

**Age Categories (for results only) – age as at 1 September 2023**

3000m

Open  
14-15  
16-19  
20-24  
25-29  
30-34  
35-39  
40-44  
45-49  
50-54  
55-59  
60-64  
65-69  
70-74  
75+

1500m

Open  
12-14  
15-17  
18-19  
20-24  
25-29  
30-34  
35-39  
40-44  
45-49  
50-54  
55-59  
60-64  
65-69  
70-74  
75+

750m

10-12  
13-15  
16-19  
20-24  
25-29  
30-34  
35-39  
40-44  
45-49  
50-54  
55-59  
60-64  
65-69  
70-74

75+