

2023-2024 / 2024-2025
2025-2026 / 2026-2027

Sport

A	Step 1	Step 2	Step 3	Step 4	Step 5	Step 6	Step 7	Step 8	Step 9	Step 10
Varsity Baseball Head	4026 / 4217 4409 / 4600	4457 / 4696 4936 / 5175	4888 / 5176 5463 / 5751	5320 / 5655 5991 / 6326	5751 / 6134 6518 / 6901	6182 / 6614 7045 / 7476	6613 / 7093 7572 / 8051	7044 / 7572 8099 / 8626	7476 / 8051 8626 / 9201	7907 / 8530 9153 / 9776
Varsity Basketball Head	4600 / 4600 4600 / 4600	5175 / 5175 5175 / 5175	5751 / 5751 5751 / 5751	6326 / 6326 6326 / 6326	6901 / 6901 6901 / 6901	7476 / 7476 7476 / 7476	8051 / 8051 8051 / 8051	8626 / 8626 8626 / 8626	9201 / 9201 9201 / 9201	9776 / 9776 9776 / 9776
Varsity Cheer Head - Winter	4026 / 4217 4409 / 4600	4457 / 4696 4936 / 5175	4888 / 5176 5463 / 5751	5320 / 5655 5991 / 6326	5751 / 6134 6518 / 6901	6182 / 6614 7045 / 7476	6613 / 7093 7572 / 8051	7044 / 7572 8099 / 8626	7476 / 8051 8626 / 9201	7907 / 8530 9153 / 9776
Varsity Cross Country Head	4026 / 4217 4409 / 4600	4457 / 4696 4936 / 5175	4888 / 5176 5463 / 5751	5320 / 5655 5991 / 6326	5751 / 6134 6518 / 6901	6182 / 6614 7045 / 7476	6613 / 7093 7572 / 8051	7044 / 7572 8099 / 8626	7476 / 8051 8626 / 9201	7907 / 8530 9153 / 9776
Varsity Field Hockey Head	4026 / 4217 4409 / 4600	4457 / 4696 4936 / 5175	4888 / 5176 5463 / 5751	5320 / 5655 5991 / 6326	5751 / 6134 6518 / 6901	6182 / 6614 7045 / 7476	6613 / 7093 7572 / 8051	7044 / 7572 8099 / 8626	7476 / 8051 8626 / 9201	7907 / 8530 9153 / 9776
Varsity Football Head	4600 / 4600 4600 / 4600	5175 / 5175 5175 / 5175	5751 / 5751 5751 / 5751	6326 / 6326 6326 / 6326	6901 / 6901 6901 / 6901	7476 / 7476 7476 / 7476	8051 / 8051 8051 / 8051	8626 / 8626 8626 / 8626	9201 / 9201 9201 / 9201	9776 / 9776 9776 / 9776
Varsity Ice Hockey Head	4313 / 4409 4504 / 4600	4816 / 4936 5055 / 5175	5319 / 5463 5607 / 5751	5823 / 5991 6158 / 6326	6326 / 6518 6709 / 6901	6829 / 7045 7260 / 7476	7332 / 7572 7811 / 8051	7836 / 8099 8363 / 8626	8339 / 8626 8914 / 9201	8842 / 9153 9465 / 9776
Varsity Lacrosse Head	4026 / 4217 4409 / 4600	4457 / 4696 4936 / 5175	4888 / 5176 5463 / 5751	5320 / 5655 5991 / 6326	5751 / 6134 6518 / 6901	6182 / 6614 7045 / 7476	6613 / 7093 7572 / 8051	7044 / 7572 8099 / 8626	7476 / 8051 8626 / 9201	7907 / 8530 9153 / 9776
Varsity Soccer Head	4313 / 4409 4504 / 4600	4816 / 4936 5055 / 5175	5319 / 5463 5607 / 5751	5823 / 5991 6158 / 6326	6326 / 6518 6709 / 6901	6829 / 7045 7260 / 7476	7332 / 7572 7811 / 8051	7836 / 8099 8363 / 8626	8339 / 8626 8914 / 9201	8842 / 9153 9465 / 9776
Varsity Softball Head	4026 / 4217 4409 / 4600	4457 / 4696 4936 / 5175	4888 / 5176 5463 / 5751	5320 / 5655 5991 / 6326	5751 / 6134 6518 / 6901	6182 / 6614 7045 / 7476	6613 / 7093 7572 / 8051	7044 / 7572 8099 / 8626	7476 / 8051 8626 / 9201	7907 / 8530 9153 / 9776
Varsity Swimming Head	4313 / 4409 4504 / 4600	4816 / 4936 5055 / 5175	5319 / 5463 5607 / 5751	5823 / 5991 6158 / 6326	6326 / 6518 6709 / 6901	6829 / 7045 7260 / 7476	7332 / 7572 7811 / 8051	7836 / 8099 8363 / 8626	8339 / 8626 8914 / 9201	8842 / 9153 9465 / 9776
Varsity Track Head (Outdoor)	4313 / 4409 4504 / 4600	4816 / 4936 5055 / 5175	5319 / 5463 5607 / 5751	5823 / 5991 6158 / 6326	6326 / 6518 6709 / 6901	6829 / 7045 7260 / 7476	7332 / 7572 7811 / 8051	7836 / 8099 8363 / 8626	8339 / 8626 8914 / 9201	8842 / 9153 9465 / 9776
