



Normes cadres FLA

valables du 01.11.19 au
31.10.20

Procédure pour l'établissement des normes

- Références : normes internationales (JPEE, U23EM, EM, WM)

HOMMES											
OUTDOOR	Cadre Jun	Cadre Nat B			Cadre Nat A			Cadre International			
	U20	B1	B2	B3	A1	A2	A3	Int1	Int2	Int3	Int4
		Jpee 2019			U23 2019			EM 20			WM 19

+2,5 %

Écart égal

Cadres de référence :

B1 = JPEE,

A1 = U23EM,

Int1 = EM,

Int4 = WM

Auparavant

- Disciplines “Jeunes”: pas de norme au-delà du cadre U20 : pas accès aux cadres national et international

EX : haies juniors, lancers juniors avec des poids différents, et épreuves multiples

version 09.10.2018

	U20	Nat B			Nat A			International			
		<i>Jpee 2019</i>			<i>U23 2017</i>			<i>EM 2018</i>			<i>WM 2017</i>
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
100 m	11.22	10.95	10.83	10.72	10.60	10.52	10.43	10.35	10.27	10.20	10.12
200 m	22.55	22.00	21.82	21.63	21.45	21.27	21.08	20.90	20.75	20.59	20.44
400 m	59.12	48.90	48.55	48.20	47.85	47.47	47.08	46.70	46.30	45.90	45.50
110 m H 914 cm	14.90										
110 m H 991 cm	14.90										
110 m H 1067 cm	15.17	14.80	14.70	14.60	14.50	14.28	14.07	13.85	13.73	13.60	13.48
400 m H 840 cm	57.30										
400 m H 914 cm	55.35	54.00	53.47	52.93	52.40	51.83	51.27	50.70	50.25	49.80	49.35
800 m	1:55.83	1:53.00	1:51.60	1:50.20	1:48.80	1:48.40	1:48.00	1:47.60	1:47.03	1:46.47	1:45.00
Marteau 5 kg	60.45										
Marteau 6 kg	60.45										
Marteau 7.26 kg	59.96	61.50	62.17	62.83	63.50	67.00	70.50	74.00	74.67	75.33	76.00
Décathlon Cadets	6250										
Décathlon Juniors	6700										
Décathlon Seniors	6533	6700	6867	7033	7200	7417	7633	7850	7933	8017	8100

Solution normes manquantes disciplines “jeunes”

- Solution : prendre les mêmes références que chez les seniors

Norme internationale de référence existante

Norme internationale de référence non existante

OUTDOOR	Cadre Jun	Cadre Nat B			Cadre Nat A			Cadre International			
	U20	B1	B2	B3	A1	A2	A3	Int1	Int2	Int3	Int4
		<i>Jpee 2019</i>			<i>U23 2019</i>			<i>EM 20</i>			<i>WM 19</i>
110m H 914	15"17	14"80	14"72	14"63	14"55	14"33	14"11	13"90	13"76	13"61	13"46
110m H 991	15"17	14"80	14"72	14"63	14"55	14"33	14"11	13"80	13"76	13"61	13"46
110m H 1067	15"17	14"80	14"72	14"63	14"55	14"33	14"11	13"90	13"76	13"61	13"46
400m H 840	55"35	54"00	53"50	53"00	52"50	51"89	51"31	50"70	50"24	49,78	49"30
400m H 914	55"35	54"00	53"50	53"00	52"50	51"89	51"31	50"70	50"24	49,78	49"30
Marteau 5 kg	59,96	61,50	62,73	63,84	65,00	68,14	71,33	74,45	74,97	75,49	76,00
Marteau 6 kg	59,96	61,50	62,73	63,84	65,00	68,14	71,33	74,45	74,97	75,49	76,00
Marteau 7 kg	59,96	61,50	62,73	63,84	65,00	68,14	71,33	74,45	74,97	75,49	76,00
Décathlon Cadets	6446	6680	6890	7093	7300	7484	7672	7850	7970	8086	8200
Décathlon Juniors	6446	6680	6890	7093	7300	7484	7672	7850	7970	8086	8200
Décathlon Seniors	6446	6680	6890	7093	7300	7484	7672	7850	7970	8086	8200

Références int. senior manquantes : base sur moyenne points IAAF (voir prochain slide)

Références internationales manquantes épreuves sur route (semi, marathon, marche...)

