

FIELD EVENT SPECIFICATIONS						
Age this Year	Shot	Discus	Javelin	Shot	Discus	Javelin
	Female			Male		
12	3kg	1kg	400g	3kg	1kg	600g
13	3kg	1kg	400g	3kg	1kg	600g
14	3kg	1kg	400g	3kg	1kg	600g
15	3kg	1kg	500g	4kg	1kg	700g
16	3kg	1kg	500g	4kg	1kg	700g
17	3kg	1kg	500g	5kg	1.5kg	700g
18	3kg	1kg	500g	5kg	1.5kg	700g
19	4kg	1kg	600g	6kg	1.75kg	800g
20	4kg	1kg	600g	6kg	1.75kg	800g
20-29	4kg	1kg	600g	7.26kg	2kg	800g
30-39	4kg	1kg	600g	7.26kg	2kg	800g
40-49	4kg	1kg	600g	7.26kg	2kg	800g
50-59	3kg	1kg	500g	6kg	1.5kg	700g
60-69	3kg	1kg	400g	5kg	1kg	600g
70-79	3kg	1kg	400g	4kg	1kg	500g
80+	3kg	1kg	400g	4kg	1kg	400g

Athletics Australia implement weights for competition under Athletics Australia Rules (as at 01/11/12)