Varsity Wrestling Head	4313 / 4409 4504 / 4600	4816 / 4936 5055 / 5175	5319 / 5463 5607 / 5751	5823 / 5991 6158 / 6326	6326 / 6518 6709 / 6901	6829 / 7045 7260 / 7476	7332 / 7572 7811 / 8051	7836 / 8099 8363 / 8626	8339 / 8626 8914 / 9201	8842 / 9153 9465 / 9776

B	Step 1	Step 2	Step 3	Step 4	Step 5	Step 6	Step 7	Step 8	Step 9	Step 10
Varsity Alpine Skiing Head	3930 / 4026 4121 / 4217	4337 / 4457 4576 / 4696	4744 / 4888 5031 / 5175	5152 / 5320 5487 / 5655	5559 / 5751 5942 / 6134	5967 / 6182 6398 / 6613	6374 / 6613 6853 / 7092	6781 / 7045 7308 / 7572	7189 / 7476 7764 / 8051	7596 / 7907 8219 / 8530
Varsity Cheer Head - Fall	3930 / 4026 4121 / 4217	4337 / 4457 4576 / 4696	4744 / 4888 5031 / 5175	5152 / 5320 5487 / 5655	5559 / 5751 5942 / 6134	5967 / 6182 6398 / 6613	6374 / 6613 6853 / 7092	6781 / 7045 7308 / 7572	7189 / 7476 7764 / 8051	7596 / 7907 8219 / 8530
Varsity Diving	3642 / 3834 4025 / 4217	4050 / 4265 4481 / 4696	4457 / 4696 4936 / 5175	4864 / 5128 5391 / 5655	5128 / 5463 5799 / 6134	5391 / 5799 6206 / 6613	5654 / 6134 6613 / 7092	5918 / 6470 7021 / 7572	6182 / 6805 7428 / 8051	6446 / 7141 7835 / 8530
Varsity Golf Head	3067 / 3450 3834 / 4217	3474 / 3882 4289 / 4696	3881 / 4313 4744 / 5175	4145 / 4649 5152 / 5655	4409 / 4984 5559 / 6134	4672 / 5319 5966 / 6613	4936 / 5655 6373 / 7092	5200 / 5991 6781 / 7572	5463 / 6326 7188 / 8051	5727 / 6661 7596 / 8530
Varsity Gymnastics Head	3930 / 4026 4121 / 4217	4337 / 4457 4576 / 4696	4744 / 4888 5031 / 5175	5152 / 5320 5487 / 5655	5559 / 5751 5942 / 6134	5967 / 6182 6398 / 6613	6374 / 6613 6853 / 7092	6781 / 7045 7308 / 7572	7189 / 7476 7764 / 8051	7596 / 7907 8219 / 8530
Varsity Nordic Skiing Head	3930 / 4026 4121 / 4217	4337 / 4457 4576 / 4696	4744 / 4888 5031 / 5175	5152 / 5320 5487 / 5655	5559 / 5751 5942 / 6134	5967 / 6182 6398 / 6613	6374 / 6613 6853 / 7092	6781 / 7045 7308 / 7572	7189 / 7476 7764 / 8051	7596 / 7907 8219 / 8530
Varsity Tennis Head	3355 / 3642 3930 / 4217	3762 / 4073 4385 / 4696	4169 / 4505 4840 / 5175	4433 / 4840 5248 / 5655	4696 / 5176 5655 / 6134	4960 / 5511 6062 / 6613	5223 / 5846 6469 / 7092	5487 / 6182 6877 / 7572	5751 / 6518 7284 / 8051	6014 / 6853 7691 / 8530
Varsity Track Head (Indoor)	3930 / 4026 4121 / 4217	4337 / 4457 4576 / 4696	4744 / 4888 5031 / 5175	5152 / 5320 5487 / 5655	5559 / 5751 5942 / 6134	5967 / 6182 6398 / 6613	6374 / 6613 6853 / 7092	6781 / 7045 7308 / 7572	7189 / 7476 7764 / 8051	7596 / 7907 8219 / 8530
Varsity Volleyball Head	3930 / 4026 4121 / 4217	4337 / 4457 4576 / 4696	4744 / 4888 5031 / 5175	5152 / 5320 5487 / 5655	5559 / 5751 5942 / 6134	5967 / 6182 6398 / 6613	6374 / 6613 6853 / 7092	6781 / 7045 7308 / 7572	7189 / 7476 7764 / 8051	7596 / 7907 8219 / 8530

C	Step 1	Step 2	Step 3	Step 4	Step 5	Step 6	Step 7	Step 8	Step 9	Step 10
JV Baseball Head	3259 / 3451 3642 / 3834	3642 / 3834 4025 / 4217	4026 / 4217 4409 / 4600	4265 / 4505 4744 / 4984	4505 / 4792 5080 / 5367	4745 / 5080 5416 / 5751	4984 / 5367 5751 / 6134	5223 / 5655 6086 / 6517	5463 / 5943 6422 / 6901	5702 / 6230 6757 / 7284
JV Basketball Head	3834 / 3834 3834 / 3834	4217 / 4217 4217 / 4217	4600 / 4600 4600 / 4600	4984 / 4984 4984 / 4984	5367 / 5367 5367 / 5367	5751 / 5751 5751 / 5751	6134 / 6134 6134 / 6134	6517 / 6517 6517 / 6517	6901 / 6901 6901 / 6901	7284 / 7284 7284 / 7284