- Ou que certaines (WM, U23EM)

OUTDOOR	Cadre Jun	Cadre Nat B			Cadre Nat A			Cadre International			
	U20	B1	B2	B3	A1	A2	A3	Int1	Int2	Int3	Int4
		<i>Jpee 2019</i>			<i>U23 2019</i>			<i>EM 20</i>			<i>WM 19</i>
1/2 Marathon	NC	1h06'50"	1h06'25"	1h06'03"	1h04'45"	1h05'15"	1h04'53"	1h03'59"	1h04'06"	1h03'43"	1h03'20"
Marathon	NC	2h24'04"	2h23'08"	2h22'16"	2h19'17"	2h20'26"	2h19'35"	2h17'29"	2h17'47"	2h16'53"	2h16'00"
10000m marche	46'41"00	45'05"00	44'24"00	43'45"00	43'06"00	42'24"00	41'45"00	41'04"00	40'46"00	40'29"00	1h22:30
20km marche	NC	1h33'07"	1h31'46"	1h30'16"	1h29'07"	1h27'43"	1h26'23"	1h25'00"	1h24'12"	1h23'20"	1h22:30
50km marche	NC	4h32'22"	4h27'31"	4h22'43"	4h18'00"	4h14'35"	4h11'22"	4h08'00"	4h05'02"	4h02'05"	3h59:00

Norme internationale de référence existante

Norme internationale de référence non existante

Références internationales manquantes épreuves sur route (semi, marche...)

- Solution :

1. Utilisation de la Scoring Table de l'IAAF pour valoriser les performances et pouvoir comparer les disciplines entre elles
2. Calcul d'une moyenne par famille d'épreuves et par cadre de référence
3. Calcul de la moyenne générale
4. Application de la moyenne générale pour les disciplines sans référence internationale

1. Utilisation de la Scoring Table de l'IAAF pour valoriser les performances et pouvoir comparer les disciplines entre elles

Scoring Tables of Athletics

Tables de cotation d'Athlétisme



2017
Revised Edition
Édition mise à jour

OUTDOOR	International							
	Int1		Int2		Int3		Int4	
	EM 20	pts IAAF	Perf	Pts IAAF	Perf	Pts IAAF	WM 19	pts IAAF
100m	11"44	1106	11"37	1120	11"31	1134	11"24	1148
200m	23"35	1099	23"24	1110	23"13	1121	23"02	1132
400m	52"65	1102	52"35	1113	52"10	1123	51"80	1134
100m H 762	13"30	1109	13"20	1123	13"10	1138	12"98	1152
100m H 840	13"30	1109	13"20	1123	13"10	1138	12"98	1152
400m H 762	57"95	1083	57"27	1103	56"65	1122	56"00	1142
		1100		1114		1128		1142

Points	100m	100mH	200m	300m	400m
1100	-	13.37	23.34	37.35	52.69
1099	11.47	13.38	23.35	37.37	52.72
1098	-	13.39	23.36	37.39	52.74
1097	11.48	-	23.37	37.41	52.77
1096	-	13.40	23.39	37.43	52.80
1095	11.49	13.41	23.40	37.44	52.82
1094	-	13.42	23.41	37.46	52.85
1093	11.50	-	23.42	37.48	52.88
1092	-	13.43	23.43	37.50	52.90
1091	11.51	13.44	23.44	37.52	52.93

