	2,06 m	2,07 m	2,14 m	
<b>F4</b> Åk 7-9	2,20 m	2,28 m	2,25 m	2,29 m	2,30 m	2,27 m	
<b>F5</b> Gy och äldre	<b>2,47 m</b>	2,44 m	2,30 m	2,08 m	2,26 m	2,10 m	
<b>FV</b> Veteranklass	2,14 m	2,29 m	2,18 m	1,90 m	-	1,54 m	
<b>P1</b> Åk 2 och yngre	1,81 m	1,81 m	1,72 m	1,48 m	1,69 m	0,90 m	
<b>P2</b> Åk 3-4	-	2,03 m	1,67 m	1,53 m	1,76 m	1,76 m	
<b>P3</b> Åk 5-6	2,16 m	2,26 m	-	-	-	-	
<b>P4</b> Åk 7-9	2,44 m	2,38 m	2,48 m	2,50 m	-	-	
<b>P5</b> Gy och äldre	2,83 m	2,53 m	-	-	2,46 m	2,67 m	
<b>PV</b> Veteranklass	<b>2,88 m</b>	2,52 m	2,73 m	2,68 m	2,46 m	2,36 m	

**B E N L Y F T 30 sek**

	Juni -14	Dec -14	Dec -15	Juni -16	Dec -16	Dec -17	Maj -18
<b>F1</b> Åk 2 och yngre	11 st	20 st	17 st	17 st	20 st	19 st	
<b>F2</b> Åk 3-4	23 st	23 st	22 st	20 st	19 st	15 st	
<b>F3</b> Åk 5-6	19 st	18 st	20 st	21 st	20 st	16 st	
<b>F4</b> Åk 7-9	20 st	20 st	21 st	23 st	20 st	<b>25 st</b>	
<b>F5</b> Gy och äldre	22 st	22 st	18 st	19 st	18 st	16 st	
<b>FV</b> Veteranklass	2 st	11 st	-	-	-	-	
<b>P1</b> Åk 2 och yngre	19 st	<b>21 st</b>	18 st	17 st	18 st	-	
<b>P2</b> Åk 3-4	-	13 st	17 st	-	18 st	-	
<b>P3</b> Åk 5-6	17 st	18 st	-	-	-	-	
<b>P4</b> Åk 7-9	19 st	19 st	17 st	18 st	-	-	
<b>P5</b> Gy och äldre	20 st	<b>21 st</b>	-	-	<b>21 st</b>	17 st	
<b>PV</b> Veteranklass	18 st	<b>21 st</b>	<b>21 st</b>	17 st	-	-	

**F R I R E P K L Ä T T R I N G 5 meter**

	Juni -14	Dec -14	Dec -15	Juni -16	Dec -16	Dec -17	Maj -18
<b>F1</b> Åk 2 och yngre	-	-	-	-	-	-	
<b>F2</b> Åk 3-4	11,9 s	12,6 s	19,0 s	14,6 s	15,3 s	18,3 s	
<b>F3</b> Åk 5-6	8,8 s	10,5 s	11,3 s	11,1 s	8,9 s	11,1 s	
<b>F4</b> Åk 7-9	9,5 s	9,5 s	12,2 s	11,0 s	7,5 s	<b>7,1 s</b>	
<b>F5</b> Gy och äldre	<b>7,1 s</b>	7,5 s	13,8 s	10,9 s	9,5 s	11,7 s	
<b>FV</b> Veteranklass	-	11,9 s	-	-	-	-	
<b>P1</b> Åk 2 och yngre	15,8 s	-	-	-	-	-	
<b>P2</b> Åk 3-4	-	9,4 s	-	-	14,0 s	-	
<b>P3</b> Åk 5-6	10,8 s	10,2 s	-	-	-	-	
<b>P4</b> Åk 7-9	7,5 s	8,3 s	6,9 s	7,9 s	-	-	
<b>P5</b> Gy och äldre	5,7 s	4,9 s	-	-	<b>4,8 s</b>	5,6 s	
<b>PV</b> Veteranklass	6,4 s	5,2 s	5,2 s	6,5 s	-	8,8 s	