JV Cheer Head - Winter	3546 / 3642 3738 / 3834	3930 / 4026 4121 / 4217	4313 / 4409 4504 / 4600	4696 / 4792 4888 / 4984	4936 / 5080 5223 / 5367	5176 / 5368 5559 / 5751	5415 / 5655 5894 / 6134	5655 / 5942 6230 / 6517	5895 / 6230 6566 / 6901	6134 / 6518 6901 / 7284
JV Cross Country Head	2971 / 3259 3546 / 3834	3355 / 3642 3930 / 4217	3738 / 4025 4313 / 4600	3978 / 4313 4649 / 4984	4217 / 4601 4984 / 5367	4457 / 4888 5320 / 5751	4696 / 5176 5655 / 6134	4936 / 5463 5990 / 6517	5175 / 5751 6326 / 6901	5415 / 6038 6661 / 7284
JV Field Hockey Head	3259 / 3451 3642 / 3834	3642 / 3834 4025 / 4217	4026 / 4217 4409 / 4600	4265 / 4505 4744 / 4984	4505 / 4792 5080 / 5367	4745 / 5080 5416 / 5751	4984 / 5367 5751 / 6134	5223 / 5655 6086 / 6517	5463 / 5943 6422 / 6901	5702 / 6230 6757 / 7284
JV Football Head	3834 / 3834 3834 / 3834	4217 / 4217 4217 / 4217	4600 / 4600 4600 / 4600	4984 / 4984 4984 / 4984	5367 / 5367 5367 / 5367	5751 / 5751 5751 / 5751	6134 / 6134 6134 / 6134	6517 / 6517 6517 / 6517	6901 / 6901 6901 / 6901	7284 / 7284 7284 / 7284
JV Ice Hockey Head	3546 / 3642 3738 / 3834	3930 / 4026 4121 / 4217	4313 / 4409 4504 / 4600	4696 / 4792 4888 / 4984	4936 / 5080 5223 / 5367	5176 / 5368 5559 / 5751	5415 / 5655 5894 / 6134	5655 / 5942 6230 / 6517	5895 / 6230 6566 / 6901	6134 / 6518 6901 / 7284
JV Lacrosse Head	3546 / 3642 3738 / 3834	3930 / 4026 4121 / 4217	4313 / 4409 4504 / 4600	4696 / 4792 4888 / 4984	4936 / 5080 5223 / 5367	5176 / 5368 5559 / 5751	5415 / 5655 5894 / 6134	5655 / 5942 6230 / 6517	5895 / 6230 6566 / 6901	6134 / 6518 6901 / 7284
JV Soccer Head	3546 / 3642 3738 / 3834	3930 / 4026 4121 / 4217	4313 / 4409 4504 / 4600	4696 / 4792 4888 / 4984	4936 / 5080 5223 / 5367	5176 / 5368 5559 / 5751	5415 / 5655 5894 / 6134	5655 / 5942 6230 / 6517	5895 / 6230 6566 / 6901	6134 / 6518 6901 / 7284
JV Softball Head	3259 / 3451 3642 / 3834	3642 / 3834 4025 / 4217	4026 / 4217 4409 / 4600	4265 / 4505 4744 / 4984	4505 / 4792 5080 / 5367	4745 / 5080 5416 / 5751	4984 / 5367 5751 / 6134	5223 / 5655 6086 / 6517	5463 / 5943 6422 / 6901	5702 / 6230 6757 / 7284
JV Swimming Head	3546 / 3642 3738 / 3834	3930 / 4026 4121 / 4217	4313 / 4409 4504 / 4600	4696 / 4792 4888 / 4984	4936 / 5080 5223 / 5367	5176 / 5368 5559 / 5751	5415 / 5655 5894 / 6134	5655 / 5942 6230 / 6517	5895 / 6230 6566 / 6901	6134 / 6518 6901 / 7284
JV Tennis Head	2684 / 3067 3451 / 3834	3067 / 3450 3834 / 4217	3450 / 3834 4217 / 4600	3690 / 4121 4553 / 4984	3929 / 4409 4888 / 5367	4169 / 4697 5224 / 5751	4409 / 4984 5559 / 6134	4648 / 5271 5894 / 6517	4888 / 5559 6230 / 6901	5128 / 5847 6565 / 7284
JV Track Head (Outdoor)	2971 / 3259 3546 / 3834	3355 / 3642 3930 / 4217	3738 / 4025 4313 / 4600	3978 / 4313 4649 / 4984	4217 / 4601 4984 / 5367	4457 / 4888 5320 / 5751	4696 / 5176 5655 / 6134	4936 / 5463 5990 / 6517	5175 / 5751 6326 / 6901	5415 / 6038 6661 / 7284
JV Volleyball Head	3259 / 3451 3642 / 3834	3642 / 3834 4025 / 4217	4026 / 4217 4409 / 4600	4265 / 4505 4744 / 4984	4505 / 4792 5080 / 5367	4745 / 5080 5416 / 5751	4984 / 5367 5751 / 6134	5223 / 5655 6086 / 6517	5463 / 5943 6422 / 6901	5702 / 6230 6757 / 7284