2. Calcul d'une moyenne par famille d'épreuves et par cadre de référence

EX. : sprint femmes outdoor

OUTDOOR	U20		B1		B2		B3		A1		A2		A3		Int1		Int2		Int3		Int4	
	Perf	Pts IAAF	Jpee 2019	pts IAAF	Perf	Pts IAAF	Perf	Pts IAAF	U23 2019	pts IAAF	Perf	Pts IAAF	Perf	Pts IAAF	EM 20	pts IAAF	Perf	Pts IAAF	Perf	Pts IAAF	WM 19	pts IAAF
100m	12"61	874	12"30	933	12"17	959	12"04	985	11"90	1011	11"75	1043	11"60	1074	11"44	1106	11"37	1120	11"31	1134	11"24	1148
200m	25"73	876	25"10	933	24"88	953	24"66	973	24"45	993	24"08	1028	23"71	1064	23"35	1099	23"24	1110	23"13	1121	23"02	1132
400m	58"12	900	56"70	952	56"13	972	55"55	993	55"00	1013	54"20	1043	53"43	1072	52"65	1102	52"35	1113	52"10	1123	51"80	1134
100m H 762	14"81	918	14"45	962	114"33	977	14"22	991	14"10	1006	13"83	1040	13"56	1075	13"30	1109	13"20	1123	13"10	1138	12"98	1152
100m H 840	14"81	918	14"45	962	114"33	977	14"22	991	14"10	1006	13"83	1040	13"56	1075	13"30	1109	13"20	1123	13"10	1138	12"98	1152
400m H 762	63"86	912	62"30	955	61"80	970	61"27	985	60"75	1000	59"79	1028	58"87	1055	57"95	1083	57"27	1103	56"65	1122	56"00	1142
Moyenne par cadre :	900		947		966		985		1005		1036		1068		1100		1114		1128		1142	

3. Calcul de la moyenne générale

EX. Hommes outdoor B1

	U20		B1	
	Perf	Pts IAAF	Jpee 2019	pts IAAF
100m	11"22	822	10"95	901
200m	22"55	851	22"00	925
400m	50"12	851	48"90	925
110m H 914	15"17	926	14"80	926
110m H 991	15"17	926	14"80	926
110m H 1067	15"17	926	14"80	926
400m H 840	55"35	880	54"00	940
400m H 914	55"35	880	54"00	940
M Sprint				923
800m	1'55"83	867	1'53"00	942
1500m	3'58"31	875	3'52"50	945
3000m Cad & Jun	8'36"29	854	8'23"28	924
5000m	15'02"00	804	14'40"00	871
10000m	31'30"00	831	30'40"00	900
2000m stpl 0,91	6'12"49	845	5'59"46	924
3000m stpl	9'26"80	886	9'13"00	942
M Demi-fond				920

Longueur	6,92	905	7,10	943
Triple Saut	14,63	914	15,00	953
Hauteur	1,99	905	2,04	949
Perche	4,78	934	4,90	967
M Sauts				953
Poids 5 kg	16,09	889	16,50	913
Poids 6 kg	16,09	889	16,50	913
Poids 7 kg	16,09	889	16,50	913
Disque 1,5 kg	50,41	885	51,70	909
Disque 1,75 kg	50,41	885	51,70	909
Disque 2 kg	50,41	885	51,70	909
Javelot 700 g	64,25	879	65,90	902
Javelot 800 g	64,25	879	65,90	902
Marteau 5 kg	59,96	887	61,50	911
Marteau 6 kg	59,96	887	61,50	911
Marteau 7 kg	59,96	887	61,50	911
M Lancers				909

Moyenne
Générale
Cadre B1
=
924

4. Application de la moyenne générale pour les disciplines sans référence internationale

EX. Hommes outdoor B1

	U20		B1	
	Perf	Pts IAAF	Jpee 2019	Pts IAAF
1/2 Marathon	NC		1h06'50"	924
Marathon	NC		2h24'04"	924
10000m marche	46'41"00	863	45'05"00	924
20km marche	NC		1h33'07"	924
50km marche	NC		4h32'22"	924
				924
Décathlon Cadets	6446	889	6680	924
Décathlon Juniors	6446	889	6680	924
Décathlon Seniors	6446	889	6680	924

