

Meilleures performances québécoises féminines sur route par épreuves et groupes d'âge

En rouge: record canadien

Comité des records - Octobre 2019

Épreuve	Groupe d'âge	Performance	Athlète	Année de naissance	Club	Date du record	Lieu
5 km	U23 (Espoir)	15:19	Émilie Mondor	1981	Montréal Olympique	13 avr. 2003	Carlsbad, CA (USA)
	Senior	15:16	Émilie Mondor	1981	Montréal Olympique	24 oct. 2004	Chula Vista, CA (USA)
	Vétéran 35-39	17:04	Diane Légaré	1951	Les Vainqueurs	5 oct. 1986	St-Léonard, QC
	Vétéran 40-44	17:07	Myriam Grenon	1968	Les Vainqueurs	19 août 2012	Brossard, QC
	Vétéran 45-49	17:08	Diane Légaré	1951	Indépendante	13 août 1997	Montréal, QC
	Vétéran 50-54	17:54	Diane Légaré	1951	Indépendante	13 oct. 2001	Rochester, MA (USA)
	Vétéran 55-59	18:46	Diane Légaré	1951	Indépendante	16 août 2006	Montréal, QC
	Vétéran 60-64	19:43	Diane Légaré	1951	Indépendante	22 mai 2011	Brossard, QC
	Vétéran 65-69	21:16	Diane Légaré	1951	Indépendante	27 août 2016	Vancouver, CB
	Vétéran 70-74	26:41	Diana Smith		Indépendante	17 août 2016	Montréal, QC
	Vétéran 75-79	27:32	Alice Cole	1933	Indépendante	18 oct. 2009	Montréal, QC
	Vétéran 80-84	28:38	Alice Cole	1933	Coubertin	12 avr. 2015	Montréal, QC

Meilleures performances québécoises féminines sur route par épreuves et groupes d'âge

En rouge: record canadien

Comité des records - Octobre 2019

Épreuve	Groupe d'âge	Performance	Athlète	Année de naissance	Club	Date du record	Lieu
10 km	Senior	31:10	Émilie Mondor	1981	Montréal Olympique	18 avr. 2004	Vancouver, CB
	Vétéran 35-39	33:27	Jacqueline Gareau	1953	Indépendante	10 avr. 1988	Boston, MA (USA)
	Vétéran 40-44	35:19	Jacqueline Gareau	1953	Indépendante	8 mai 1993	Ottawa, ON
	Vétéran 45-49	35:49	Diane Légaré	1951	Indépendante	10 sept. 2000	Montréal, QC
	Vétéran 50-54	36:30	Diane Légaré	1951	Indépendante	17 juin 2001	Québec, QC
	Vétéran 55-59	38:35	Diane Légaré	1951	Indépendante	9 sept. 2007	Montréal, QC
	Vétéran 60-64	41:42	Diane Légaré	1951	Indépendante	10 juil. 2011	Brossard, QC
	Vétéran 65-69	44:50	Diane Légaré	1951	Indépendante	15 oct. 2017	Montréal, QC
	Vétéran 70-74	53:11	Diana Smith		Indépendante	16 oct. 2016	Montréal, QC
	Vétéran 75-79	53:20	Gladys Kavalec	1937	Indépendante	12 mai 2013	Châteauguay, QC

Meilleures performances québécoises féminines sur route par épreuves et groupes d'âge

En rouge: record canadien

Comité des records - Octobre 2019

Épreuve	Groupe d'âge	Performance	Athlète	Année de naissance	Club	Date du record	Lieu
Demi-marathon	Senior	1:12:29	Carole Rouillard	1960	Montréal Olympique	5 déc. 1987	Orlando, FL (USA)
	Vétéran 35-39	1:13:08	Jacqueline Gareau	1953	Indépendante	29 juil. 1989	Québec, QC
	Vétéran 40-44	1:19:00	Isabelle Ledroit	1966	Les Vainqueurs	9 sept. 2007	Montréal, QC
	Vétéran 45-49	1:19:04	Diane Légaré	1951	Indépendante	24 sept. 2000	Toronto, ON
	Vétéran 50-54	1:22:08	Diane Légaré	1951	Indépendante	23 sept. 2001	Toronto, ON
	Vétéran 55-59	1:34:13	Sylviane Puntous	1960	Indépendante	22 mai 2016	Longueuil, QC
	Vétéran 60-64	1:37:38	Hélène Grenon	1952	Indépendante	24 août 2014	Québec, QC
	Vétéran 65-69	1:41:03	Hélène Grenon	1952	Indépendante	6 mai 2018	Lévis, QC
	Vétéran 70-74	1:59:02	Patricia Dudar	1947	Indépendante	29 oct. 2017	Blainville, QC
	Vétéran 75-79	2:42:09	Gladys Kavalec	1937	Indépendante	25 mai 2014	Ottawa, ON
Vétéran 80-84	3:10:59	Gladys Kavalec	1937	Indépendante	28 mai 2017	Ottawa, ON	