JV Wrestling Head	3546 / 3642 3738 / 3834	3930 / 4026 4121 / 4217	4313 / 4409 4504 / 4600	4696 / 4792 4888 / 4984	4936 / 5080 5223 / 5367	5176 / 5368 5559 / 5751	5415 / 5655 5894 / 6134	5655 / 5942 6230 / 6517	5895 / 6230 6566 / 6901	6134 / 6518 6901 / 7284
Varsity Baseball Assistant	3259 / 3451 3642 / 3834	3642 / 3834 4025 / 4217	4026 / 4217 4409 / 4600	4265 / 4505 4744 / 4984	4505 / 4792 5080 / 5367	4745 / 5080 5416 / 5751	4984 / 5367 5751 / 6134	5223 / 5655 6086 / 6517	5463 / 5943 6422 / 6901	5702 / 6230 6757 / 7284
Varsity Basketball Assistant	3546 / 3642 3738 / 3834	3930 / 4026 4121 / 4217	4313 / 4409 4504 / 4600	4696 / 4792 4888 / 4984	4936 / 5080 5223 / 5367	5176 / 5368 5559 / 5751	5415 / 5655 5894 / 6134	5655 / 5942 6230 / 6517	5895 / 6230 6566 / 6901	6134 / 6518 6901 / 7284
Varsity Cheer Assistant - Winter	3259 / 3451 3642 / 3834	3642 / 3834 4025 / 4217	4026 / 4217 4409 / 4600	4265 / 4505 4744 / 4984	4505 / 4792 5080 / 5367	4745 / 5080 5416 / 5751	4984 / 5367 5751 / 6134	5223 / 5655 6086 / 6517	5463 / 5943 6422 / 6901	5702 / 6230 6757 / 7284

Varsity Cross Country Assistant	2971 / 3259 3546 / 3834	3355 / 3642 3930 / 4217	3738 / 4025 4313 / 4600	3978 / 4313 4649 / 4984	4217 / 4601 4984 / 5367	4457 / 4888 5320 / 5751	4696 / 5176 5655 / 6134	4936 / 5463 5990 / 6517	5175 / 5751 6326 / 6901	5415 / 6038 6661 / 7284
Varsity Field Hockey Assistant	2971 / 3259 3546 / 3834	3355 / 3642 3930 / 4217	3738 / 4025 4313 / 4600	3978 / 4313 4649 / 4984	4217 / 4601 4984 / 5367	4457 / 4888 5320 / 5751	4696 / 5176 5655 / 6134	4936 / 5463 5990 / 6517	5175 / 5751 6326 / 6901	5415 / 6038 6661 / 7284
Varsity Football Assistant	3834 / 3834 3834 / 3834	4217 / 4217 4217 / 4217	4600 / 4600 4600 / 4600	4984 / 4984 4984 / 4984	5367 / 5367 5367 / 5367	5751 / 5751 5751 / 5751	6134 / 6134 6134 / 6134	6517 / 6517 6517 / 6517	6901 / 6901 6901 / 6901	7284 / 7284 7284 / 7284
Varsity Ice Hockey Assistant	3259 / 3451 3642 / 3834	3642 / 3834 4025 / 4217	4026 / 4217 4409 / 4600	4265 / 4505 4744 / 4984	4505 / 4792 5080 / 5367	4745 / 5080 5416 / 5751	4984 / 5367 5751 / 6134	5223 / 5655 6086 / 6517	5463 / 5943 6422 / 6901	5702 / 6230 6757 / 7284
Varsity Lacrosse Assistant	3259 / 3451 3642 / 3834	3642 / 3834 4025 / 4217	4026 / 4217 4409 / 4600	4265 / 4505 4744 / 4984	4505 / 4792 5080 / 5367	4745 / 5080 5416 / 5751	4984 / 5367 5751 / 6134	5223 / 5655 6086 / 6517	5463 / 5943 6422 / 6901	5702 / 6230 6757 / 7284
Varsity Soccer Assistant	2971 / 3259 3546 / 3834	3355 / 3642 3930 / 4217	3738 / 4025 4313 / 4600	3978 / 4313 4649 / 4984	4217 / 4601 4984 / 5367	4457 / 4888 5320 / 5751	4696 / 5176 5655 / 6134	4936 / 5463 5990 / 6517	5175 / 5751 6326 / 6901	5415 / 6038 6661 / 7284
Varsity Softball Assistant	3259 / 3451 3642 / 3834	3642 / 3834 4025 / 4217	4026 / 4217 4409 / 4600	4265 / 4505 4744 / 4984	4505 / 4792 5080 / 5367	4745 / 5080 5416 / 5751	4984 / 5367 5751 / 6134	5223 / 5655 6086 / 6517	5463 / 5943 6422 / 6901	5702 / 6230 6757 / 7284
Varsity Swimming Assistant	3546 / 3642 3738 / 3834	3930 / 4026 4121 / 4217	4313 / 4409 4504 / 4600	4696 / 4792 4888 / 4984	4936 / 5080 5223 / 5367	5176 / 5368 5559 / 5751	5415 / 5655 5894 / 6134	5655 / 5942 6230 / 6517	5895 / 6230 6566 / 6901	6134 / 6518 6901 / 7284