POINTING / HOMMES COURSES SUR ROUTE

HM	25 km	30 km	Marathon	100 km	Points
1:06:40	1:20:28	1:38:28	2:23:42	7:07:25	930
1:06:42	1:20:30	1:38:31	2:23:45	7:07:37	929
1:06:43	1:20:32	1:38:33	2:23:49	7:07:50	928
1:06:45	1:20:34	1:38:36	2:23:53	7:08:02	927
1:06:46	1:20:36	1:38:38	2:23:57	7:08:14	926
1:06:48	1:20:38	1:38:41	2:24:00	7:08:27	925
1:06:50	1:20:40	1:38:43	2:24:04	7:08:39	924
1:06:51	1:20:42	1:38:46	2:24:08	7:08:51	923
1:06:53	1:20:44	1:38:48	2:24:12	7:09:04	922
1:06:55	1:20:46	1:38:51	2:24:15	7:09:16	921

924

Normes Indoor

- Références internationales (EM, WM, JPEE indoor)
- Manque : références pour cadre A1 (U23 EM) pour courses
- Solution : même moyenne de points IAAF par discipline
- EX: sprint femmes

OUTDOOR	A1	
	U23 2019	pts IAAF
100m	11"90	1011
200m	24"45	993
400m	55"00	1013
100m H 762	14"10	1006
100m H 840	14"10	1006
400m H 762	60"75	1000
		1005

FEM (I)	A1	
	U23 2019	pts IAAF
60m	7"61	1011
200m	25"00	993
400m	55"94	1013
60m H 762	8"71	1006
60m H 840	8"71	1006
		1006