Meilleures performances québécoises féminines sur route par épreuves et groupes d'âge

En rouge: record canadien

Comité des records - Octobre 2019

Épreuve	Groupe d'âge	Performance	Athlète	Année de naissance	Club	Date du record	Lieu
Marathon	Senior	2:29:28	Jacqueline Gareau	1953	Indépendante	23 avr. 1983	Boston, MA (USA)
	Vétéran 35-39	2:35:35	Carole Rouillard	1960	Indépendante	7 mai 1995	Toronto, ON
	Vétéran 40-44	2:47:50	Maryse Nault	1972	Indépendante	20 oct. 2013	Toronto, ON
	Vétéran 45-49	2:54:41	Louise Voghel	1954	Indépendante	14 mai 2000	Ottawa, ON
	Vétéran 50-54	2:58:56	Louise Voghel	1954	Indépendante	18 avr. 2005	Boston, MA (USA)
	Vétéran 55-59	3:13:23	Louise Voghel	1954	Enduromax	24 oct. 2010	Niagara Falls, ON
	Vétéran 60-64	3:15:09	Louise Voghel	1954	Boréal	28 août 2016	Québec, QC
	Vétéran 65-69	3:40:34	Hélène Grenon	1952	Indépendante	27 mai 2018	Ottawa, ON

Meilleures performances québécoises masculines sur route par épreuves et groupes d'âge

En rouge: record canadien

Comité des records - Octobre 2019

Épreuve	Groupe d'âge	Performance	Athlète	Année de naissance	Club	Date du record	Lieu
5 km	Senior	13:55	Paul Morrison	1980	C.A. de Sherbrooke	11 sept. 2005	Providence, RI (USA)
	Vétéran 35-39	14:53	David Le Porho	1977	C.A. de Sherbrooke	7 sept. 2014	Toronto, ON
	Vétéran 40-44	15:10	Terry Gehl	1969	Indépendant	6 juin 2010	Québec, QC
	Vétéran 45-49	15:50	Joël Bourgeois	1971	Indépendant	15 avr. 2018	Québec, QC
	Vétéran 50-54	16:18	Louis-Philippe Garnier	1964	Vikings	12 août 2015	Montréal, QC
	Vétéran 55-59	17:40	Malcolm Balk	1954	Indépendant	10 avr. 2011	Montréal, QC
	Vétéran 60-64	18:38	Marc Corcoran	1952	Indépendant	12 avr. 2015	Québec, QC
	Vétéran 65-69	20:15	Jean-Claude St-Pierre	1951	Indépendant	23 avr. 2017	Québec, QC
	Vétéran 70-74	21:44	Jean-Guy Ducharme	1941	Indépendant	18 sept. 2011	Vaudreuil-Dorion, QC
	Vétéran 75-79	23:21	Jean-Guy Ducharme	1941	Les Riverains	16 oct. 2016	Montréal, QC
	Vétéran 80-84	25:17	Jean Bernaquez	1932	Indépendant	13 mai 2012	Saint-Hyacinthe, QC
Vétéran 85-89	31:40	Jean Bernaquez	1932	Indépendant	15 oct. 2017	Montréal, QC	

Meilleures performances québécoises masculines sur route par épreuves et groupes d'âge