Varsity Track Assistant (Outdoor)	2971 / 3259 3546 / 3834	3355 / 3642 3930 / 4217	3738 / 4025 4313 / 4600	3978 / 4313 4649 / 4984	4217 / 4601 4984 / 5367	4457 / 4888 5320 / 5751	4696 / 5176 5655 / 6134	4936 / 5463 5990 / 6517	5175 / 5751 6326 / 6901	5415 / 6038 6661 / 7284
Varsity Volleyball Assistant	2971 / 3259 3546 / 3834	3355 / 3642 3930 / 4217	3738 / 4025 4313 / 4600	3978 / 4313 4649 / 4984	4217 / 4601 4984 / 5367	4457 / 4888 5320 / 5751	4696 / 5176 5655 / 6134	4936 / 5463 5990 / 6517	5175 / 5751 6326 / 6901	5415 / 6038 6661 / 7284
Varsity Wrestling Assistant	3546 / 3642 3738 / 3834	3930 / 4026 4121 / 4217	4313 / 4409 4504 / 4600	4696 / 4792 4888 / 4984	4936 / 5080 5223 / 5367	5176 / 5368 5559 / 5751	5415 / 5655 5894 / 6134	5655 / 5942 6230 / 6517	5895 / 6230 6566 / 6901	6134 / 6518 6901 / 7284

D	Step 1	Step 2	Step 3	Step 4	Step 5	Step 6	Step 7	Step 8	Step 9	Step 10
JV Alpine Skiing Head	3163 / 3259 3354 / 3450	3546 / 3642 3738 / 3834	3930 / 4026 4121 / 4217	4169 / 4313 4456 / 4600	4361 / 4505 4648 / 4792	4553 / 4697 4840 / 4984	4744 / 4888 5031 / 5175	4936 / 5080 5223 / 5367	5128 / 5272 5415 / 5559	5319 / 5463 5607 / 5751
JV Cheer Head - Fall	3450 / 3450 3450 / 3450	3834 / 3834 3834 / 3834	4217 / 4217 4217 / 4217	4600 / 4600 4600 / 4600	4792 / 4792 4792 / 4792	4984 / 4984 4984 / 4984	5175 / 5175 5175 / 5175	5367 / 5367 5367 / 5367	5559 / 5559 5559 / 5559	5751 / 5751 5751 / 5751
JV Cross Country Assistant	2875 / 3067 3258 / 3450	3259 / 3451 3642 / 3834	3642 / 3834 4025 / 4217	3882 / 4121 4361 / 4600	4074 / 4313 4553 / 4792	4265 / 4505 4744 / 4984	4457 / 4696 4936 / 5175	4649 / 4888 5128 / 5367	4840 / 5080 5319 / 5559	5032 / 5272 5511 / 5751
JV Football Assistant	3450 / 3450 3450 / 3450	3834 / 3834 3834 / 3834	4217 / 4217 4217 / 4217	4600 / 4600 4600 / 4600	4792 / 4792 4792 / 4792	4984 / 4984 4984 / 4984	5175 / 5175 5175 / 5175	5367 / 5367 5367 / 5367	5559 / 5559 5559 / 5559	5751 / 5751 5751 / 5751
JV Golf Head	2300 / 2684 3067 / 3450	2540 / 2971 3403 / 3834	2779 / 3259 3738 / 4217	3019 / 3546 4073 / 4600	3210 / 3738 4265 / 4792	3402 / 3930 4457 / 4984	3594 / 4121 4648 / 5175	3785 / 4313 4840 / 5367	3977 / 4505 5032 / 5559	4169 / 4697 5224 / 5751
JV Gymnastics Head	2588 / 2875 3163 / 3450	2971 / 3259 3546 / 3834	3355 / 3642 3930 / 4217	3594 / 3929 4265 / 4600	3786 / 4121 4457 / 4792	3978 / 4313 4649 / 4984	4169 / 4505 4840 / 5175	4361 / 4696 5032 / 5367	4553 / 4888 5224 / 5559	4745 / 5080 5416 / 5751
JV Ice Hockey Assistant	3163 / 3259 3354 / 3450	3546 / 3642 3738 / 3834	3930 / 4026 4121 / 4217	4169 / 4313 4456 / 4600	4361 / 4505 4648 / 4792	4553 / 4697 4840 / 4984	4744 / 4888 5031 / 5175	4936 / 5080 5223 / 5367	5128 / 5272 5415 / 5559	5319 / 5463 5607 / 5751
JV Lacrosse Assistant	2588 / 2875 3163 / 3450	2971 / 3259 3546 / 3834	3355 / 3642 3930 / 4217	3594 / 3929 4265 / 4600	3786 / 4121 4457 / 4792	3978 / 4313 4649 / 4984	4169 / 4505 4840 / 5175	4361 / 4696 5032 / 5367	4553 / 4888 5224 / 5559	4745 / 5080 5416 / 5751
JV Swimming Assistant	2875 / 3067 3258 / 3450	3259 / 3451 3642 / 3834	3642 / 3834 4025 / 4217	3882 / 4121 4361 / 4600	4074 / 4313 4553 / 4792	4265 / 4505 4744 / 4984	4457 / 4696 4936 / 5175	4649 / 4888 5128 / 5367	4840 / 5080 5319 / 5559	5032 / 5272 5511 / 5751
