

Historique des records du Québec en plein air

(au 30 novembre 2022)

Femmes F55-59

100 mètres

Record	Athlète	Club	Naissance	Lieu du record	Date du record	Longévité
16,53	Yasmina Redjouani	VAIN	1951	Adélaïde (AUS)	24 mars 2007	10 ans 2 mois 23 jours
16,48 (1.5)	Martine Fréchette	LAVI	1962	Sherbrooke, QC	16 juin 2017	5 ans 1 mois 21 jours
15,46 (-2.4)	Josée Falcon	IND	1967	Toronto, ON	6 août 2022	3 mois 24 jours

200 mètres

Record	Athlète	Club	Naissance	Lieu du record	Date du record	Longévité
34,39	Yasmina Redjouani	VAIN	1951	Adélaïde (AUS)	22 mars 2007	15 ans 8 mois 8 jours

400 mètres

Record	Athlète	Club	Naissance	Lieu du record	Date du record	Longévité
1:17,33	Yasmina Redjouani	VAIN	1951	New York, NY (USA)	30 août 2011	11 ans 3 mois

800 mètres

Record	Athlète	Club	Naissance	Lieu du record	Date du record	Longévité
2:58,20	Yasmina Redjouani	VAIN	1951	New York, NY (USA)	1 septembre 2011	11 ans 2 mois 29 jours

1 500 mètres

Record	Athlète	Club	Naissance	Lieu du record	Date du record	Longévité
5:46,44	Thérèse Hérard	CALO	1957	Québec, QC	19 juillet 2015	11 mois 6 jours
5:43,20	Thérèse Hérard	CALO	1957	Sainte-Thérèse, QC	25 juin 2016	6 ans 5 mois 5 jours

3 000 mètres

Record	Athlète	Club	Naissance	Lieu du record	Date du record	Longévité
12:31,31	Thérèse Hérard	CALO	1957	Montréal, QC	8 juillet 2015	7 ans 4 mois 22 jours

5 000 mètres

Record	Athlète	Club	Naissance	Lieu du record	Date du record	Longévité
21:16,69	Thérèse Hérard	CALO	1957	Québec, QC	19 juillet 2015	7 ans 4 mois 11 jours

5 km route

Record	Athlète	Club	Naissance	Lieu du record	Date du record	Longévité
18:46	Diane Légaré	IND	1951	Montréal, QC	16 août 2006	16 ans 3 mois 14 jours

10 000 mètres

Record	Athlète	Club	Naissance	Lieu du record	Date du record	Longévité
49:54,24	Yasmina Redjouani	VAIN	1951	Vancouver, CB	2 août 2009	13 ans 3 mois 28 jours

10 km route

Record	Athlète	Club	Naissance	Lieu du record	Date du record	Longévité
38:50	Diane Légaré		1951	Ottawa, ON	7 octobre 2006	16 ans 1 mois 23 jours

15 km route

Record	Athlète	Club	Naissance	Lieu du record	Date du record	Longévité
1:00:38	Diane Légaré		1951	Schenectady, NY (USA)	11 novembre 2007	15 ans 19 jours

Demi Marathon

Record	Athlète	Club	Naissance	Lieu du record	Date du record	Longévité
1:34:13	Sylviane Puntous	IND	1960	Longueuil, QC	22 mai 2016	6 ans 6 mois 8 jours

Marathon

Record	Athlète	Club	Naissance	Lieu du record	Date du record	Longévité
3:18:01	Louise Voghel	CSEM	1954	Philadelphie, PA (USA)	20 novembre 2010	12 ans 10 jours

1 500 mètres marche

Record	Athlète	Club	Naissance	Lieu du record	Date du record	Longévité
8:46,05	Nicole Bégin	KMSL	1959	Toronto, ON	12 juillet 2014	4 ans 11 mois 23 jours
8:38,86	Line Falcon	VAIN	1964	Sainte-Thérèse, QC	5 juillet 2019	3 ans 4 mois 25 jours

