



WMA IMPLEMENTS



Women

Ages	Shot	Discus	Hammer	Javelin	Weight	Super Weight
25-49	4kg	1kg	4kg	600g	9.08kg (20#)	15.88kg (35#)
50-59	3kg	1kg	3kg	500g	7.26kg (16#)	11.34kg (25#)
60-74	3kg	1kg	3kg	500g	5.45kg (12#)	9.08kg (20#)
75 +	2kg	0.75kg	2kg	400g	4 kg (8.8#)	7.26kg (16#)

Men

Ages	Shot	Discus	Hammer	Javelin	Weight	Super Weight
25-49	7.26kg (16#)	2kg	7.26kg (16#)	800g	15.88kg (35#)	25.40kg (56#)
50-59	6kg	1.5kg	6kg	700g	11.34kg (25#)	20.00kg (44#)
60-69	5kg	1kg	5kg	600g	9.08kg (20#)	15.88kg (35#)
70-79	4kg	1kg	4kg	500g	7.26kg (16#)	11.34kg (25#)
80 +	3kg	1kg	3kg	400g	5.45kg (12#)	