

Records du Québec en plein air - Femmes 35-39 ans

Comité des records - Octobre 2020

Épreuve	Performance	Vent	Nom	Date de naissance	Club	Date du record	Lieu
100 m	11,73	1,4	Martine Cloutier-Leblanc	1980		17 juin 2016	San Marcos, TX (USA)
200 m	24,80	1,5	Martine Cloutier-Leblanc	1980		17 juin 2016	San Marcos, TX (USA)
400 m	57,82		Renée Bélanger	1962	Rouge et Or	7 août 1999	Gateshead (GBR)
800 m	2:09,38		Renée Bélanger	1962	Rouge et Or	29 juil. 1999	Gateshead (GBR)
1500 m	4:32,36		Julie Lajeunesse	1980	Fleur de Lys	11 juin 2016	Longueuil, QC
Mille	<i>Recherche en cours</i>						
3000 m	10:04,3		Diane Légaré	1951	Les Vainqueurs	8 août 1986	Montréal, QC
5000 m	17:47,78		Julie Lajeunesse	1980		25 juin 2016	Sainte-Thérèse, QC
10 000 m	35:32,47		Diane Légaré	1951	Les Vainqueurs	31 juil. 1987	Ottawa, ON
100 m haies (33 po)	18,96	1,9	Sonia Lévesque	1977	C. A. Vaudreuil-Dorion	27 mai 2017	Montréal, QC
400 m haies (30 po)	1:15,57		Sonia Lévesque	1977	C.A. Soulanges	13 août 2017	Toronto, ON
2000 m steeple (30 po)	<i>Recherche en cours</i>						
1500 m marche	<i>Recherche en cours</i>						
3000 m marche	<i>Recherche en cours</i>						
5000 m marche	<i>Recherche en cours</i>						
10 000 m marche	<i>Recherche en cours</i>						

Records du Québec en plein air - Femmes 35-39 ans

Comité des records - Octobre 2020

Épreuve	Performance	Vent	Nom	Date de naissance	Club	Date du record	Lieu
Hauteur	<i>Recherche en cours</i>						
Perche	3,10 m		Émilie Lefebvre-Bertrand	1983	Montréal-International	7 juil. 2019	Sainte-Thérèse, QC
Longueur	3,77 m	-2,2	Monia Touchette	1982	Lanaudière-Olympique	17 juil. 2019	Longueuil, QC
Triple saut	<i>Recherche en cours</i>						
Poids (4 kg)	11,21 m		Dominique Bilodeau	1979	C.A. de Gatineau	13 juil. 2014	Toronto, ON
Disque (1 kg)	30,51 m		Nathalie Dumont	1969	?	30 juin 2005	Québec, QC
Javelot (600 g)	40,99 m		Dominique Bilodeau	1979	C.A. de Gatineau	14 juin 2014	Sherbrooke, QC
Marteau (4 kg)	38,35 m		Émilie Rochefort	2000	C.A. Rive-Sud	15 août 2020	Sherbrooke, QC
Pentathlon	<i>Recherche en cours</i>						
Heptathlon	<i>Recherche en cours</i>						

Meilleures performances québécoises (MPQ) en plein air - Femmes 35-39 ans

Comité des records - Octobre 2020

Épreuve	Performance	Vent	Nom	Date de naissance	Club	Date du record	Lieu
5 km	17:04		Diane Légaré	1951	Les Vainqueurs	5 oct. 1986	St-Léonard, QC
10 km	33:27		Jacqueline Gareau	1953		10 avr. 1988	Boston, MA (USA)
Demi-marathon	1:13:08		Jacqueline Gareau	1953		29 juil. 1989	Québec, QC
Marathon	2:35:35		Carole Rouillard	1960		7 mai 1995	Toronto, ON
5 km marche	30:53		Mélissa Labrie	1984	Vainqueurs Plus	26 sept. 2020	Saint-Boniface, QC
10 km marche	56:42		Évane Michoux	1983	Les Vainqueurs	29 mars 2019	Torun (POL)