Mille marche

Record	Athlète	Club	Naissance	Lieu du record	Date du record	Longévité
9:59,06	Nicole Bégin	VAIN	1959	Sainte-Thérèse, QC	6 juin 2018	4 ans 2 mois 7 jours
9:23,13	Line Falcon	PLUS	1964	Sainte-Thérèse, QC	13 août 2022	3 mois 17 jours

3 000 mètres marche

Record	Athlète	Club	Naissance	Lieu du record	Date du record	Longévité
19:25,16	Carole Bolduc	PLUS	1965	Sherbrooke, QC	11 juillet 2021	10 mois 18 jours
18:15,93	Line Falcon	PLUS	1964	Sainte-Thérèse, QC	29 mai 2022	6 mois 1 jour

5 000 mètres marche

Record	Athlète	Club	Naissance	Lieu du record	Date du record	Longévité
31:09,30	Nicole Bégin	KMSL	1959	Québec, QC	25 juillet 2014	4 ans 11 mois 12 jours
30:19,75	Line Falcon	VAIN	1964	Sainte-Thérèse, QC	7 juillet 2019	2 ans 11 mois 12 jours
30:15,46	Line Falcon	PLUS	1964	Québec, QC	19 juin 2022	5 mois 11 jours

5 km marche route

Record	Athlète	Club	Naissance	Lieu du record	Date du record	Longévité
30:29	Line Falcon	VAIN	1964	Saint-Boniface, QC	15 juin 2019	3 ans 5 mois 15 jours

10 km marche route

Record	Athlète	Club	Naissance	Lieu du record	Date du record	Longévité
1:04:21	Nicole Bégin	VAIN	1959	Malaga (ESP)	10 septembre 2018	3 ans 9 mois 23 jours
1:03:23	Line Falcon	PLUS	1964	Tampere (FIN)	3 juillet 2022	4 mois 27 jours

20 km marche route

Record	Athlète	Club	Naissance	Lieu du record	Date du record	Longévité
2:31:04	Marlène Bouillon	PLUS	1965	Ottawa, ON	2 octobre 2022	1 mois 28 jours

Saut à la perche

Record	Athlète	Club	Naissance	Lieu du record	Date du record	Longévité
2,29 m	Jutta Riegel	SHER	1940	Sherbrooke, QC	11 juillet 1999	23 ans 4 mois 19 jours

Triple saut

Record	Athlète	Club	Naissance	Lieu du record	Date du record	Longévité
7,76 m	Jutta Riegel		1940	Hamilton, ON	24 juin 1995	27 ans 5 mois 6 jours

Lancer du poids (3 kg)

Record	Athlète	Club	Naissance	Lieu du record	Date du record	Longévité
10,50 m	Beryl Rodrigues		1951	Saint-Jean, NB	28 juillet 2007	15 ans 4 mois 2 jours

Lancer du disque (1 kg)

Record	Athlète	Club	Naissance	Lieu du record	Date du record	Longévité
22,06 m	Beryl Rodrigues		1951	Saint-Jean, NB	28 juillet 2007	15 ans 4 mois 2 jours

Lancer du marteau (3 kg)

Record	Athlète	Club	Naissance	Lieu du record	Date du record	Longévité
19,37 m	Guylène Thériault	GATI	1965	Longueuil, QC	15 octobre 2022	1 mois 15 jours

Lancer du javelot (500 g)

Record	Athlète	Club	Naissance	Lieu du record	Date du record	Longévité
32,60 m	Beryl Rodrigues		1951	Saint-Jean, NB	28 juillet 2007	15 ans 4 mois 2 jours

Pentathlon de lancers

Record	Athlète	Club	Naissance	Lieu du record	Date du record	Longévité
1690 points	Guylène Thériault	GATI	1965	Longueuil, QC	15 octobre 2022	1 mois 15 jours