

# Höjningsschema

## Höjd

Kvinnor	105	110	115	120	125	130	134	138	142	146	150	154	157	160	163	166	169	172	175	177	179	
Män	115	120	125	130	135	140	145	150	155	160	164	168	172	175	178	181	184	187	189	191	193	195

## Stav

Kvinnor	180	200	220	240	255	270	285	300	315	325	335	345	355	365	375	385	395	405	410	415			
Män	200	220	240	260	280	300	320	340	355	370	385	400	415	430	445	460	475	490	500	510	520	525	530