

# Normes 2019

## Niveau ESPOIRS PROVINCIAUX - Hommes

	17 ans et -	18 ans	19 ans
100m	11,40	11,18	11,00
200m	23,24	22,80	22,37
400m	52,55	51,36	50,35
110m haies	15,34 (36")	15,34 (39")	14,99 (39")
400m haies	59,32 (33")	57,47 (36")	56,20 (36")
Steeple	6:23,55 (2000m)	9:39,54 (3000m)	9:25,40 (3000m)
800m	2:01,51	1:58,63	1:55,82
1500m	4:12,27	4:05,81	3:59,79
3000m	9:09,87	8:51,93	8:38,07
5000m	-	15:30,52	15:04,96
Marche	14:42,75 (3000m)	50:32 (10km)	48:51 (10km)
Hauteur	1,85	1,91	1,96
Perche	3,98	4,19	4,41
Longueur	6,36	6,62	6,81
Triple saut	13,20	13,59	14,01
Poids	13,00 (5kg)	13,16 (6kg)	14,24 (6kg)
Disque	40,00 (1,5kg)	40,39 (1,75kg)	43,48 (1,75kg)
Marteau	49,05 (5kg)	49,55 (6kg)	53,97 (6kg)
Javelot	48,23 (700g)	50,58 (800g)	54,40 (800g)
Décathlon	5309 (Juv)	5515 (Jr)	5943 (Jr)