

# Normes 2021

## Niveau ESPOIRS PROVINCIAUX - Femmes

*Si le nombre d'athlètes ayant atteint les normes ci-dessous est inférieur à 63, la FQA comblera les places vacantes avec les athlètes qui s'en seront le plus rapprochées jusqu'à l'atteinte du quota de 63 places pour le niveau Espoirs Provinciaux chez les femmes.*

	15 ans et -	16 ans	17 ans	18 ans	19 ans
<b>100m</b>	12.96	12.87	12.78	12.59	12.42
<b>200m</b>	26.72	26.52	26.32	25.91	25.53
<b>400m</b>	43.77 (300m)	1:01.36	1:00.75	59.53	58.43
<b>100m haies</b>	12.94 (80mH)	15.37 (30")	15.20 (30")	15.16 (33")	14.82 (33")
<b>400m haies</b>	29.54 (200mH)	1:08.48 (30")	1:07.74 (30")	1:06.26 (30")	1:04.93 (30")
<b>Steeple</b>	5:13.24 (1500m)	7:32.89 (2000m)	7:27.71 (2000m)	11:33.62 (3000m)	11:16.47 (3000m)
<b>800m</b>	2:23.82	2:22.65	2:21.48	2:19.13	2:16.77
<b>1500m</b>	3:49.27 (1200m)	4:55.17	4:52.56	4:47.34	4:42.31
<b>3000m</b>	6:52.04 (2000m)	10:43.63	10:37.78	10:26.07	10:14.80
<b>5000m</b>	-	-	-	18:02.62	17:41.91
<b>Marche</b>	7:49.89 (1500m)	16:58.50 (3000m)	16:35.50 (3000m)	57:43 (10km)	55:39 (10km)
<b>Hauteur</b>	1.52	1.54	1.56	1.60	1.63
<b>Perche</b>	2.87	2.95	3.03	3.20	3.33
<b>Longueur</b>	5.04	5.12	5.20	5.37	5.49
<b>Triple saut</b>	10.42	10.61	10.80	11.18	11.49
<b>Poids</b>	10.86 (3kg)	11.18 (3kg)	11.50 (3kg)	10.53 (4kg)	11.12 (4kg)
<b>Disque</b>	29.80 (1kg)	31.15 (1kg)	32.50 (1kg)	35.20 (1kg)	37.34 (1kg)
<b>Marteau</b>	41.12 (3kg)	42.88 (3kg)	44.64 (3kg)	41.71 (4kg)	44.38 (4kg)
<b>Javelot</b>	32.35 (500g)	34.09 (500g)	35.83 (500g)	35.90 (600g)	38.02 (600g)
<b>Heptathlon</b>	2771 (PENT)	3923 (Juv)	4062 (Juv)	4191 (Jr)	4421 (Jr)