

Hækafstande:

| | 4. + 5. klasse | 6. + 7. klasse |
|-------------------------------|----------------|----------------|
| • | | |
| Forhindring højde | Ca. 50 cm | Ca. 50 cm |
| Afstand mellem hækkene | 6,65m | 7,65m |
| Startstreg | 0 meter | 0 meter |
| 1. forhindring | 11,75 meter | 11,75 meter |
| 2. forhindring | 18,4 meter | 19,40 meter |
| 3. forhindring | 25,05 meter | 27,05 meter |
| 4. forhindring | 31,7 meter | 34,7 meter |
| 5. forhindring | 38,35 meter | 42,35 meter |
| 6. forhindring | 45 meter | 50 meter |
| Mål | 60 meter | 60 meter |

Kilde: www.skoleol.tv2.dk