NORMES CADRES FEDERAUX - FEMMES OUTDOOR 2019-2020

valables du 01.11.19 au 31.10.20	Cadre Junior	Cadre National B			Cadre National A			Cadre International			
	U20	B1	B2	B3	A1	A2	A3	Int1	Int2	Int3	Int4
		<i>Jpee 2019</i>			<i>U23 2019</i>			<i>EM 20</i>			<i>WM 19</i>
100m	12"61	12"30	12"17	12"04	11"90	11"75	11"60	11"44	11"37	11"31	11"24
200m	25"73	25"10	24"88	24"66	24"45	24"08	23"71	23"35	23"24	23"13	23"02
400m	58"12	56"70	56"13	55"55	55"00	54"20	53"43	52"65	52"35	52"10	51"80
100m Haies 762	14"81	14"45	14"33	14"22	14"10	13"83	13"56	13"30	13"20	13"10	12"98
100m Haies 840	14"81	14"45	14"33	14"22	14"10	13"83	13"56	13"30	13"20	13"10	12"98
400m Haies 762	63"86	62"30	61"80	61"27	60"75	59"79	58"87	57"95	57"27	56"65	56"00
800m	2'15"81	2'12"50	2'11"32	2'10"20	2'09"00	2'06"75	2'04"59	2'02"50	2'01"84	2'01"21	2'00"60
1500m	4'40"85	4'34"00	4'31"08	4'29"29	4'27"00	4'21"54	4'16"10	4'11"00	4'09"34	4'07"94	4'06"50
3000m Cad & Jun*	10'14"70	9'59"68	9'53"48	9'47"02	9'40"95	9'8"04	9'15"08	9'02"68	8'59"10	8'55"53	8'51"98
5000m	17'51"10	17'25"00	17'09"46	16'54"54	16'40"00	16'23"07	16'06"02	15'50"00	15'40"13	15'31"09	15'22"00
10000m	37'25"00	36'30"00	36'24"36	36'19"32	36'15"00	35'14"78	34'16"71	33'20"00	32'49"80	32'18"83	31'50"00
2000m Steeple 0,76	7'20"00	7'09"07	7'04"41	6'59"56	6'55"00	6'45"30	6'35"57	6'26"26	6'23"56	6'20"88	6'18"22
3000m Steeple	11'01"10	11'18"36	11'03"50	10'49"33	10'35"00	10'21"25	10'08"16	9'55"00	9'49"91	9'44"58	9'40"00
Semi-Marathon	NC	1h19'43"	1h18'45	1h17'46"	1h16'49"	1h15"53	1h15'00"	1h14'03"	1h12'53"	1h11'45"	1h10'34"
Marathon	NC	2h52"18"	2h49'57"	2h47'31"	2h45'13"	2h42'57"	2h40'49"	2h38'35"	2h38'04"	2h37'26"	2h37'00"
5000m Marche Cad**	26'47"00	24'12"00	23'53"00	23'34"00	23'15"00	22'57"00	22'39"00	22'21"00	22'12"00	22'02"00	21'52"00
10000m Marche	55'08"00	49'52"00	49'14"00	48'33"00	47'55"00	47'18"00	46'42"00	46'05"00	45'41"00	45'18"00	44'54"00
20km Marche	NC	1h42'50"	1h41'31"	1h40'08"	1h38'51"	1h37'34"	1h36'21"	1h35'06"	1h34'34"	1h34'02"	1h33'30"
50km Marche	NC	5h03'59"	4h59'54"	4h55'40"	4h51'40"	4h47'42"	4h43'59"	4h40'06"	4h36'38"	4h33'22"	4h35'10"
Longueur	5,75	5,90	6,00	6,10	6,20	6,33	6,47	6,60	6,64	6,68	6,72
Triple Saut	11,94	12,25	12,43	12,62	12,80	13,16	13,54	13,90	14,00	14,10	14,20
Hauteur	1,68	1,72	1,74	1,76	1,79	1,82	1,86	1,90	1,91	1,92	1,94
Perche	3,71	3,80	3,88	3,96	4,05	4,18	4,32	4,45	4,48	4,52	4,56
Poids 3 kg	13,70	14,05	14,13	14,23	14,30	15,21	16,10	17,00	17,33	17,67	18,00
Poids 4 kg	13,70	14,05	14,13	14,23	14,30	15,21	16,10	17,00	17,33	17,67	18,00
Disque 1 kg	46,80	48,00	48,20	48,37	48,50	51,37	54,20	57,00	58,44	59,79	61,20
Javelot 500 g	46,80	48,00	49,00	50,03	51,00	53,33	55,71	58,00	59,22	60,36	61,50
Javelot 600 g	46,80	48,00	49,00	50,03	51,00	53,33	55,71	58,00	59,22	60,36	61,50
Marteau 3 kg	52,46	53,80	56,57	59,30	62,00	64,39	66,68	69,00	69,72	70,33	71,00
Marteau 4 kg	52,46	53,80	56,57	59,30	62,00	64,39	66,68	69,00	69,72	70,33	71,00
Heptathlon Cadettes	4996	5177	5254	5326	5400	5553	5702	5850	6004	6151	6300
Heptathlon Juniors	4996	5177	5254	5326	5400	5553	5702	5850	6004	6151	6300
Heptathlon Seniors	4996	5177	5254	5326	5400	5553	5702	5850	6004	6151	6300

*accès aux cadres par le 3000m outdoor uniquement possible pour les catégories Cadet et Junior