JV Track Head (Indoor)	2875 / 3067 3258 / 3450	3259 / 3451 3642 / 3834	3642 / 3834 4025 / 4217	3882 / 4121 4361 / 4600	4074 / 4313 4553 / 4792	4265 / 4505 4744 / 4984	4457 / 4696 4936 / 5175	4649 / 4888 5128 / 5367	4840 / 5080 5319 / 5559	5032 / 5272 5511 / 5751
Modified A Basketball Head	2875 / 3067 3258 / 3450	3259 / 3451 3642 / 3834	3642 / 3834 4025 / 4217	3882 / 4121 4361 / 4600	4074 / 4313 4553 / 4792	4265 / 4505 4744 / 4984	4457 / 4696 4936 / 5175	4649 / 4888 5128 / 5367	4840 / 5080 5319 / 5559	5032 / 5272 5511 / 5751
Modified A Cheer Head	2300 / 2684 3067 / 3450	2540 / 2971 3403 / 3834	2779 / 3259 3738 / 4217	3019 / 3546 4073 / 4600	3210 / 3738 4265 / 4792	3402 / 3930 4457 / 4984	3594 / 4121 4648 / 5175	3785 / 4313 4840 / 5367	3977 / 4505 5032 / 5559	4169 / 4697 5224 / 5751
Modified A Football Head	3450 / 3450 3450 / 3450	3834 / 3834 3834 / 3834	4217 / 4217 4217 / 4217	4600 / 4600 4600 / 4600	4792 / 4792 4792 / 4792	4984 / 4984 4984 / 4984	5175 / 5175 5175 / 5175	5367 / 5367 5367 / 5367	5559 / 5559 5559 / 5559	5751 / 5751 5751 / 5751
Varsity Alpine Skiing Assistant	3163 / 3259 3354 / 3450	3546 / 3642 3738 / 3834	3930 / 4026 4121 / 4217	4169 / 4313 4456 / 4600	4361 / 4505 4648 / 4792	4553 / 4697 4840 / 4984	4744 / 4888 5031 / 5175	4936 / 5080 5223 / 5367	5128 / 5272 5415 / 5559	5319 / 5463 5607 / 5751
Varsity Cheer Assistant- Fall	3163 / 3259 3354 / 3450	3546 / 3642 3738 / 3834	3930 / 4026 4121 / 4217	4169 / 4313 4456 / 4600	4361 / 4505 4648 / 4792	4553 / 4697 4840 / 4984	4744 / 4888 5031 / 5175	4936 / 5080 5223 / 5367	5128 / 5272 5415 / 5559	5319 / 5463 5607 / 5751
Varsity Gymnastics Assistant	3163 / 3259 3354 / 3450	3546 / 3642 3738 / 3834	3930 / 4026 4121 / 4217	4169 / 4313 4456 / 4600	4361 / 4505 4648 / 4792	4553 / 4697 4840 / 4984	4744 / 4888 5031 / 5175	4936 / 5080 5223 / 5367	5128 / 5272 5415 / 5559	5319 / 5463 5607 / 5751
Varsity Nordic Skiing Assistant	3450 / 3450 3450 / 3450	3834 / 3834 3834 / 3834	4217 / 4217 4217 / 4217	4600 / 4600 4600 / 4600	4792 / 4792 4792 / 4792	4984 / 4984 4984 / 4984	5175 / 5175 5175 / 5175	5367 / 5367 5367 / 5367	5559 / 5559 5559 / 5559	5751 / 5751 5751 / 5751
Varsity Track Assistant (Indoor)	2875 / 3067 3258 / 3450	3259 / 3451 3642 / 3834	3642 / 3834 4025 / 4217	3882 / 4121 4361 / 4600	4074 / 4313 4553 / 4792	4265 / 4505 4744 / 4984	4457 / 4696 4936 / 5175	4649 / 4888 5128 / 5367	4840 / 5080 5319 / 5559	5032 / 5272 5511 / 5751

E	Step 1	Step 2	Step 3	Step 4	Step 5	Step 6	Step 7	Step 8	Step 9	Step 10
JV Track Assistant (Indoor)	2779 / 2875 2971 / 3067	3163 / 3259 3354 / 3450	3546 / 3642 3738 / 3834	3738 / 3834 3929 / 4025	3930 / 4026 4121 / 4217	4121 / 4217 4313 / 4409	4313 / 4409 4504 / 4600	4505 / 4601 4696 / 4792	4696 / 4792 4888 / 4984	4888 / 4984 5079 / 5175
Modified B Baseball Head	2492 / 2684 2875 / 3067	2875 / 3067 3258 / 3450	3259 / 3451 3642 / 3834	3450 / 3642 3833 / 4025	3642 / 3834 4025 / 4217	3834 / 4026 4217 / 4409	4026 / 4217 4409 / 4600	4217 / 4409 4600 / 4792	4409 / 4601 4792 / 4984	4601 / 4792 4984 / 5175
Modified B Basketball Head	2492 / 2684 2875 / 3067	2875 / 3067 3258 / 3450	3259 / 3451 3642 / 3834	3450 / 3642 3833 / 4025	3642 / 3834 4025 / 4217	3834 / 4026 4217 / 4409	4026 / 4217 4409 / 4600	4217 / 4409 4600 / 4792	4409 / 4601 4792 / 4984	4601 / 4792 4984 / 5175
