

# LITTLE ATHLETICS WEIGHT GUIDE - NSW

BOYS											
EVENT	U6	U7	U8	U9	U10	U11	U12	U13	U14	U15	U17
SHOT PUT	1kg	1kg	1.5kg	2kg	2kg	2kg	3kg	3kg	4kg	4kg	5kg
DISCUS	350g	350g	500g	500g	500g	750g	750g	1kg	1kg	1kg	1.5kg
JAVELIN	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	600g	600g	600g	700g

GIRLS											
EVENT	U6	U7	U8	U9	U10	U11	U12	U13	U14	U15	U17
SHOT PUT	1kg	1kg	1.5kg	2kg	2kg	2kg	2kg	3kg	3kg	3kg	4kg
DISCUS	350g	350g	500g	500g	500g	750g	750g	750g	1kg	1kg	1kg
JAVELIN	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	400g	600g	600g	600g

# LITTLE ATHLETICS WEIGHT GUIDE - QLD

BOYS												
EVENT	U6	U7	U8	U9	U10	U11	U12	U13	U14	U15	U16	U17
SHOT PUT	1kg	1kg	1.5kg	2kg	2kg	2kg	3kg	3kg	4kg	4kg	4kg	4kg
DISCUS	350g	350g	500g	500g	500g	750g	750g	1kg	1kg	1kg	1kg	1kg
JAVELIN	NA	NA	NA	NA	NA	400g	400g	600g	600g	600g	600g	600g

GIRLS												
EVENT	U6	U7	U8	U9	U10	U11	U12	U13	U14	U15	U16	U17
SHOT PUT	1kg	1kg	1.5kg	2kg	2kg	2kg	2kg	3kg	3kg	3kg	3kg	3kg
DISCUS	350g	350g	500g	500g	500g	750g	750g	750g	1kg	1kg	1kg	1kg
JAVELIN	NA	NA	NA	NA	NA	400g	400g	400g	600g	600g	600g	600g

# LITTLE ATHLETICS WEIGHT GUIDE - VIC

BOYS							
EVENT	U9	U10	U11	U12	U13	U14	U15
SHOT PUT	2kg	2kg	2kg	3kg	3kg	4kg	4kg
DISCUS	500g	500g	750g	750g	1kg	1kg	1kg
JAVELIN	NA	NA	400g	400g	600g	600g	600g

GIRLS							
EVENT	U9	U10	U11	U12	U13	U14	U15
SHOT PUT	2kg	2kg	2kg	2kg	3kg	3kg	3kg
DISCUS	500g	500g	750g	750g	750g	1kg	1kg
JAVELIN	NA	NA	400g	400g	400g	400g	500g

# LITTLE ATHLETICS WEIGHT GUIDE - WA

## BOYS

EVENT	U7	U8	U9	U10	U11	U12	U13	U14	U15	U16	U17
SHOT PUT	1kg	1.5kg	2kg	2kg	2kg	3kg	3kg	4kg	4kg	4kg	4kg
DISCUS	350g	500g	500g	500g	750g	750g	1kg	1kg	1kg	1kg	1kg
JAVELIN	NA	NA	NA	400g	400g	400g	600g	600g	600g	700g	700g

## GIRLS

EVENT	U7	U8	U9	U10	U11	U12	U13	U14	U15	U16	U17
SHOT PUT	1kg	1.5kg	2kg	2kg	2kg	2kg	3kg	3kg	3kg	4kg	4kg
DISCUS	350g	500g	500g	500g	750g	750g	750g	1kg	1kg	1kg	1kg
JAVELIN	NA	NA	NA	400g	400g	400g	400g	600g	600g	600g	600g

# LITTLE ATHLETICS WEIGHT GUIDE - SA

## BOYS

EVENT	U6	U7	U8	U9	U10	U11	U12	U13	U14	U15	U16	U17
SHOT PUT	1kg	1kg	1.5kg	2kg	2kg	2kg	3kg	3kg	4kg	4kg	4kg	4kg
DISCUS	350g	350g	500g	500g	500g	750g	750g	1kg	1kg	1kg	1kg	1kg
JAVELIN	NA	NA	NA	NA	NA	400g	400g	600g	600g	600g	600g	600g

## GIRLS

EVENT	U6	U7	U8	U9	U10	U11	U12	U13	U14	U15	U16	U17
SHOT PUT	1kg	1kg	1.5kg	2kg	2kg	2kg	2kg	3kg	3kg	3kg	3kg	4kg
DISCUS	350g	350g	500g	500g	500g	750g	750g	750g	1kg	1kg	1kg	1kg
JAVELIN	NA	NA	NA	NA	NA	400g	400g	400g	600g	600g	600g	600g

# LITTLE ATHLETICS WEIGHT GUIDE - TAS

## BOYS

EVENT	U6	U7	U8	U9	U10	U11	U12	U13	U14	U15
SHOT PUT	1kg	1kg	1.5kg	2kg	2kg	2kg	3kg	3kg	4kg	4kg
DISCUS	350g	350g	500g	500g	500g	750g	750g	1kg	1kg	1kg
JAVELIN	vortex	vortex	Modified Foam Javelin	Modified Foam Javelin	400g	400g	400g	600g	600g	600g

## GIRLS

EVENT	U6	U7	U8	U9	U10	U11	U12	U13	U14	U15
SHOT PUT	1kg	1kg	1.5kg	2kg	2kg	2kg	2kg	3kg	3kg	3kg
DISCUS	350g	350g	500g	500g	500g	750g	750g	750g	1kg	1kg
JAVELIN	vortex	vortex	Modified Foam Javelin	Modified Foam Javelin	400g	400g	400g	400g	600g	600g

# LITTLE ATHLETICS WEIGHT GUIDE - ACT

## BOYS

EVENT	U6	U7	U8	U9	U10	U11	U12	U13	U14	U15	U16	U17
SHOT PUT	1kg	1kg	1.5kg	2kg	2kg	2kg	3kg	3kg	4kg	4kg	5kg	5kg
DISCUS	350g	350g	500g	500g	500g	750g	750g	1kg	1kg	1kg	1.5kg	1.5kg
JAVELIN	NA	NA	NA	NA	NA	400g	400g	600g	600g	600g	700g	700g

## GIRLS

EVENT	U6	U7	U8	U9	U10	U11	U12	U13	U14	U15	U16	U17
SHOT PUT	1kg	1kg	1.5kg	2kg	2kg	2kg	2kg	3kg	3kg	3kg	4kg	4kg
DISCUS	350g	350g	500g	500g	500g	750g	750g	750g	1kg	1kg	1kg	1kg
JAVELIN	NA	NA	NA	NA	NA	400g	400g	400g	600g	600g	600g	600g