**accès aux cadres par le 5000m marche uniquement possible pour la catégorie Cadettes

NORMES CADRES FEDERAUX - FEMMES INDOOR 2019-2020

valables du 01.11.19 au 31.10.20	Cadre Junior	Cadre National B			Cadre National A			Cadre International			
	U20	B1	B2	B3	A1	A2	A3	Int1	Int2	Int3	Int4
		<i>Jpee (i) 2019</i>			<i>U23 2019</i>			<i>EM (i) 19</i>			<i>WM (i) 20</i>
60m	8"05	7"85	7"78	7"70	7"61	7"54	7"47	7"42	7"38	7"34	7"30
200m	26"34	25"70	25"47	25"23	25"00	24"62	24"24	23"87	23"77	23"67	23"57
400m	59"04	57"60	57"03	56"50	55"94	55"25	54"57	53"90	53"56	53"24	52"90
60m Haies 762	9"12	8"90	8"83	8"77	8"71	8"55	8"39	8"24	8"21	8"19	8"16
60m Haies 840	9"12	8"90	8"83	8"77	8"71	8"55	8"39	8"24	8"21	8"19	8"16
800m	2'17"86	2'14"50	2'13"37	2'12"30	2'11"25	2'09"16	2'07"03	2'05"00	2'03"82	2'02"64	2'01"50
1500m	4'44"95	4'38"00	4'35"07	4'32"32	4'29"46	4'25"57	4'21"72	4'18"00	4'14"96	4'11"89	4'09"00
3000m	10'25"25	10'10"00	10'02"06	9'54"68	9'47"07	9'32"75	9'18"45	9'05"00	8'59"47	8'53"94	8'49"00
5000m	18'06"50	17'40"00	17'23"41	17'07"47	16'51"21	16'28"62	16'06"48	15'44"77	15'34"32	15'23"46	15'13"20
Longueur	5,75	5,90	6,00	6,10	6,20	6,30	6,40	6,50	6,58	6,67	6,75
Triple Saut	11,94	12,25	12,43	12,62	12,80	13,15	13,50	13,85	14,00	14,15	14,30
Hauteur	1,68	1,72	1,74	1,76	1,79	1,82	1,86	1,90	1,91	1,93	1,95
Perche	3,71	3,80	3,88	3,96	4,05	4,20	4,35	4,50	4,56	4,63	4,70
Poids 3 kg	13,70	14,05	14,13	14,23	14,30	15,24	16,18	17,10	17,51	17,91	18,30
Poids 4 kg	13,70	14,05	14,13	14,23	14,30	15,24	16,18	17,10	17,51	17,91	18,30
Pentathlon Cadettes	3692	3787	3844	3897	3954	4074	4199	4319	4416	4517	4613
Pentathlon Juniors	3692	3787	3844	3897	3954	4074	4199	4319	4416	4517	4613
Pentathlon Seniors	3692	3787	3844	3897	3954	4074	4199	4319	4416	4517	4613

