

# Normes 2022

## 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>	13.10	13.01	12.91	12.72	12.55
<b>200m</b>	27.02	26.82	26.61	26.20	25.81
<b>400m</b>	44.31 (300m)	1:02.13	1:01.51	1:00.28	59.16
<b>100m haies</b>	13.12 (80mH)	15.59 (30")	15.41 (30")	15.37 (33")	15.05 (33")
<b>400m haies</b>	29.96 (200mH)	1:09.45 (30")	1:08.70 (30")	1:07.20 (30")	1:05.86 (30")
<b>Steeple</b>	5:18.62 (1500m)	7:39.48 (2000m)	7:34.22 (2000m)	11:49.39 (3000m)	11:39.54 (3000m)
<b>800m</b>	2:25.54	2:24.36	2:23.15	2:20.78	2:18.40
<b>1500m</b>	3:52.16 (1200m)	4:58.97	4:56.34	4:51.04	4:45.96
<b>3000m</b>	6:57.57 (2000m)	10:52.61	10:46.59	10:34.66	10:23.25
<b>5000m</b>	-	-	-	18:20.61	18:03.42
<b>Marche</b>	7:57.44 (1500m)	17:15.25 (3000m)	16:52.00 (3000m)	58:37 (10km)	56:31 (10km)
<b>Hauteur</b>	1.50	1.52	1.54	1.58	1.61
<b>Perche</b>	2.79	2.87	2.95	3.12	3.25
<b>Longueur</b>	4.93	5.01	5.09	5.26	5.38
<b>Triple saut</b>	10.17	10.36	10.55	10.93	11.24
<b>Poids</b>	10.46 (3kg)	10.78 (3kg)	11.10 (3kg)	10.13 (4kg)	10.72 (4kg)
<b>Disque</b>	28.43 (1kg)	29.79 (1kg)	31.15 (1kg)	33.85 (1kg)	35.99 (1kg)
<b>Marteau</b>	39.58 (3kg)	41.33 (3kg)	43.09 (3kg)	40.15 (4kg)	42.84 (4kg)
<b>Javelot</b>	31.01 (500g)	32.73 (500g)	34.47 (500g)	34.56 (600g)	36.66 (600g)
<b>Heptathlon</b>	2677 (PENT)	3791 (Juv)	3932 (Juv)	4060 (Jr)	4291 (Jr)