Modified B Cheer Head - Winter	2205 / 2492 2780 / 3067	2444 / 2779 3115 / 3450	2684 / 3067 3451 / 3834	2875 / 3259 3642 / 4025	3067 / 3450 3834 / 4217	3259 / 3642 4026 / 4409	3450 / 3834 4217 / 4600	3642 / 4025 4409 / 4792	3834 / 4217 4601 / 4984	4025 / 4409 4792 / 5175
Modified B Cross Country Head	2205 / 2492 2780 / 3067	2444 / 2779 3115 / 3450	2684 / 3067 3451 / 3834	2875 / 3259 3642 / 4025	3067 / 3450 3834 / 4217	3259 / 3642 4026 / 4409	3450 / 3834 4217 / 4600	3642 / 4025 4409 / 4792	3834 / 4217 4601 / 4984	4025 / 4409 4792 / 5175
Modified B Field Hockey Head	2492 / 2684 2875 / 3067	2875 / 3067 3258 / 3450	3259 / 3451 3642 / 3834	3450 / 3642 3833 / 4025	3642 / 3834 4025 / 4217	3834 / 4026 4217 / 4409	4026 / 4217 4409 / 4600	4217 / 4409 4600 / 4792	4409 / 4601 4792 / 4984	4601 / 4792 4984 / 5175
Modified B Football Head	3067 / 3067 3067 / 3067	3450 / 3450 3450 / 3450	3834 / 3834 3834 / 3834	4025 / 4025 4025 / 4025	4217 / 4217 4217 / 4217	4409 / 4409 4409 / 4409	4600 / 4600 4600 / 4600	4792 / 4792 4792 / 4792	4984 / 4984 4984 / 4984	5175 / 5175 5175 / 5175
Modified B Lacrosse Head	2492 / 2684 2875 / 3067	2875 / 3067 3258 / 3450	3259 / 3451 3642 / 3834	3450 / 3642 3833 / 4025	3642 / 3834 4025 / 4217	3834 / 4026 4217 / 4409	4026 / 4217 4409 / 4600	4217 / 4409 4600 / 4792	4409 / 4601 4792 / 4984	4601 / 4792 4984 / 5175
Modified B Soccer Head	2492 / 2684 2875 / 3067	2875 / 3067 3258 / 3450	3259 / 3451 3642 / 3834	3450 / 3642 3833 / 4025	3642 / 3834 4025 / 4217	3834 / 4026 4217 / 4409	4026 / 4217 4409 / 4600	4217 / 4409 4600 / 4792	4409 / 4601 4792 / 4984	4601 / 4792 4984 / 5175
Modified B Softball Head	2205 / 2492 2780 / 3067	2444 / 2779 3115 / 3450	2684 / 3067 3451 / 3834	2875 / 3259 3642 / 4025	3067 / 3450 3834 / 4217	3259 / 3642 4026 / 4409	3450 / 3834 4217 / 4600	3642 / 4025 4409 / 4792	3834 / 4217 4601 / 4984	4025 / 4409 4792 / 5175
Modified B Swimming Head	2492 / 2684 2875 / 3067	2875 / 3067 3258 / 3450	3259 / 3451 3642 / 3834	3450 / 3642 3833 / 4025	3642 / 3834 4025 / 4217	3834 / 4026 4217 / 4409	4026 / 4217 4409 / 4600	4217 / 4409 4600 / 4792	4409 / 4601 4792 / 4984	4601 / 4792 4984 / 5175
Modified B Track Head (Outdoor)	2492 / 2684 2875 / 3067	2875 / 3067 3258 / 3450	3259 / 3451 3642 / 3834	3450 / 3642 3833 / 4025	3642 / 3834 4025 / 4217	3834 / 4026 4217 / 4409	4026 / 4217 4409 / 4600	4217 / 4409 4600 / 4792	4409 / 4601 4792 / 4984	4601 / 4792 4984 / 5175
Modified B Volleyball Head	2492 / 2684 2875 / 3067	2875 / 3067 3258 / 3450	3259 / 3451 3642 / 3834	3450 / 3642 3833 / 4025	3642 / 3834 4025 / 4217	3834 / 4026 4217 / 4409	4026 / 4217 4409 / 4600	4217 / 4409 4600 / 4792	4409 / 4601 4792 / 4984	4601 / 4792 4984 / 5175
Modified B Wrestling Head	2492 / 2684 2875 / 3067	2875 / 3067 3258 / 3450	3259 / 3451 3642 / 3834	3450 / 3642 3833 / 4025	3642 / 3834 4025 / 4217	3834 / 4026 4217 / 4409	4026 / 4217 4409 / 4600	4217 / 4409 4600 / 4792	4409 / 4601 4792 / 4984	4601 / 4792 4984 / 5175

F	Step 1	Step 2	Step 3	Step 4	Step 5	Step 6	Step 7	Step 8	Step 9	Step 10
JV Cheer Assistant - Fall	2683 / 2683 2683 / 2683	3067 / 3067 3067 / 3067	3450 / 3450 3450 / 3450	3642 / 3642 3642 / 3642	3834 / 3834 3834 / 3834	4025 / 4025 4025 / 4025	4217 / 4217 4217 / 4217	4409 / 4409 4409 / 4409	4600 / 4600 4600 / 4600	4792 / 4792 4792 / 4792