**PIKSITTANDE, golvbarr, ringar P3-5 och kippar F4-5**

	Juni -14	Dec -14	Dec -15	Juni -16	Dec -16	Dec -17	Maj -18
<b>F1</b> Åk 2 och yngre	29 s	35 s	25 s	37 s	35 s	<b>57 s</b>	
<b>F2</b> Åk 3-4	45 s	45 s	45 s	46 s	45 s	52 s	
<b>F3</b> Åk 5-6	49 s	50 s	55 s	50 s	55 s	45 s	
<b>F4</b> Åk 7-9	20 st	20 st	20 st	20 st	20 st	15 st	
<b>F5</b> Gy och äldre	22 st	<b>24 st</b>	18 st	17 st	12 st	10 st	
<b>FV</b> Veteranklass	7 s	55 s	6 s	20 s	-	-	
<b>P1</b> Åk 2 och yngre	35 s	35 s	35 s	<b>45 s</b>	35 s	2 s	
<b>P2</b> Åk 3-4	-	31 s	34 s	8 s	<b>45 s</b>	-	
<b>P3</b> Åk 5-6	25 s	25 s	-	-	-	-	
<b>P4</b> Åk 7-9	30 s	30 s	33 s	30 s	-	-	
<b>P5</b> Gy och äldre	35 s	35 s	-	-	35 s	<b>36 s</b>	
<b>PV</b> Veteranklass	25 s	25 s	29 s	25 s	1 s	25 s	

**Grupperat hängande F/P1, Chins F/P2-3, Jättehäv P4-5, Överkast F4-5**

	Juni -14	Dec -14	Dec -15	Juni -16	Dec -16	Dec -17	Maj -18
<b>F1</b> Åk 2 och yngre	36 s	<b>70 s</b>	27 s	<b>70 s</b>	<b>70 s</b>	43 s	
<b>F2</b> Åk 3-4	15 st	18 st	14 st	13 st	12 st	14 st	
<b>F3</b> Åk 5-6	15 st	15 st	<b>20 st</b>	14 st	14 st	14 st	
<b>F4</b> Åk 7-9	8 st	<b>14 st</b>	12 st	13 st	11 st	9 st	
<b>F5</b> Gy och äldre	8 st	12 st	8 st	10 st	8 st	9 st	
<b>FV</b> Veteranklass	4 st	18 st	6 st	2 st	-	5 st	
<b>P1</b> Åk 2 och yngre	<b>70 s</b>	<b>70 s</b>	41 s	12 s	<b>70 s</b>	-	
<b>P2</b> Åk 3-4	-	18 st	6 st	-	16 st	3 st	
<b>P3</b> Åk 5-6	14 st	20 st	-	-	-	-	
<b>P4</b> Åk 7-9	7 st	<b>12 st</b>	<b>12 st</b>	<b>12 st</b>	-	-	
<b>P5</b> Gy och äldre	11 st	1 st	-	-	<b>12 st</b>	7 st	
<b>PV</b> Veteranklass	20 st	<b>23 st</b>	20 st	20 st	10 st	14 st	

**ARMHÄVNINGAR 10 st, med klapp - 30 s, dips - 30 s**

	Juni -14	Dec -14	Dec -15	Juni -16	Dec -16	Dec -17	Maj -18
<b>F1</b> Åk 2 och yngre	7,1 s	8,4 s	9,9 s	6,0 s	5,9 s	6,2 s	
<b>F2</b> Åk 3-4	5,4 s	8,0 s	9,3 s	7,0 s	6,0 s	<b>4,6 s</b>	
<b>F3</b> Åk 5-6	26 st	15 st	18 st	15 st	15 st	15 st	
<b>F4</b> Åk 7-9	20 st	25 st	19 st	23 st	16 st	22 st	
<b>F5</b> Gy och äldre	23 st	<b>28 st</b>	18 st	21 st	17 st	20 st	
<b>FV</b> Veteranklass	10 st	15 st	8 st	13 st	-	11 st	
<b>P1</b> Åk 2 och yngre	6,9 s	8,1 s	8,5 s	6,9 s	<b>5,7 s</b>	30,0 s	
<b>P2</b> Åk 3-4	-	6,3 s	8,2 s	-	6,0 s	6,0 s	
<b>P3</b> Åk 5-6	20 st	23 st	-	-	-	-	
<b>P4</b> Åk 7-9	24 st	28 st	23 st	29 st	-	-	
<b>P5</b> Gy och äldre	23 st	24 st	-	-	<b>32 st</b>	20 st	
<b>PV</b> Veteranklass	27 st	28 st	30 st	29 st	9 st	22 st	

