

強化委員会

日本陸上競技連盟強化競技者標準記録(案)

[男子]

種目	A	B
100m	10.04	10.10
200m	20.25	20.38
400m	44.84	45.20
800m	1.44.50	1.45.30
1500m	3.32.80	3.34.00
5000m	13.02.00	13.10.00
10000m	27.15.00	27.35.00
110mH	13.30	13.45
400mH	48.50	48.95
3000mSC	8.13.00	8.19.00
走高跳	2.31	2.28
棒高跳	5.80	5.70
走幅跳	8.21	8.13
三段跳	17.20	17.00
砲丸投	20.90	20.40
円盤投	65.50	64.00
ハンマー投	80.20	78.20
やり投	84.00	82.00
十種競技	8200	7950
20kmW	1.19.30	1.20.40
50kmW	3.46.30	3.50.00
マラソン	2.08.00	2.09.00

[女子]

平成21年4月1日

種目	A	B
100m	11.10	11.21
200m	22.58	22.80
400m	50.70	51.10
800m	1.59.00	2.00.00
1500m	4.03.00	4.05.00
5000m	14.53.00	15.02.00
10000m	31.10.00	31.30.00
100mH	12.75	12.96
400mH	54.85	55.60
3000mSC	9.30.00	9.35.00
走高跳	1.98	1.94
棒高跳	4.55	4.40
走幅跳	6.75	6.70
三段跳	14.55	14.20
砲丸投	19.00	18.20
円盤投	64.50	62.00
ハンマー投	71.20	69.00
やり投	62.00	60.00
七種競技	6200	6050
20kmW	1.28.30	1.29.40
マラソン	2.24.00	2.26.00