En rouge: record canadien

Comité des records - Octobre 2019

Épreuve	Groupe d'âge	Performance	Athlète	Année de naissance	Club	Date du record	Lieu
10 km	Senior	28:44	Philippe Laheurte	1957	Indépendante	23 mai 1982	St. Catharines, ON
	Vétéran 35-39	30:40	David Le Porho	1977	C.A. de Sherbrooke	14 sept. 2014	Québec, QC
	Vétéran 40-44	31:25	David Le Porho	1977	C.A. de Sherbrooke	14 oct. 2018	Rennes (FRA)
	Vétéran 45-49	32:57	Terry Gehl	1969	Les Vainqueurs	13 avr. 2014	Toronto, ON
	Vétéran 50-54	34:13	Louis-Philippe Garnier	1964	Vikings	30 août 2015	Québec, QC
	Vétéran 55-59	37:01	Jacques Papillon	1961	Indépendante	4 juin 2017	Québec, QC
	Vétéran 60-64	38:53	Marc Corcoran	1952	Indépendante	14 sept. 2014	Québec, QC
	Vétéran 65-69	39:48	Robert Giguère	1928	Indépendante	11 sept. 1994	Québec, QC
	Vétéran 70-74	41:48	Robert Giguère	1928	Indépendante	26 sept. 1999	Québec, QC
	Vétéran 75-79	49:37	Jean-Guy Ducharme	1941	Indépendante	18 sept. 2016	Vaudreuil-Dorion, QC
	Vétéran 80-84	56:05	Michel Jobin	1935	Course à pied Université Laval	10 sept. 2017	Québec, QC
Vétéran 85-89	1:29:30	Rolland Michaud	1921	Les Vainqueurs	1 juil. 2007	Montréal, QC	

Meilleures performances québécoises masculines sur route par épreuves et groupes d'âge

En rouge: record canadien

Comité des records - Octobre 2019

Épreuve	Groupe d'âge	Performance	Athlète	Année de naissance	Club	Date du record	Lieu
Demi-marathon	Senior	1:03:14	Mustapha Bennacer	1977	McGill Olympic Club	23 juin 2003	Vancouver, CB
	Vétéran 35-39	1:07:49	David Le Porho	1977	C.A. de Sherbrooke	16 mars 2014	New York, NY (USA)
	Vétéran 40-44	1:10:00	Baghdad Rachem	1977	Enduromax	22 avr. 2018	Montréal, QC
	Vétéran 45-49	1:13:00	Richard Cartier	1961	Indépendante	22 oct. 2006	Niagara Falls, ON
	Vétéran 50-54	1:15:25	Gérard Leclerc	1961	Indépendante	28 avr. 2013	Montréal, QC
	Vétéran 55-59	1:16:34	Réjean Bourgoïn	1957	Godasses du Nord	11 mai 2013	Saint-Jérôme, QC
	Vétéran 60-64	1:23:47	Dany Galarneau	1958	La Foulée	22 sept. 2019	Montréal, QC
	Vétéran 65-69	1:30:06	André Naud	1950	Milpat	27 août 2017	Québec, QC
	Vétéran 70-74	1:34:25	Pierre Gauthier	1946	Jakours	23 avr. 2017	Montréal, QC
	Vétéran 75-79	1:50:34	Michel Jobin	1935	Course à pied Université Laval	17 mai 2015	Baie-Saint-Paul, QC
	Vétéran 80-84	2:05:37	Michel Jobin	1935	Course à pied Université Laval	5 juil. 2017	Lévis, QC

Meilleures performances québécoises masculines sur route par épreuves et groupes d'âge

En rouge: record canadien

Comité des records - Octobre 2019

Épreuve	Groupe d'âge	Performance	Athlète	Année de naissance	Club	Date du record	Lieu
Marathon	Senior	2:14:19	Alain Bordeleau	1956	Regina Mundi	13 mai 1984	Ottawa, ON
	Vétéran 35-39	2:19:37	David Le Porho	1977	C.A. de Sherbrooke	6 déc. 2015	Sacramento, CA (USA)
	Vétéran 40-44	2:23:28	Christian Mercier	1974	Indépendante	19 oct. 2014	Toronto, ON
	Vétéran 45-49	2:31:48	Michel Lavoie	1961	Indépendante	22 oct. 2006	Niagara Falls, ON
	Vétéran 50-54	2:34:30	Michel Lavoie	1961	Indépendante	6 mai 2012	Mississauga, ON
	Vétéran 55-59	2:45:21	Gérard Leclerc	1961	Indépendante	22 oct. 2017	Saint-Jérôme, QC
	Vétéran 60-64	3:01:41	Robert Bériau	1957	Indépendante	22 oct. 2017	Saint-Jérôme, QC
	Vétéran 65-69	3:17:49	Gilles Lacasse	1946	Indépendante	25 mai 2014	Ottawa, ON
	Vétéran 70-74	3:40:02	Gilles Lacasse	1946	Indépendante	27 mai 2018	Ottawa, ON
	Vétéran 75-79	4:12:32	Napoléon Boivin	1940	Indépendante	28 août 2016	Québec, QC
Vétéran 80-84	6:20:20	Rolland Michaud	1921	Les Vainqueurs	26 août 2001		