**Grupperat stödjande, brytningar stå, fria brytningar**

	Juni -14	Dec -14	Dec -15	Juni -16	Dec -16	Dec -17	Maj -18
<b>F1</b> Åk 2 och yngre	<b>61 s</b>	55 s	27 s	55 s	55 s	55 s	
<b>F2</b> Åk 3-4	6 st	15 st	6 st	6 st	5 st	5 st	
<b>F3</b> Åk 5-6	15 st	<b>20 st</b>	11 st	10 st	11 st	10 st	
<b>F4</b> Åk 7-9	<b>5 st</b>	4 st	3 st	<b>5 st</b>	<b>5 st</b>	1 st	
<b>F5</b> Gy och äldre	2 st	<b>5 st</b>	2 st	2 st	2 st	-	
<b>FV</b> Veteranklass	-	-	-	-	-	-	
<b>P1</b> Åk 2 och yngre	73 s	70 s	57 s	47 s	70 s	14 s	
<b>P2</b> Åk 3-4	-	72 s	<b>80 s</b>	3 s	42 s	44 s	
<b>P3</b> Åk 5-6	<b>15 st</b>	<b>15 st</b>	-	-	-	-	
<b>P4</b> Åk 7-9	7 st	6 st	8 st	7 st	-	-	
<b>P5</b> Gy och äldre	2 st	7 st	-	-	<b>10 st</b>	3 st	
<b>PV</b> Veteranklass	5 st	<b>15 st</b>	6 st	6 st	-	-	

**H A N D S T Å E N D E**

	Juni -14	Dec -14	Dec -15	Juni -16	Dec -16	Dec -17	Maj -18
<b>F1</b> Åk 2 och yngre	5 s	27 s	4 s	7 s	4 s	3 s	
<b>F2</b> Åk 3-4	39 s	64 s	59 s	51 s	28 s	24 s	
<b>F3</b> Åk 5-6	40 s	55 s	77 s	67 s	64 s	17 s	
<b>F4</b> Åk 7-9	62 s	65 s	55 s	63 s	75 s	70 s	
<b>F5</b> Gy och äldre	71 s	89 s	<b>96 s</b>	87 s	80 s	72 s	
<b>FV</b> Veteranklass	2 s	11 s	15 s	2 s	-	-	
<b>P1</b> Åk 2 och yngre	9 s	21 s	22 s	1 s	21 s	-	
<b>P2</b> Åk 3-4	-	4 s	2 s	2 s	19 s	2 s	
<b>P3</b> Åk 5-6	63 s	92 s	-	-	-	-	
<b>P4</b> Åk 7-9	63 s	118 s	88 s	<b>120 s</b>	-	-	
<b>P5</b> Gy och äldre	45 s	87 s	-	-	63 s	63 s	
<b>PV</b> Veteranklass	47 s	73 s	88 s	53 s	7 s	27 s	

**B R U T A L B Ä N K 30 sek**

	Juni -14	Dec -14	Dec -15	Juni -16	Dec -16	Dec -17	Maj -18
<b>F1</b> Åk 2 och yngre	15 st	20 st	15 st	15 st	18 st	18 st	
<b>F2</b> Åk 3-4	20 st	22 st	23 st	22 st	23 st	20 st	
<b>F3</b> Åk 5-6	24 st	25 st	27 st	25 st	24 st	25 st	
<b>F4</b> Åk 7-9	26 st	<b>30 st</b>	29 st	29 st	26 st	26 st	
<b>F5</b> Gy och äldre	24 st	23 st	22 st	25 st	24 st	24 st	
<b>FV</b> Veteranklass	14 st	20 st	17 st	12 st	-	1 st	
<b>P1</b> Åk 2 och yngre	15 st	15 st	15 st	10 st	17 st	-	
<b>P2</b> Åk 3-4	-	19 st	15 st	1 st	21 st	11 st	
<b>P3</b> Åk 5-6	26 st	23 st	-	-	-	-	
<b>P4</b> Åk 7-9	22 st	<b>27 st</b>	25 st	23 st	-	-	
<b>P5</b> Gy och äldre	23 st	19 st	-	-	23 st	22 st	
<b>PV</b> Veteranklass	23 st	23 st	25 st	25 st	4 st	20 st	