NORMES CADRES FEDERAUX - HOMMES OUTDOOR 2019-2020

valables du 01.11.19 au 31.10.20	Cadre Junior	Cadre National B			Cadre National A			Cadre International			
	U20	B1	B2	B3	A1	A2	A3	Int1	Int2	Int3	Int4
		<i>Jpee 2019</i>			<i>U23 2019</i>			<i>EM 20</i>			<i>WM 19</i>
100m	11"22	10"95	10"80	10"65	10"50	10"43	10"36	10"28	10"22	10"16	10"10
200m	22"55	22"00	21"84	21"67	21"50	21"27	21"03	20"80	20"67	20"53	20"40
400m	50"12	48"90	48"54	48"20	47"85	47"36	46"88	46"40	46"02	45"67	45"30
110m Haies 914	15"17	14"80	14"72	14"63	14"55	14"33	14"11	13"90	13"76	13"61	13"46
110m Haies 991	15"17	14"80	14"72	14"63	14"55	14"33	14"11	13"80	13"76	13"61	13"46
110m Haies 1067	15"17	14"80	14"72	14"63	14"55	14"33	14"11	13"90	13"76	13"61	13"46
400m Haies 840	55"35	54"00	53"50	53"00	52"50	51"89	51"31	50"70	50"24	49,78	49"30
400m Haies 914	55"35	54"00	53"50	53"00	52"50	51"89	51"31	50"70	50"24	49,78	49"30
800m	1'55"83	1'53"00	1'51"64	1'50"33	1'49"00	1'48"41	1'48"87	1'47"30	1'46"78	1'46"32	1'45"80
1500m	3'58"31	3'52"50	3'50"38	3'48"17	3'46"00	3'43"84	3'41"64	3'39"50	3'38"29	3'37"18	3'36"00
3000m Cad & Jun*	8'36"29	8'23"28	8'18"58	8'13"94	8'09"36	8'05"01	8'00"55	7'53"31	7'52"11	7'47"97	7'43"87
5000m	15'02"00	14'40"00	14'31"76	14'23"27	14'15"00	14'04"54	13'54"05	13'44"00	13'36"77	13'29"59	13'22"50
10000m	31'30"00	30'40"00	30'31"45	30'23"52	30'15"00	29'46"62	29'17"54	28'50"00	28'26"40	28'02"80	27'40"00
2000m Steeple 0,91	6'12"49	5'59"46	5'55"26	5'51"12	5'47"03	5'43"15	5'39"16	5'35"38	5'31"64	5'27"93	5'24"28
3000m Steeple	9'26"80	9'13"00	9'11"82	9'10"83	9'10"00	9'01"30	8'53"14	8'45"00	8'41"39	8'38"14	8'29"00
Semi-Marathon	NC	1h06'50"	1h06'25"	1h06'03"	1h05'39"	1h05'15"	1h04'53"	1h04'30"	1h04'06"	1h03'43"	1h03'20"
Marathon	NC	2h24'04"	2h23'08"	2h22'16"	2h21'20"	2h20'26"	2h19'35"	2h18'40"	2h17'47"	2h16'53"	2h16'00"
10000m Marche	46'41"00	45'05"00	44'24"00	43'45"00	43'06"00	42'24"00	41'45"00	41'04"00	40'46"00	40'29"00	1h22'30"
20km Marche	NC	1h33'07"	1h31'46"	1h30'26"	1h29'07"	1h27'43"	1h26'23"	1h25'00"	1h24'12"	1h23'20"	1h22'30"
50km Marche	NC	4h32'22"	4h27'31"	4h22'43"	4h18'00"	4h14'35"	4h11'22"	4h08'00"	4h05'02"	4h02'05"	3h59'00"
Longueur	6,92	7,10	7,26	7,42	7,60	7,70	7,83	7,95	8,02	8,09	8,17
Triple Saut	14,63	15,00	15,17	15,33	15,50	15,87	16,23	16,60	16,71	16,84	16,95
Hauteur	1,99	2,04	2,07	2,11	2,15	2,18	2,21	2,24	2,26	2,28	2,30
Perche	4,78	4,90	5,00	5,10	5,20	5,33	5,47	5,60	5,63	5,67	5,71
Poids 5 kg	16,09	16,50	16,84	17,16	17,50	18,34	19,16	20,00	20,23	20,47	20,70
Poids 6 kg	16,09	16,50	16,84	17,16	17,50	18,34	19,16	20,00	20,23	20,47	20,70
Poids 7 kg	16,09	16,50	16,84	17,16	17,50	18,34	19,16	20,00	20,23	20,47	20,70
Disque 1,5 kg	50,41	51,70	52,49	53,25	54,00	57,18	60,39	63,50	64,04	64,53	65,00
Disque 1,75 kg	50,41	51,70	52,49	53,25	54,00	57,18	60,39	63,50	64,04	64,53	65,00
Disque 2 kg	50,41	51,70	52,49	53,25	54,00	57,18	60,39	63,50	64,04	64,53	65,00
Javelot 700 g	64,25	65,90	67,98	69,96	72,00	74,82	77,71	80,50	81,36	82,21	83,00
Javelot 800 g	64,25	65,90	67,98	69,96	72,00	74,82	77,71	80,50	81,36	82,21	83,00
Marteau 5 kg	59,96	61,50	62,73	63,84	65,00	68,14	71,33	74,45	74,97	75,49	76,00
Marteau 6 kg	59,96	61,50	62,73	63,84	65,00	68,14	71,33	74,45	74,97	75,49	76,00
Marteau 7 kg	59,96	61,50	62,73	63,84	65,00	68,14	71,33	74,45	74,97	75,49	76,00
Décathlon Cadets	6446	6680	6890	7093	7300	7484	7672	7850	7970	8086	8200
Décathlon Juniors	6446	6680	6890	7093	7300	7484	7672	7850	7970	8086	8200
Décathlon Seniors	6446	6680	6890	7093	7300	7484	7672	7850	7970	8086	8200