JV Cheer Assistant - Winter	2683 / 2683 2683 / 2683	3067 / 3067 3067 / 3067	3450 / 3450 3450 / 3450	3642 / 3642 3642 / 3642	3834 / 3834 3834 / 3834	4025 / 4025 4025 / 4025	4217 / 4217 4217 / 4217	4409 / 4409 4409 / 4409	4600 / 4600 4600 / 4600	4792 / 4792 4792 / 4792
Modified A Football Assistant	2683 / 2683 2683 / 2683	3067 / 3067 3067 / 3067	3450 / 3450 3450 / 3450	3642 / 3642 3642 / 3642	3834 / 3834 3834 / 3834	4025 / 4025 4025 / 4025	4217 / 4217 4217 / 4217	4409 / 4409 4409 / 4409	4600 / 4600 4600 / 4600	4792 / 4792 4792 / 4792
Modified B Football Assistant	2683 / 2683 2683 / 2683	3067 / 3067 3067 / 3067	3450 / 3450 3450 / 3450	3642 / 3642 3642 / 3642	3834 / 3834 3834 / 3834	4025 / 4025 4025 / 4025	4217 / 4217 4217 / 4217	4409 / 4409 4409 / 4409	4600 / 4600 4600 / 4600	4792 / 4792 4792 / 4792
Modified B Cheer Head - Fall	2109 / 2300 2492 / 2683	2348 / 2588 2827 / 3067	2588 / 2875 3163 / 3450	2780 / 3067 3355 / 3642	2971 / 3259 3546 / 3834	3163 / 3450 3738 / 4025	3355 / 3642 3930 / 4217	3546 / 3834 4121 / 4409	3738 / 4025 4313 / 4600	3930 / 4217 4505 / 4792
Modified B Cross Country Assistant	2109 / 2300 2492 / 2683	2348 / 2588 2827 / 3067	2588 / 2875 3163 / 3450	2780 / 3067 3355 / 3642	2971 / 3259 3546 / 3834	3163 / 3450 3738 / 4025	3355 / 3642 3930 / 4217	3546 / 3834 4121 / 4409	3738 / 4025 4313 / 4600	3930 / 4217 4505 / 4792
Modified B Gymnastics Head	2396 / 2492 2587 / 2683	2779 / 2875 2971 / 3067	3163 / 3259 3354 / 3450	3354 / 3450 3546 / 3642	3546 / 3642 3738 / 3834	3738 / 3834 3929 / 4025	3930 / 4026 4121 / 4217	4121 / 4217 4313 / 4409	4313 / 4409 4504 / 4600	4505 / 4601 4696 / 4792
Modified B Skiing Head (Alpine/Nordic)	2396 / 2492 2587 / 2683	2779 / 2875 2971 / 3067	3163 / 3259 3354 / 3450	3354 / 3450 3546 / 3642	3546 / 3642 3738 / 3834	3738 / 3834 3929 / 4025	3930 / 4026 4121 / 4217	4121 / 4217 4313 / 4409	4313 / 4409 4504 / 4600	4505 / 4601 4696 / 4792
Modified B Track Head (Indoor)	2683 / 2683 2683 / 2683	3067 / 3067 3067 / 3067	3450 / 3450 3450 / 3450	3642 / 3642 3642 / 3642	3834 / 3834 3834 / 3834	4025 / 4025 4025 / 4025	4217 / 4217 4217 / 4217	4409 / 4409 4409 / 4409	4600 / 4600 4600 / 4600	4792 / 4792 4792 / 4792
Unified Basketball Head	2396 / 2492 2587 / 2683	2779 / 2875 2971 / 3067	3163 / 3259 3354 / 3450	3354 / 3450 3546 / 3642	3546 / 3642 3738 / 3834	3738 / 3834 3929 / 4025	3930 / 4026 4121 / 4217	4121 / 4217 4313 / 4409	4313 / 4409 4504 / 4600	4505 / 4601 4696 / 4792
Unified Bowling Head	2396 / 2492 2587 / 2683	2779 / 2875 2971 / 3067	3163 / 3259 3354 / 3450	3354 / 3450 3546 / 3642	3546 / 3642 3738 / 3834	3738 / 3834 3929 / 4025	3930 / 4026 4121 / 4217	4121 / 4217 4313 / 4409	4313 / 4409 4504 / 4600	4505 / 4601 4696 / 4792

G	Step 1	Step 2	Step 3	Step 4	Step 5	Step 6	Step 7	Step 8	Step 9	Step 10
Unified Basketball Assistant	2013 / 2109 2204 / 2300	2252 / 2396 2539 / 2683	2492 / 2684 2875 / 3067	2684 / 2875 3067 / 3258	2875 / 3067 3258 / 3450	3067 / 3259 3450 / 3642	3259 / 3451 3642 / 3834	3450 / 3642 3833 / 4025	3642 / 3834 4025 / 4217	3834 / 4026 4217 / 4409
Unified Bowling Assistant	2013 / 2109 2204 / 2300	2252 / 2396 2539 / 2683	2492 / 2684 2875 / 3067	2684 / 2875 3067 / 3258	2875 / 3067 3258 / 3450	3067 / 3259 3450 / 3642	3259 / 3451 3642 / 3834	3450 / 3642 3833 / 4025	3642 / 3834 4025 / 4217	3834 / 4026 4217 / 4409