Le prove multiple:

Le prove multiple a livello internazionale prevedono il decathlon per gli uomini e l'heptathlon per le donne. Le gare si svolgono su due giornate. Ad ogni gara vengono assegnati dei punteggi in base alla prestazione ottenuta (con tabelle di punteggio prestabilite). Vince l'atleta che alla fine della competizione di prove multiple ottiene la somma di punteggi più alta.

Decathlon:
prima giornata: 100m - salto in lungo - getto del peso - salto in alto - 400m
seconda giornata: 110m ostacoli - lancio del disco - salto con l'asta - tiro del giavellotto - 1'500m

Heptathlon:
prima giornata: 100m - salto in alto - getto del peso - 200m
seconda giornata: salto in lungo - tiro del giavellotto - 800m

Heptathlon per le donne
record del mondo: 7291 pti Jackie Joyner-Kersee USA 1988
record d'Europa: 7032 pti Carolina Klüft SWE 2007
record svizzero: 6265 Corinne Schneider 1985

Decathlon per gli uomini
record del mondo: 9045 Ashton Eaton USA 2015
record d'Europa: 9026 Roman Sebrle CZE 2001
record svizzero: 8244 Beat Gähwiler 1988