*accès aux cadres par le 3000m outdoor uniquement possible pour les catégories Cadet et Junior

NORMES CADRES FEDERAUX - HOMMES INDOOR 2019-2020

valables du 01.11.19 au 31.10.20	Cadre Junior	Cadre National B			Cadre National A			Cadre International			
	U20	B1	B2	B3	A1	A2	A3	Int1	Int2	Int3	Int4
		<i>Jpee (i) 2019</i>			<i>U23 2019</i>			<i>EM (i) 19</i>			<i>WM (i) 20</i>
60m	7"20	7"02	6"95	6"88	6"81	6"80	6"79	6"78	6"73	6"68	6"63
200m	22"96	22"40	22"25	22"10	21"95	21"76	21"58	21"40	21"26	21"11	20"97
400m	51"05	49"80	49"46	49"15	48"83	48"35	47"86	47"40	47"09	46"79	46"50
60m Haies 914	8"61	8"40	8"35	8"29	8"23	8"11	8"00	7"88	7"82	7"76	7"70
60m Haies 991	8"61	8"40	8"35	8"29	8"23	8"11	8"00	7"88	7"82	7"76	7"70
60m Haies 1067	8"61	8"40	8"35	8"29	8"23	8"11	8"00	7"88	7"82	7"76	7"70
800m	1'57"87	1'55"00	1'53"61	1'52"22	1'50"89	1'50"30	1'49"75	1'49"20	1'48"34	1'47"50	1'46"70
1500m	4'02"41	3'56"50	3'54"18	3'51"85	3'49"62	3'48"03	3'46"53	3'45"00	3'43"28	3'41"61	3'40"00
3000m	8'48"90	8'36"00	8'28"05	8'20"53	8'13"00	8'10"24	8'07"68	8'05"00	7'59"92	7'54"78	7'50"00
5000m	15'15"33	14'53"00	14'44"46	14'35"84	14'27"64	14'14"54	14'02"01	13'49"46	13'42"16	13'34"94	13'27"81
Longueur	6,92	7,10	7,26	7,43	7,60	7,71	7,83	7,95	8,03	8,11	8,20
Triple Saut	14,63	15,00	15,17	15,33	15,50	15,84	16,17	16,50	16,63	16,77	16,90
Hauteur	1,99	2,04	2,07	2,11	2,15	2,18	2,22	2,26	2,28	2,31	2,34
Perche	4,78	4,90	5,00	5,10	5,20	5,35	5,50	5,65	5,70	5,75	5,80
Poids 5 kg	16,09	16,50	16,84	17,16	17,50	18,39	19,26	20,15	20,42	20,68	20,95
Poids 6 kg	16,09	16,50	16,84	17,16	17,50	18,39	19,26	20,15	20,42	20,68	20,95
Poids 7 kg	16,09	16,50	16,84	17,16	17,50	18,39	19,26	20,15	20,42	20,68	20,95
Heptathlon Cadets	4849	4974	5131	5283	5439	5575	5716	5851	5938	6025	6112
Heptathlon Juniors	4849	4974	5131	5283	5439	5575	5716	5851	5938	6025	6112
Heptathlon Seniors	4849	4974	5131	5283	5439	5575	5716	5851	5938	6025	6112