

女子 5分間走得点表 (m)

年齢 得点	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65
10点	830 ~	890 ~	980 ~	1060 ~	1120 ~	1170 ~	1200 ~	1230 ~	1250 ~	1280 ~	1290 ~	1300 ~	1260 ~	1230 ~	1220 ~	1210 ~	1200 ~	1180 ~	1140 ~	1110 ~	1070 ~	1030 ~	980 ~	930 ~	850 ~	810 ~
9	780 ~	850 ~	940 ~	1010 ~	1080 ~	1120 ~	1160 ~	1190 ~	1210 ~	1230 ~	1240 ~	1250 ~	1220 ~	1190 ~	1180 ~	1170 ~	1160 ~	1130 ~	1080 ~	1050 ~	1020 ~	980 ~	930 ~	880 ~	810 ~	780 ~
8	730 ~	800 ~	890 ~	970 ~	1040 ~	1080 ~	1110 ~	1140 ~	1160 ~	1190 ~	1200 ~	1210 ~	1170 ~	1150 ~	1140 ~	1120 ~	1110 ~	1080 ~	1030 ~	1000 ~	970 ~	940 ~	880 ~	820 ~	770 ~	740 ~
7	690 ~	760 ~	850 ~	930 ~	990 ~	1040 ~	1070 ~	1100 ~	1120 ~	1140 ~	1150 ~	1160 ~	1120 ~	1110 ~	1100 ~	1080 ~	1070 ~	1030 ~	970 ~	950 ~	930 ~	890 ~	830 ~	770 ~	730 ~	720 ~
6	640 ~	720 ~	800 ~	890 ~	950 ~	1000 ~	1020 ~	1060 ~	1080 ~	1090 ~	1100 ~	1110 ~	1080 ~	1070 ~	1060 ~	1030 ~	1020 ~	970 ~	920 ~	900 ~	880 ~	840 ~	780 ~	720 ~	690 ~	680 ~
5	590 ~	670 ~	760 ~	840 ~	900 ~	950 ~	980 ~	1010 ~	1040 ~	1050 ~	1060 ~	1070 ~	1040 ~	1030 ~	1020 ~	980 ~	970 ~	920 ~	860 ~	850 ~	830 ~	790 ~	730 ~	660 ~	650 ~	640 ~
4	550 ~	630 ~	720 ~	800 ~	860 ~	910 ~	940 ~	970 ~	1000 ~	1000 ~	1010 ~	1020 ~	1000 ~	990 ~	980 ~	940 ~	930 ~	870 ~	810 ~	790 ~	780 ~	740 ~	670 ~	610 ~	600 ~	590 ~
3	500 ~	590 ~	670 ~	760 ~	820 ~	870 ~	890 ~	920 ~	950 ~	960 ~	970 ~	980 ~	960 ~	950 ~	940 ~	890 ~	880 ~	820 ~	750 ~	740 ~	730 ~	690 ~	620 ~	560 ~	550 ~	540 ~
2	450 ~	540 ~	630 ~	710 ~	770 ~	830 ~	850 ~	880 ~	910 ~	910 ~	920 ~	930 ~	920 ~	910 ~	900 ~	840 ~	830 ~	770 ~	700 ~	690 ~	680 ~	640 ~	570 ~	500 ~	490 ~	480 ~
1	400 ~	500 ~	580 ~	670 ~	730 ~	780 ~	800 ~	840 ~	870 ~	870 ~	880 ~	890 ~	870 ~	870 ~	860 ~	800 ~	790 ~	720 ~	650 ~	640 ~	630 ~	600 ~	520 ~	450 ~	440 ~	430 ~
0	~ 390	~ 490	~ 570	~ 660	~ 720	~ 770	~ 790	~ 830	~ 860	~ 860	~ 870	~ 880	~ 860	~ 860	~ 850	~ 790	~ 780	~ 710	~ 640	~ 630	~ 620	~ 590	~ 510	~ 440	~ 430	~ 420